

IES:Ataulfo Argenta

CURSO: 25/26

DEPARTAMENTO: Educación física

MATERIA: Educación física

- a) Normativa
- b) Equipo docente del departamento de Educación física 2025/2026
- c) Contribución de la materia al desarrollo de las competencias clave, las competencias específicas y el perfil de salida
- d) Saberes básicos secuenciados y criterios de evaluación
- Secuencia de UUDD integrando SITUACIONES DE APRENDIZAJE
- ESO
- e) Metodología.....
- f) Materiales y recursos didácticos.....
- g) Medidas de atención a la diversidad
- h) Actividades complementarias y extraescolares.....
- i) EVALUACIÓN
- Procedimientos e instrumentos.....
- Criterios de evaluación.....
- ESO
- Criterios de calificación
- Actividades de recuperación.....
- Evaluación de materias pendientes
- Evaluación del desarrollo de la programación y de la práctica docente. INDICADORES DE LOGRO DE:.....
- Los recursos didácticos, espacios, tiempos y metodología: contribución a la mejora del clima de aula y de centro

a) Normativa

- LOMLOE 3/202
- RD 217/2022 ESO
- RD 243/2022
- D 73/2022
- ORDEN EDU 40/2022
- ORDEN EDU 42/2022
- RD 659/2023, de 18 de julio, por el que se desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional
-

b) Equipo docente del departamento de EF curso 2025/2026

- María Terreros Fraguas (3ºB Y 1º DIVER, tutoría de 3ºB, 4ºCD bilingüe, 2º FPBC, DEVAS)
- María Aránzazu Enjuto de Frutos (2ºA,2ºB,2ºC,2ºD,2ºE,3ºC,3ºD,4ºB)
- Marta Rubio Jiménez (1ºA, 1ºB, 1ºC, 1ºD, 1º E, 4ºA, 1ºFPBC)
- Javier Cubero San Jurjo (1ºBACH CC, 1º BACH HUMANIDADES Y ARTES)
- Sergio Torralbo García (3ºB Y 1º DIVER, 4ºC, 1ºBACH C.SOC)

c) Contribución de la materia al desarrollo de las competencias clave, las competencias específicas y el perfil de salida

Las **competencias clave** son los desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Las competencias clave son las siguientes:

- a) Competencia en comunicación lingüística (CCL)
- b) Competencia plurilingüe (CP)
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)
- d) Competencia digital (CD)
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)
- f) Competencia ciudadana (CC)
- g) Competencia emprendedora (CE)
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)

La educación basada en competencias permite: definir los resultados de aprendizaje esperados desde un planteamiento integrador, dirigido a la aplicación de los saberes adquiridos para conseguir un desarrollo personal satisfactorio; el ejercicio de la ciudadanía activa; y la capacidad de adaptación permanente a lo largo de la vida. La materia de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, sin embargo, la diversidad de contenidos, situaciones y contextos de aprendizaje, provoca que también se contribuya a la adquisición de competencias clave, tal y como a continuación se expone.

1 CCL. Son diversas las situaciones en las que se favorece: las constantes interacciones que se producen en la práctica de actividad física y las vías de comunicación que en ellas se establecen; el desarrollo del lenguaje corporal como refuerzo del verbal a través de las actividades de expresión corporal; y las pautas para la exposición oral de trabajos.

2 CP. Se pueden introducir términos y palabras en otros idiomas utilizados en el contexto físico-deportivo, especialmente anglicismos, y también vocablos provenientes del francés al participar el departamento el programa de enseñanza trilingüe del instituto.

3 STEM . Se contribuye a su mejora con la realización del análisis de distintos cálculos (zonas de intensidad, balance energético...), la elaboración de gráficos para la valoración de las capacidades físicas básicas, la deducción lógica para la resolución de problemas, la utilización de diferentes magnitudes y medidas para cuantificar distintos contenidos, la estructuración espacio-temporal en algunas acciones... Por otro lado, el conocimiento de lo corporal y su relación con el movimiento es un saber fundamental e imprescindible. Sistemas orgánicos, adaptaciones que se producen, alimentación, postura..., son algunos de los contenidos que para su análisis precisan de ciencias como la Anatomía, la Física, la Biología y la Tecnología, entre otras. De igual forma, a través de la práctica de actividades físicodeportivas en el medio natural, se establece un vínculo hacia ciencias relacionadas con la utilización responsable del entorno y con actitudes de respeto, conservación e impronta de una huella ecológica.

4 CD. Ayuda a su mejora la utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la búsqueda y el procesamiento de la información para ampliar contenidos, elaborar trabajos de distinto tipo (texto, presentación, imagen, video, sonido,...) o compartir dicha información. Además, la existencia de gran cantidad de aplicaciones informáticas relacionadas con la actividad física posibilita la utilización de las mismas en la elaboración y puesta en práctica de actividades. Sin olvidar, la utilización de plataformas web como soporte o ayuda del proceso de enseñanza-aprendizaje.

5 CPSAA. A través de la Educación Física se inicia al alumnado en el aprendizaje motriz. Se generan las condiciones adecuadas para, a través de un proceso reflexivo de adquisición de recursos, alcanzar progresivamente mayores niveles de eficacia y autonomía en el aprendizaje. De esta forma, los alumnos llegarán a ser capaces de gestionar su propia práctica física y afrontar nuevos retos de aprendizaje.

6 CC. Las actividades físico-deportivas son un medio de gran eficacia para facilitar la integración y la aceptación de conductas, el respeto y la tolerancia, la cooperación y el trabajo en equipo...; aprendizajes que podrán ser transferidos a situaciones de la vida cotidiana. El hecho de incluir un bloque de Elementos Comunes a la Actividad Física donde se refuerzan actitudes, valores y la gestión emocional, implica el compromiso con el desarrollo de estos aspectos tan importantes para la convivencia.

7 CE. La elaboración de proyectos personales relacionados con la actividad física, la organización y puesta en práctica de forma autónoma de actividades en clase o la participación en proyectos grupales, son algunas de las situaciones que se dan en Educación Física. El alumno precisa de todos sus recursos personales para asumir responsabilidades, tomar decisiones, perseverar y superar dificultades; para dar respuesta de forma creativa a los retos. Por otro lado, la propia dinámica de participación en los deportes exige la adopción de posturas proactivas, con constantes tomas de decisiones para la aplicación de los recursos oportunos en función de los condicionantes en la práctica.

8 CCEC. Existen dos manifestaciones de la motricidad vinculadas con esta competencia: por un lado, las expresiones deportivas y lúdicas como prácticas ligadas al patrimonio cultural y folclórico de los pueblos y, por otro, las actividades físicas rítmico-expresivas. Ambas concepciones del cuerpo y su movimiento, permiten experimentar y valorar la riqueza cultural de una sociedad.

2.2.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y PERFIL DE SALIDA. ESO

CE 1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCI3, STEM2, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

CE 2.- Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivomotrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

CE 3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.

CE 4.- Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4.

CE 5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CC4, CE1, CE3.

d) Saberes básicos secuenciados y criterios de evaluación 1º-2ºESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	A3.2 La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. B1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.	A1.1 Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adaptación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. A1.2 Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. A1.3 Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbopélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. B3 Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar)
1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante o después de la práctica de actividad	A1.4 Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. B5 Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera

física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	del centro escolar.
1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	B6. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Técnica PAS. Protocolo 112. Soporte vital básico.
1.5. Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	A2.1 Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. A2.2 Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	B4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y/o coevaluación tanto del proceso como del resultado.	B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. B2. Preparación práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.	B1 Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. C1. Toma de decisiones: 1. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la activación, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla situaciones motrices individuales. 2. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 3. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. 4. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. 5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	C2 Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas. C3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas con enfoque recreativo. C4 Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas.
3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante y otros.	D1.3. Gestión emocional: perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físicos – deportivos. D3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	C5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económico o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.	D2 Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. D4 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas). A2.3. Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.
4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto con	E1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Práctica de juegos motores y otras manifestaciones artístico – expresivas

la cultura propia de Cantabria como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras.
4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	E4 Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y otras). E5 influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.
5.1. Participar en actividades físico – deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	F5 Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividades física en el medio natural. F4 Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. F6 Iniciación en técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.
5.2 Practicar actividades físico – deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	F1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos. F2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares) F3 Análisis del riesgo en las prácticas físico deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves en el medio natural.

Saberes básicos secuenciados y criterios de evaluación 3º-4ºESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal	A1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. A3.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. B1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.
1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	A1.2 Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares) A1.3 Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares) B2 Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. B3 Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante o después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	A1.4 Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. B5 Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	B6. Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante DEA o DESA. Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus o similares)
1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	A2.1 Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgo y condicionantes éticos. A3.2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. A3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, bulimia, anorexia...) Creación de una identidad corporal definida y consolidada.
1.6. Manejar recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte para planificar, desarrollar y compartir con seguridad su práctica física	B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

cotidiana.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y/o coevaluación tanto del proceso como del resultado.	B2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. B2. Preparación práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	C1. Toma de decisiones: 6. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. 7. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 8. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. 9. Organización anticipada de movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. 10. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración – oposición de persecución y de interacción con un móvil. C2 Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas
2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	C3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas con enfoque recreativo. C4 Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas.
3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante y otros.	D1.3. Gestión emocional: perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físicos – deportivos. D3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	C5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio – económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	D1 gestión del éxito y la fama en contextos físico – deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vidas significativas. D2 Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. D4 Identificación y rechazo de las conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas)
4.1. Identificar y contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económicos-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.	E1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. E5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y	E4 Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida

comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico – deportivo.	según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia. 3. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. .
5.1 Participar en actividades físico – deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	F4 Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. F6 Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural. F7 Profundización de técnicas propias de las actividades físico deportivas en entornos naturales.
5.2 Diseñar y organizar actividades físico deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	F1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos. F2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares) F3 Análisis del riesgo en las prácticas físico deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves en el medio natural. F4 Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. F5 Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Saberes básicos secuenciados y criterios de evaluación 1º-2º FPBC

1.1 Educación Físico-Deportiva - Actividad Física y Bienestar Emocional

- **EFD1.1** Diseñar, desarrollar y poner en práctica de forma activa y autónoma un programa personal de actividad física que permita la mejora de la salud, aplicando diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, justificando la idoneidad del mismo y teniendo en cuenta el análisis de la situación inicial para un correcto planteamiento de objetivos, diseño, recursos y evaluación del proceso y de los resultados obtenidos.
- **EFD1.2** Elaborar un plan nutricional individual equilibrado de mejora de la salud según los objetivos, características y necesidades personales, aplicando los principios, estrategias nutricionales y pautas clave para la obtención de un bienestar físico, mental y social.
- **EFD1.3** Emplear eficazmente y de manera autónoma y responsable dispositivos, aplicaciones y recursos digitales relacionados con la gestión y análisis nutricional y de la salud y la cuantificación de la actividad física, respetando las medidas básicas de seguridad vinculadas al tratamiento y difusión de datos personales.
- **EFD2.1** Identificar, argumentar y valorar la influencia de la práctica de actividad física y otros hábitos saludables tienen en los distintos parámetros de salud física, mental y social, discriminando las posibles conductas de riesgo.
- **EFD2.2** Aplicar diversas técnicas y estrategias que favorezcan la relajación, la liberación del

estrés y la regulación de los estados emocionales, reflexionando sobre el equilibrio de cada uno de estos factores en el mantenimiento de la salud individual para pautar soluciones de mejora en función de las necesidades.

- **EFD2.3** Establecer y aplicar los criterios de seguridad y prevención mediante protocolos de primeros auxilios ante posibles emergencias, accidentes y riesgos derivados de las actividades físicas desarrolladas, demostrando los conocimientos necesarios y actuando de forma responsable.
- **EFD3.1** Identificar y diferenciar las profesiones asociadas a la actividad física, el deporte y la salud, reconociendo los diferentes procesos de acceso, ámbito y competencias de cada profesión, así como la cualificación que generan.
- **EFD3.2** Establecer las necesidades y requerimientos físicos de determinadas profesiones, diseñando un plan de trabajo físico específico para la preparación de alguna de las mismas.
- **EFD4.1** Diseñar, poner en práctica y difundir proyectos o propuestas de intervención relacionadas con la práctica de actividad física, el deporte, las manifestaciones artístico-expresivas y la promoción de la salud según las necesidades propias o del entorno.
- **EFD4.2** Trabajar de forma colaborativa y cooperativa aplicando diversas herramientas de forma efectiva como recurso para el diseño de proyectos, planificaciones, programas o producciones motrices, físicas, deportivas o artístico-expresivas orientadas a la salud.
- **EFD5.1** Poner en práctica estrategias y principios tácticos para dar respuesta eficaz a la variedad de situaciones motrices planteadas teniendo en cuenta los distintos factores implicados en las mismas.
- **EFD5.2** Resolver situaciones motrices con eficacia y control en la ejecución de los elementos técnicos necesarios para su desarrollo.
- **EFD5.3** Organizar, gestionar y desarrollar acontecimientos y eventos deportivos y recreativos, desempeñando satisfactoriamente diferentes roles y responsabilidades característicos de los mismos.
- **EFD6.1** Consolidar mecanismos de relación y entendimiento con el resto de los participantes durante el desarrollo y organización de diversas prácticas motrices, especialmente de carácter colectivo, con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, así como a las reglas

establecidas.

- **EFD6.2** Colaborar o cooperar, trabajar en equipo y tomar la iniciativa en el desarrollo de diversas situaciones, proyectos o producciones motrices, mostrando empatía y autorregulando sus emociones.
- **EFD6.3** Demostrar esfuerzo, motivación, participación activa y autosuperación durante la práctica y organización de las diferentes actividades motrices adoptando un comportamiento personal y social responsable en sus apariciones.
- **EFD7.1** Crear y representar montajes o producciones artístico-expresivas individuales o colectivas, con imaginación y creatividad, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica los recursos y técnicas expresivas más apropiadas de cada manifestación para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.
- **EFD7.2** Investigar, practicar y difundir mediante diversas acciones y herramientas el patrimonio cultural relacionado con los juegos y deportes populares, tradicionales y autóctonos característicos de Cantabria o de otras culturas del mundo, contribuyendo a su conservación.
- **EFD8.1** Practicar activamente y organizar actividades físico-deportivas en el entorno con eco-responsabilidad, fomentando estilos de vida sostenibles.
- **EFD8.2** Fomentar y difundir prácticas físico-deportivas saludables, promocionando la actividad física y la mejora de la salud individual y colectiva como un servicio a la comunidad.

SABERES BÁSICOS

A. VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

- **Salud física:**
 - Autoevaluación y coevaluación de las capacidades condicionales y coordinativas como requisito previo a la planificación.
 - Implementación de baterías, pruebas, técnicas y herramientas de medida de las capacidades condicionales y coordinativas.
 - Identificación de objetivos motrices y de salud a alcanzar con la aplicación de un programa personal de actividad física para la mejora de la salud.
 - Diseño y planificación de un programa personal de actividad física y salud atendiendo a parámetros de frecuencia, intensidad, tiempo, tipo de actividad (FITT) y objetivo.

Desarrollo práctico y evidencias de actividad física.

- Autoevaluación del estado nutricional como aspecto previo al diseño del plan.
- Nutrientes: funciones, tipos (macronutrientes y micronutrientes), características generales, funciones básicas y consideraciones en la actividad física.
- Dieta equilibrada: proporciones, pautas, ejemplificaciones y desarrollo de estrategias nutricionales (alimentos, platos, pirámides nutricionales, etc.). Relación con la actividad física.
- Metabolismo basal, NEAT (siglas en inglés correspondientes a la termogénesis producida por actividad fuera del ejercicio), gasto asociado a la actividad física y relación ingesta-gasto calórico.
- Diseño de un plan nutricional equilibrado según los objetivos y características personales, en coherencia con el programa de actividad física planteado.
- Identificación de actitudes y problemas posturales básicos y educación preventiva de la salud postural en las actividades físicas.
- Uso de diversos recursos tecnológicos y digitales para generar un programa de actividad física y alimentación. Herramientas y aplicaciones informáticas relacionadas con la evaluación, el registro, la gestión y la cuantificación de la actividad física y la alimentación.
- **Salud social:**
 - Identificación de prácticas de actividad física que tienen efectos positivos y negativos para la salud individual o comunitaria.
 - Hábitos sociales negativos que afectan a la condición física, la salud y los objetivos de un programa de actividad física y alimentación equilibrada. Cuidado del cuerpo.
 - Ayudas ergogénicas legales y dopaje en la actividad física y el deporte.
 - Actuaciones de prevención del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.
- **Salud mental:**
 - Métodos y técnicas de relajación tras el esfuerzo, de descarga postural y de recuperación de lesiones. Descanso y recuperación.
 - Técnicas y estrategias de respiración, concentración, meditación, visualización y relajación para liberar estrés, favorecer la regulación emocional y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.
 - Trastornos vinculados con la imagen corporal y las capacidades individuales (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).

B. GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

- **Salidas profesionales:**
 - Estudios, itinerarios y salidas profesionales relacionadas con el marco de la actividad físico-deportiva y la salud. Vías de acceso.
 - Salidas laborales y cualificaciones profesionales con requerimientos físicos específicos.
 - Requisitos y planificación de acceso.
- **Planificación y desarrollo de proyectos:**

- Fases de un proyecto o producción físico-deportiva, artístico-expresiva o de salud: análisis
- inicial, identificación de objetivos, diseño, aplicación, evaluación del proceso, resultados y difusión.
- Diseño y puesta en práctica de proyectos o producciones físico-deportivas, artístico-expresivas o de salud. Mecanismos de registro, control y evaluación (autoevaluación y coevaluación) de los proyectos.
- Estrategias de creatividad para generar ideas, plan de marketing y difusión de proyectos o producciones físico-deportivas, artístico-expresivas o de salud.
- Dinamización de grupos denotando habilidades sociales y comunicativas durante el proceso.
- Aportaciones y responsabilidades individuales en un equipo de trabajo cooperativo o colaborativo en el proyecto.
- Recursos digitales y tecnológicos cooperativos o colaborativos disponibles para las actuaciones referidas.
- **Gestión de la seguridad y prevención:**
 - Planificación de factores de riesgo en actividades físicas.
 - Prevención de accidentes en prácticas motrices y actividades físico-deportivas. Medidas colectivas de prevención y seguridad.
 - Diseño y puesta en práctica de planes de contingencia y prevención.
 - Actuaciones ante accidentes: - Aplicación de los primeros auxilios ante las lesiones más comunes y frecuentes como consecuencia de la actividad física y el deporte.
 - Técnicas específicas, protocolos y actuaciones ante accidentes de diferente tipología: conducta PAS (proteger, avisar, socorrer), desplazamientos y transporte de accidentados, protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar) y alternativas mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).
 - Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).

C. LÓGICA Y CONTROL DE SITUACIONES MOTRICES

- **Toma de decisiones:**
 - Planificación previa de la acción individual o colectiva para obtener ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición o colaboración-oposición. Estrategias de ataque defensa.
 - Resolución de situaciones motrices variadas aplicando la toma de decisiones eficientemente en situaciones motrices individuales, de oposición o de colaboración con o sin oposición.
 - Desempeño y dominio de roles y funciones variadas en sistemas y principios tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos individuales y de equipo.
 - Diseño y uso de instrumentos y técnicas de autoevaluación y coevaluación de la acción motriz (táctica) como medio de autorregulación y evaluación formativa.
 - Control de las habilidades motrices específicas:

- Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas y requerimientos técnicos de las actividades físico-deportivas.
- Aplicación eficiente de las habilidades motrices específicas de las diferentes situaciones motrices individuales, de oposición o de colaboración con o sin oposición.
- Diseño y uso de instrumentos y técnicas de autoevaluación y coevaluación de la acción motriz (técnica) como medio de autorregulación.
- **Capacidades perceptivo-motrices:**
 - Análisis previo a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales que intervienen.
 - Reajuste de la propia intervención motriz para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- **Capacidades condicionales:**
 - Planificación para el desarrollo de las capacidades condicionales ajustadas a las necesidades y posibilidades individuales.
 - Principios del entrenamiento. Aplicación y puesta en práctica.
 - Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades condicionales. Características, diseño y puesta en práctica con orientación a la salud.
 - Patrones básicos de movimiento (tracciones, empujes, dominantes de rodilla y de cadera) y estabilización y fortalecimiento del core (zona media o lumbo-pélvica) para el entrenamiento de la fuerza.
 - Métodos continuos y fraccionados de media y alta intensidad para el entrenamiento de resistencia.
 - Trabajo de las capacidades condicionales en diversos contextos mediante recursos y medios variados.
- **Gestión de situaciones motrices:**
 - Creación y resolución eficiente de retos y situaciones-problema en diferentes contextos fíicodeportivos.
 - Organización y gestión de eventos físico-deportivos o recreativos, torneos y competiciones deportivas.
 - Asunción de roles y funciones relacionadas con la práctica físico-deportiva (gestora o gestor deportivo, entrenador o entrenadora, capitana o capitán del equipo, espectador o espectadora u otros).
 - Búsqueda de información, análisis, presentación y puesta en práctica de actividades fíicodeportivas representativas de los distintos tipos de situaciones motrices (individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición) y de deportes alternativos, autoconstruidos y coeducativos.
 - Recursos digitales y tecnológicos para la planificación, organización, control, desarrollo y puesta en práctica de eventos físico-deportivos y torneos.

D. SALUD EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL

- **Gestión emocional:**

- Identificación y manejo de las emociones en contextos educativos y físico-deportivos. Gestión del éxito y el fracaso. Fomento del autocontrol.
- Desarrollo de la motivación intrínseca dirigida a los objetivos físicos y deportivos. Confianza en la aportación de las capacidades y habilidades personales.
- Actitudes positivas hacia la práctica de la actividad física, deportiva o artístico-expresiva.
- **Habilidades sociales y convivencia:**
 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo y técnicas de resolución de conflictos.
 - Habilidades comunicativas: escucha activa, negociación, asertividad y comunicación efectiva.
 - Actitud positiva, participación activa y respeto a compañeros, compañeras y contrincantes en las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.
 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: juego limpio, coeducación y similares.
 - Prevención, identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

E. MANIFESTACIONES Y PRODUCCIONES DE LA CULTURA MOTRIZ

- **Cultura artístico-expresiva:**
 - Técnicas específicas artístico-expresivas. Puesta en práctica.
 - Creatividad e imaginación. Aplicación adecuada y eficiente de los recursos y elementos expresivos: cuerpo, espacio, tiempo e intensidad.
 - Actividades rítmicas y artístico-expresivas (bailes, percusión corporal, etc.).
 - Práctica, análisis y creación de montajes o composiciones rítmico-musicales con intencionalidad estética o expresiva.
 - Investigación, difusión y práctica de actividades circenses (acrosport, combas, malabares, equilibrios, etc.).
 - Organización y creación de eventos. Proyectos de exhibición artístico-expresivos.
 - Asunción de funciones organizativas y responsabilidades en las producciones artístico-expresivas (dirección, regiduría, equipo técnico, etc.)
 - Diseño y uso de instrumentos y técnicas de autoevaluación y coevaluación de las acciones motrices, montajes, composiciones, propuestas rítmicas y técnicas artístico-expresivas.
- **Cultura motriz tradicional:**
 - Danzas folclóricas de Cantabria y del mundo.
 - Manifestaciones motrices en el patrimonio cultural y social de Cantabria o de otras culturas del mundo: práctica de juegos y deportes populares, tradicionales y autóctonos que respondan al contexto e intereses.
 - Investigación, conocimiento, difusión y práctica de los juegos y deportes populares, tradicionales y autóctonos propios de Cantabria o de distintas culturas del

mundo.

F. PROYECTO SOCIAL, COMUNITARIA Y SOSTENIBLE DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

- **Espacios y posibilidades de práctica:**
 - Estudio de las posibilidades y riqueza del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. Nuevos espacios y prácticas.
 - Propuestas de mejora y proyectos de salud y sostenibilidad con impacto en la comunidad y en el entorno.
 - Criterios básicos para la organización de eventos y actividades en diferentes espacios.
 - Permisos, seguridad, reparto de responsabilidades y puesta en práctica.
 - Diseño y práctica de propuestas y proyectos originales y contextualizados que reviertan en un beneficio de la comunidad y agentes cercanos: mejora de espacios naturales, fomento de la práctica deportiva, dinamización de poblaciones en riesgo de exclusión social.
- **Práctica, normas de uso y gestión de espacios:**
 - Fomento del transporte activo, saludable y sostenible. Educación vial. Uso de la bicicleta.
 - Criterios básicos de seguridad y herramientas necesarias para la práctica de actividad física orientada a la salud en diferentes espacios, naturales o urbanos.
 - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.
 - Perfeccionamiento de las técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.
 - Exploración, disfrute y práctica de actividades físico-deportivas en el medio acuático.
 - Recursos tecnológicos y aplicaciones facilitadoras de la práctica física y deportiva.

2. Saberes básicos

En la LOMLOE, los contenidos de cada materia o ámbito se enuncian en forma de saberes

Saberes básicos secuenciados y criterios de evaluación 1º Bachiller

CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS
Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así	1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. 1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los	A.1 Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y

como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física	procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. 1.3 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. 1.4 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. 1.5 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la	reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. A.2 Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales. A.3 Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la
--	--	--

	actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Entrenamiento de la condición física – Presentación de proyectos motrices individuales y/o en grupo – Presentación de un trabajo personal de condición física.	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo	

PERFECCIONAMIENTO DE UNA MODALIDAD DEPORTIVA DE ADVERSARIO: Voleibol		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS

Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. 3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género,	C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. C.3 Planificación para el desarrollo de
--	---	---

	afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Profundización en el trabajo de técnica y táctica del voleibol – Distintos sistemas de juego	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

COMBA		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS

Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física	1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. 1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices,	C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	E.1 Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes. E.2 Técnicas específicas de expresión corporal. E.3 Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.

de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Trabajo de la condición física.	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

SEGUNDO TRIMESTRE

PERFECCIONAMIENTO DE UNA MODALIDAD DEPORTIVA INDIVIDUAL: Bádmlnton		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el	SABERES BÁSICOS

	mismo valor	
Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla
Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos	3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con	

antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Profundización en el trabajo de técnica y táctica del bádminton – Distintos sistemas de juego	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

PERFECCIONAMIENTO DE UNA MODALIDAD DEPORTIVA COLECTIVA: Rugby

COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS
Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. 3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con	C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla

	autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Profundización en el trabajo de técnica y táctica del rugby – Distintos sistemas de juego	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

PERFECCIONAMIENTO DE UNA MODALIDAD DEPORTIVA COLECTIVA: Baloncesto

COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS
Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. 3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con	C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla

	autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Profundización en el trabajo de técnica y táctica del baloncesto – Distintos sistemas de juego	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

TERCER TRIMESTRE

EXPRESIÓN CORPORAL		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS
Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes	1.3 Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. 1.4 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de	C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando – eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en

espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. 4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles D.1 Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. D.2 Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo. D.5 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas). E.2 Técnicas específicas de expresión corporal. E.3 Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. E.5 Deporte y perspectiva de género:
Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para		

ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.		estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Trabajo global desde la actividad física.	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

ORIENTACIÓN		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS
Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al	5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las	F.1 Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura. F.2 Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. F.3 Actuaciones para la mejora del

deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.	condiciones de los espacios en los que se desarrollen. 5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares). F.4 Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos. F.5 Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc. F.6 Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.
--	---	---

TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Trabajo global desde la actividad física.	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

PERFECCIONAMIENTO DE UNA MODALIDAD DEPORTIVA COLECTIVA: Fútbol		
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS EVALUACIÓN Todos los criterios tienen el mismo valor	SABERES BÁSICOS
Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 2.3 Identificar, analizar y comprender	C.1 Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja

lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. 3.2 Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. 3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. C.2 Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica. C.3 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. C.4 Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. C.5 Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la
---	---	--

		resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
TAREAS Y ACTIVIDADES	– Identificación de las cualidades físicas en las diferentes actividades practicadas. – Profundización en el trabajo de técnica y táctica del fútbol – Distintos sistemas de juego	
HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Registro de aula: cumplimiento de las pautas indicadas durante las actividades de aula Trabajos propuestos: individuales y en grupo Retos de habilidades deportivas, se evalúan por rúbricas	

SABERES BÁSICOS – DEVAS:**A. Vida Activa y Saludable.****A1. Salud física:**

A1.1 Autoevaluación y coevaluación de las capacidades condicionales y coordinativas como requisito previo a la planificación.

A1.2 Implementación de baterías, pruebas, técnicas y herramientas de medida de las capacidades condicionales y coordinativas.

A1.3 Identificación de objetivos motrices y de salud a alcanzar con la aplicación de un programa personal de actividad física para la mejora de la salud.

A1.4 Diseño y planificación de un programa personal de actividad física y salud atendiendo a parámetros de frecuencia, intensidad, tiempo, tipo de actividad (FITT) y objetivo. Desarrollo práctico y evidencias de actividad física.

A1.5 Autoevaluación del estado nutricional como aspecto previo al diseño del plan.

A1.6 Nutrientes: funciones, tipos (macronutrientes y micronutrientes), características generales, funciones básicas y consideraciones en la actividad física.

A1.7 Dieta equilibrada: proporciones, pautas, ejemplificaciones y desarrollo de estrategias nutricionales (alimentos, platos, pirámides nutricionales, etc.). Relación con la actividad física.

A1.8 Metabolismo basal, NEAT (termogénesis producida por actividad fuera del ejercicio), gasto asociado a la actividad física y relación ingesta-gasto calórico.

A1.9 Diseño de un plan nutricional equilibrado según los objetivos y características personales, en coherencia con el programa de actividad física planteado.

A1.10 Identificación de actitudes y problemas posturales básicos y educación preventiva de la salud postural en las actividades físicas. A1.11 Uso de diversos recursos tecnológicos y digitales para generar un programa de actividad física y alimentación. Herramientas y aplicaciones informáticas relacionadas con la evaluación, el registro, la gestión y la cuantificación de la actividad física y la alimentación.

A2. Salud social:

A2.1 Identificación de prácticas de actividad física que tienen efectos positivos y negativos para la salud individual o comunitaria.

A2.2 Hábitos sociales negativos que afectan a la condición física, la salud y los objetivos de un programa de actividad física y alimentación equilibrada. Cuidado del cuerpo.

A2.3 Ayudas ergogénicas legales y dopaje en la actividad física y el deporte.

A2.4 Actuaciones de prevención del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.

A3. Salud mental:

A3.1 Métodos y técnicas de relajación tras el esfuerzo, de descarga postural y de recuperación de lesiones. Descanso y recuperación.

A3.2 Técnicas y estrategias de respiración, concentración, meditación, visualización y relajación para liberar estrés, favorecer la regulación emocional y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva.

A3.3 Trastornos vinculados con la imagen corporal y las capacidades individuales (vigorexia, anorexia, bulimia y otros).

B. Gestión y organización de la actividad física y el deporte.

B1. Salidas profesionales:

B1.1 Estudios, itinerarios y salidas profesionales relacionadas con el marco de la actividad físico-deportiva y la salud. Vías de acceso.

B1.2 Salidas laborales y cualificaciones profesionales con requerimientos físicos específicos. Requisitos y planificación de acceso.

B2. Planificación y desarrollo de proyectos:

B2.1 Fases de un proyecto o producción físico-deportiva, artístico-expresiva o de salud: análisis inicial, identificación de objetivos, diseño, aplicación, evaluación del proceso, resultados y difusión.

B2.2 Diseño y puesta en práctica de proyectos o producciones físico-deportivas, artístico-expresivas o de salud. Mecanismos de registro, control y evaluación (autoevaluación y coevaluación) de los proyectos.

B2.3 Estrategias de creatividad para generar ideas, plan de marketing y difusión de proyectos o producciones físico-deportivas, artístico-expresivas o de salud.

B2.4 Dinamización de grupos denotando habilidades sociales y comunicativas durante el proceso.

B2.5 Aportaciones y responsabilidades individuales en un equipo de trabajo cooperativo o colaborativo en el proyecto.

B2.6 Recursos digitales y tecnológicos cooperativos o colaborativos disponibles para las actuaciones referidas.

B3. Gestión de la seguridad y prevención:

B3.1 Planificación de factores de riesgo en actividades físicas.

B3.2 Prevención de accidentes en prácticas motrices y actividades físico deportivas. Medidas colectivas de prevención y seguridad.

B3.3 Diseño y puesta en práctica de planes de contingencia y prevención.

B4. Actuaciones ante accidentes:

B4.1 Aplicación de los primeros auxilios ante las lesiones más comunes y frecuentes como consecuencia de la actividad física y el deporte.

B4.2 Técnicas específicas, protocolos y actuaciones ante accidentes de diferente tipología: conducta PAS (proteger, avisar, socorrer), desplazamientos y transporte de accidentados, protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar) y alternativas mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).

B4.3 Contenido básico del kit de asistencia (botiquín).

C. Lógica y control de situaciones motrices.

C1. Toma de decisiones:

C1.1 Planificación previa de la acción individual o colectiva para obtener ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición o colaboración oposición. Estrategias de ataque y defensa.

C1.2 Resolución de situaciones motrices variadas aplicando la toma de decisiones eficientemente en situaciones motrices individuales, de oposición o de colaboración con o sin oposición.

C1.3 Desempeño y dominio de roles y funciones variadas en sistemas y principios tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos individuales y de equipo.

C1.4 Diseño y uso de instrumentos y técnicas de autoevaluación y coevaluación de la acción motriz (táctica) como medio de autorregulación y evaluación formativa.

C2. Control de las habilidades motrices específicas:

C2.1 Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas y requerimientos técnicos de las actividades físico-deportivas.

C2.2 Aplicación eficiente de las habilidades motrices específicas de las diferentes situaciones motrices individuales, de oposición o de colaboración con o sin oposición.

C2.3 Diseño y uso de instrumentos y técnicas de autoevaluación y coevaluación de la acción motriz (técnica) como medio de autorregulación.

C3. Capacidades perceptivo-motrices:

C3.1 Análisis previo a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales que intervienen.

C3.2 Reajuste de la propia intervención motriz para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

C4. Capacidades condicionales:

C4.1 Planificación para el desarrollo de las capacidades condicionales ajustadas a las necesidades y posibilidades individuales.

C4.2 Principios del entrenamiento. Aplicación y puesta en práctica.

C4.3 Sistemas y métodos de entrenamiento de las capacidades condicionales. Características, diseño y puesta en práctica con orientación a la salud.

C4.4 Patrones básicos de movimiento (tracciones, empujes, dominantes de rodilla y de cadera) y estabilización y fortalecimiento del core (zona media o lumbo pélvica) para el entrenamiento de la fuerza.

C4.5 Métodos continuos y fraccionados de media y alta intensidad para el entrenamiento de resistencia.

C4.6 Trabajo de las capacidades condicionales en diversos contextos mediante recursos y medios variados.

C5. Gestión de situaciones motrices:

C5.1 Creación y resolución eficiente de retos y situaciones-problema en diferentes contextos físico-deportivos.

C5.2 Organización y gestión de eventos físico-deportivos o recreativos, torneos y competiciones deportivas.

C5.3 Asunción de roles y funciones relacionadas con la práctica físico-deportiva (gestora o gestor deportivo, entrenador o entrenadora, capitana o capitán del equipo, espectador o espectadora u otros).

C5.4 Búsqueda de información, análisis, presentación y puesta en práctica de actividades físico-deportivas representativas de los distintos tipos de situaciones motrices (individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición) y de deportes alternativos, autoconstruidos y coeducativos.

C5.5 Recursos digitales y tecnológicos para la planificación, organización, control, desarrollo y puesta en práctica de eventos físico-deportivos y torneos.

D. Salud emocional e interacción social.

D1. Gestión emocional:

D1.1 Identificación y manejo de las emociones en contextos educativos y físico deportivos. Gestión del éxito y el fracaso. Fomento del autocontrol.

D1.2 Desarrollo de la motivación intrínseca dirigida a los objetivos físicos y deportivos. Confianza en la aportación de las capacidades y habilidades personales.

D1.3 Actitudes positivas hacia la práctica de la actividad física, deportiva o artístico-expresiva.

D2. Habilidades sociales y convivencia:

D2.1 Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo y técnicas de resolución de conflictos. 10 comunicativas: escucha activa, negociación, asertividad y comunicación efectiva.

D2.3 Actitud positiva, participación activa y respeto a compañeros, compañeras y contrincantes en las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.

D2.4 Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: juego limpio, coeducación y similares.

D2.5 Prevención, identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

E. Manifestaciones y producciones de la cultura motriz.

E1. Cultura artístico-expresiva:

E1.1 Técnicas específicas artístico-expresivas. Puesta en práctica.

E1.2 Creatividad e imaginación. Aplicación adecuada y eficiente de los recursos y elementos expresivos: cuerpo, espacio, tiempo e intensidad.

E1.3 Actividades rítmicas y artístico-expresivas (bailes, percusión corporal, etc.).

E1.4 Práctica, análisis y creación de montajes o composiciones rítmico-musicales con intencionalidad estética o expresiva.

E1.5 Investigación, difusión y práctica de actividades circenses (acroport, combas, malabares, equilibrios, etc.).

E1.6 Organización y creación de eventos. Proyectos de exhibición artístico expresivos.

E1.7 Asunción de funciones organizativas y responsabilidades en las producciones artístico-expresivas (dirección, regiduría, equipo técnico, etc.).

E1.8 Diseño y uso de instrumentos y técnicas de autoevaluación y coevaluación de las acciones motrices, montajes, composiciones, propuestas rítmicas y técnicas artístico-expresivas.

E2. Cultura motriz tradicional:

E2.1 Danzas folclóricas de Cantabria y del mundo.

E2.2 Manifestaciones motrices en el patrimonio cultural y social de Cantabria o de otras culturas del mundo: práctica de juegos y deportes populares, tradicionales y autóctonos que respondan al contexto e intereses.

E2.3 Investigación, conocimiento, difusión y práctica de los juegos y deportes populares, tradicionales y autóctonos propios de Cantabria o de distintas culturas del mundo.

F. Proyección social, comunitaria y sostenible de la actividad física.

F1. Espacios y posibilidades de práctica:

F1.1 Estudio de las posibilidades y riqueza del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. Nuevos espacios y prácticas.

F1.2 Propuestas de mejora y proyectos de salud y sostenibilidad con impacto en la comunidad y en el entorno.

F1.3 Criterios básicos para la organización de eventos y actividades en diferentes espacios. Permisos, seguridad, reparto de responsabilidades y puesta en práctica.

F1.4 Diseño y práctica de propuestas y proyectos originales y contextualizados que reviertan en un beneficio de la comunidad y agentes cercanos: mejora de espacios naturales, fomento de la práctica deportiva, dinamización de poblaciones en riesgo de exclusión social.

F2. Práctica, normas de uso y gestión de espacios:

F2.1 Fomento del transporte activo, saludable y sostenible. Educación vial. Uso de la bicicleta.

F2.2 Criterios básicos de seguridad y herramientas necesarias para la práctica de actividad física orientada a la salud en diferentes espacios, naturales o urbanos.

F2.3 Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.

F2.4 Perfeccionamiento de las técnicas propias de las actividades físico deportivas en entornos naturales.

F2.5 Exploración, disfrute y práctica de actividades físico-deportivas en el medio acuático.

F2.6 Recursos tecnológicos y aplicaciones facilitadoras de la práctica física y deportiva.

En función de todos los criterios expuestos y tras haber detallado los saberes básicos de cada curso, pasamos a reflejar en un cuadro la temporalización más adecuada para nuestro centro con las siguientes Unidades Didácticas:

Secuencia de UUD

1ºESO

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – PALA CÁNTABRA - UD3 – BALONCESTO	- TEST DE CONDICIÓN FÍSICA - UD4 – BÁDMINTON - UD5 – EXPRESIÓN CORPORAL	- TEST DE CONDICIÓN FÍSICA - UD6 – ULTIMATE - UD7 – ORIENTACIÓN

2ºESO

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – SALUD Y HÁBITOS DE VIDA - UD3 – FLOORBALL	- UD4 – EXP.CORPORAL - UD5 - COMBAS - UD6 - BALONMANO	- UD7 - ATLETISMO - UD8 – FÚTBOL Y JUEGOS ADAPTADOS

3ºESO

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – SALUD Y HÁBITOS DE VIDA - UD3 – BALONCESTO	- UD4 – JJ POPULARES Y TRADICIONALES - UD5 – DEPORTES DE RAQUETA - UD6 – EXPRESIÓN CORPORAL Y BAILE	- UD7 – ORIENTACIÓN - UD8 – DEPORTES ALTERNATIVOS

4ºESO

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – SALUD Y HÁBITOS DE VIDA - UD3 – BALONMANO	- UD4 – VOLEY - UD5 – ATLETISMO - UD6 – COMBAS	- UD7 – ORIENTACIÓN - UD8 – FÚTBOL Y DEPORTE ADAPTADO

1ºBACHILLER

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – VOLEYBALL	- UD3 – FÚTBOL - UD4 – COMBAS	- UD5 – BÁDMINTON - UD6 – RUGBY

DEVAS

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – VOLEYBALL - UD3 – DEPORTES ALTERNATIVOS	- UD4 – FITNESS - UD5 – SURF - UD6- PICKETBALL- BÁDMINTON	- UD7– EXP.CORPORAL - UD8 – ORIENTACIÓN – BICI - UD9 - SALUD

1º FPB

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – SALUD Y HÁBITOS DE VIDA - UD3 – BALONCESTO	- UD4 – JJ POPULARES Y TRADICIONALES - UD5 – DEPORTES DE RAQUETA - UD6 – EXPRESIÓN CORPORAL Y BAILE	- UD7 – ORIENTACIÓN - UD8 – DEPORTES ALTERNATIVOS

2ºFPB

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
- UD1 – CONDICIÓN FÍSICA - UD2 – SALUD Y HÁBITOS DE VIDA - UD3 – BALONMANO	- UD4 – VOLEY - UD5 – ATLETISMO - UD6 – COMBAS	- UD7 – ORIENTACIÓN - UD8 – FÚTBOL Y DEPORTE ADAPTADO

A modo de resumen, un alumn@ debe cumplir con los siguientes apartados:

- 1º) Asistencia a clase continuada.
- 2º) Asistir a clase con el material preciso: ropa deportiva, calzado deportivo...
- 3º) Tener en clase un comportamiento bueno, colaborador, trabajador y participativo.
- 4º) Realizar todas las actividades diarias de clase programadas, demostrando una actitud proactiva, con un aprovechamiento suficiente.
- 5º) Mejorar su propia condición física y conocimiento deportivo, con la realización de las pruebas, tareas y trabajos tanto prácticos como teóricos que se deban llevar a cabo durante el curso académico.

e) Metodología

Características Generales

Los objetivos, contenidos y la metodología de la evaluación planteada en nuestra programación de la E.S.O, tomará los siguientes principios generales como eje:

- **METODOLOGÍA ACTIVA:** teniendo en cuenta no sólo lo físico, sino también dirigida al análisis y la reflexión por parte del alumnado de forma responsable y tomando sus propias decisiones.
- Desarrollo de **ACTIVIDADES SIGNIFICATIVAS** adecuadas a la motivación y el interés del alumnado desde una base general e integradora de la asignatura, partiendo siempre de la situación real física del alumno.
- **EVOLUCIÓN CONTINUA DE LA ASIGNATURA** teniendo en cuenta el desarrollo progresivo de los objetivos y contenidos diferenciados en cada uno de los cuatro cursos de la E.S.O.
- El **DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS TEÓRICOS** se profundizará en el 2º ciclo, no superando nunca el 15% del número total de horas de la asignatura. Existe una relación directa entre contenidos teóricos y prácticos.

De esta manera, las líneas metodológicas se basarán en los siguientes aspectos:

- **DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA DEL ALUMNO**
- **CREACIÓN DE HÁBITOS DE ACTIVIDAD FÍSICA**
- **APRENDER A REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA MEDIANTE LA PRÁCTICA**
- **ADECUARSE A LA EVOLUCIÓN DEL ALUMNO**
- **RELACIONAR EL MEDIO NATURAL**
- **DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA DEL ALUMNO/A**

- CREAR HÁBITOS DE ACTIVIDAD FÍSICA
- APRENDIZAJE DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS A TRAVÉS DE LA PRÁCTICA
- ADAPTACIÓN AL MOMENTO DE DESARROLLO DEL ALUMNADO
- CONSEGUIR CONEXIÓN CON EL ENTORNO

En la etapa de ESO, los estudiantes experimentan importantes transformaciones personales y sociales generadoras de inseguridad y cambios en sus hábitos, disminuyendo el nivel medio de práctica de actividad física en más de la mitad. Es un momento crucial para la construcción de una autoimagen positiva que conciencie de la necesidad de la adopción de estilos de vida activos y saludables, y que facilite la participación e integración en el grupo. Es vital una variedad metodológica que posibilite la riqueza de situaciones motrices significativas; que se adapte y respete los diferentes ritmos de aprendizaje; y que resulte atractiva para el alumno planteando actividades dinámicas y globales, que supongan retos alcanzables y tengan un carácter recreativo, prioritario en los cursos iniciales. Por ello, se buscará un enfoque práctico sobre la adquisición de conocimientos necesarios para el logro de una progresiva autonomía, mediante el “saber hacer”. En este sentido, el trabajo interdisciplinar es un arma efectiva para economizar esfuerzos aprovechando las enseñanzas teóricas de otras materias y para potenciar aprendizajes/experiencias.

El profesor es un elemento clave del proceso educativo y guía del aprendizaje. Es modelo de imitación de conductas en muchos momentos. Requiere de una actitud positiva e integradora, actualización permanente, y adaptación al alumnado, que es el centro sobre el que gira todo el proceso. Para ello, es una condición necesaria la organización flexible y variada de la clase y el grupo. En la evaluación es importante: verificar logros, valorar esfuerzos y permitir al alumno formar parte de ella estimulando su capacidad de reflexión y de responsabilizarse. Potenciar un papel activo del alumnado en el proceso es una cuestión fundamental si queremos generar adherencia. Con el objeto de conseguir el desarrollo integral de los alumnos se tienen en cuenta unos principios que impregnan todo el currículo y que guiarán nuestra práctica docente. Estos principios psicopedagógicos y didácticos en los que se apoya la metodología utilizada en el área de educación física se enmarcan en una concepción constructivista del aprendizaje. Así pues, los aspectos a tener en cuenta son los siguientes:

- Partir del nivel de desarrollo del alumno: Se proponen aprendizajes a los alumnos adaptados a sus posibilidades, atendiendo al principio de individualización de la enseñanza y de atención a la diversidad. No es una labor sencilla, dada la heterogeneidad de aptitudes y actitudes que encontramos en los grupos de secundaria.

- Construir aprendizajes significativos: Nuestros alumnos deben establecer en el mayor grado posible, relaciones constantes entre los nuevos contenidos que son objeto de aprendizaje y sus conocimientos previos, aprovechando los principios de transferencia del aprendizaje.
- Proponer situaciones de aprendizaje funcional: Se trata de “conectar” con los intereses del alumno, intentando que comprueben la utilidad de las actividades propuestas. Bien utilizando ejemplos familiares para ellos (con sus experiencias, sus conocimientos previos y sus valores); o bien mostrando la meta para la que pueden ser relevante (situaciones reales de juego, primeros auxilios, actividades en la naturaleza, arte, etc.).
- Aprender a aprender: Buscamos fomentar la responsabilidad del alumno en su propio aprendizaje. Que conozca sus límites y posibilidades y en base a ello establezca sus propios retos para desarrollar sus capacidades.
- Establecer un clima relacional, afectivo y emocional positivo: Intentamos educar en actitudes para crear un clima de cooperación y solidaridad y de respeto hacia los demás, basado en la confianza y la aceptación mutua, y en el que tengan cabida la curiosidad, la capacidad de sorpresa y el interés por el conocimiento en sí mismo.
- Interrelacionar contenidos: Se trata de establecer una relación entre los contenidos impartidos dentro de la asignatura: teóricos, prácticos y actitudinales; así como de establecer relaciones con los contenidos de otras áreas. Se pretende así la organización de los contenidos atendiendo a su lógica interna facilitando así su asimilación por parte de los alumnos y evitando el aprendizaje memorístico en la medida de lo posible.
- Atención especial a los problemas relacionados con la autoestima: Los adolescentes y preadolescentes son seres en general inhibidos, inseguros... por lo tanto debemos tener como docentes mucho “tacto” a la hora de valorar las aportaciones de cada alumno en relación con las tareas planteadas, y a la hora de comentar sus progresos.
- Motivar: Nuestra actitud hacia los alumnos es fundamental, para motivar hay que estar motivado. Para ello podemos utilizar estrategias del tipo: presentar información nueva, sorprendente; plantearles “desafíos razonables”; variar los elementos y niveles de las tareas para mantener la atención de “todos”; reforzar positivamente los avances logrados; flexibilizar las agrupaciones en función de sus afinidades. No se plantea una metodología única, sino que partimos de que cada actividad, o cada circunstancia particular, puede definir un método concreto que sea el que mejor se adapte a la situación. En general los métodos de trabajo se diversificarán al máximo, evitando abusar de la instrucción directa (aprendizaje sin error) como única opción metodológica, ya que en este método de aprendizaje sin error, se pone especial atención en el resultado y no tanto en el proceso. El nuevo sistema educativo fomenta el empleo de métodos que favorezcan la implicación reflexiva del alumno, mediante un aprendizaje significativo, en el que

además de conocer la información, se conoce su significado, aplicación y relaciones. Este tipo de aprendizaje está relacionado con la búsqueda o descubrimiento (aprendizaje por ensayoerror), que favorece la investigación y exploración motriz en la realización de actividades. Esto no significa que obviemos la utilidad de los métodos más instructivos a la hora de enfrentarnos a determinadas tareas en las que pueden resultar de gran utilidad (enseñanza de habilidades específicas cuyo aprendizaje a través del ensayo-error pueda suponer cierto “riesgo”). Ambas opciones metodológicas pueden emplearse, pero nos inclinaremos en la medida de lo posible por la enseñanza mediante la búsqueda o descubrimiento, así como por opciones metodológicas mixtas.

f) Materiales y recursos didácticos

Además del material deportivo se utilizarán otro tipo de material didáctico:

- Apuntes sobre los temas.
- Artículos recogidos en la prensa, libros y/o revistas.
- Vídeos explicativos sobre diferentes temáticas.
- Grabaciones de vídeo de actividades o ejercicios para su posterior revisión y corrección por parte de los alumnos/as.
- TEAMS

g) Medidas de atención a la diversidad

Medidas curriculares: Las acordes a la legislación vigente.

Medidas Organizativas: En todos los cursos se utilizan las horas de atención a la diversidad para hacer grupos más pequeños heterogéneos.

El alumnado que presente dificultades motrices y pueda realizar algún tipo de actividad física se le propondrá variantes de las actividades que el resto del alumnado desarrolla, intentando en cualquier caso la integración en el grupo clase. En caso de que necesite, por el tipo de discapacidad o/y por su duración, un tratamiento claramente diferenciado se le diseñará una adaptación curricular previo informe del departamento de orientación. Los criterios de evaluación /calificación se establecerán en dicha adaptación atendiendo a las características individuales del alumno/a.

Si alguien no puede realizar ninguna actividad física, el alumno/a realizará las tareas organizativas, teóricas o de observación que el profesor estime oportuno en cada caso.

Cuando la lesión o enfermedad se repite durante más de una sesión por trimestre se pedirá el informe de un médico. Éste se entregará como máximo en el plazo de una semana después de la incorporación al Centro.

En el caso de que el alumno/a por prescripción médica no pueda realizar ninguna actividad física más allá de la duración de un trimestre, se redactará y aplicará, previo informe del departamento de orientación, una adaptación curricular significativa. En ella se establecerán, entre otros aspectos, los criterios de calificación de dicho alumno/a.

Debido a la diversidad de los contenidos del área de Educación Física resulta complicado detallar el tratamiento de las dificultades de los alumnos que así lo requieran. Sin embargo, en cada una de las unidades didácticas se analizarán las medidas educativas para cada caso.

De todas formas, la comprensión de los contenidos teóricos es normalmente la dificultad que más muestran los alumnos. En esos casos, se intentarán minimizar las dificultades trabajando por partes dichos contenidos y pidiendo solamente el conocimiento de los conceptos básicos de cada tema o sustituyendo el examen teórico por otro tipo de actividades. Por último, mencionar que teniendo en cuenta la importancia de la actitud en los criterios de evaluación de la asignatura, los casos de tratamiento de la diversidad la nota se suplirá con la nota de actitud.

h) Actividades complementarias y extraescolares

- VIAJE A ANDORRA A ESQUIAR
- SALIDA A HACER SURF Y KAYAK
- SALIDA A PRACTICAR PALAS CÁNTABRAS
- SALIDA A CONOCER EL BOLO CÁNTABRO

- **EN TODAS LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES SE DENEGARÁ LA PARTICIPACIÓN DEL ALUMNADO QUE TENGA MÁS DE 4 PARTES DE DISCIPLINA O ALGUNO GRAVE. ESTANDO SIEMPRE DEPENDIENTE DEL CRITERIO DEL EQUIPO DE PROFESORES DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

i) EVALUACIÓN

Procedimientos e instrumentos

1ª EVALUACIÓN:

- Cuestionario sobre condición física y baloncesto
- Rúbricas para los test de condición física.
- Exposiciones orales.
- Escalas de observación.
- Listas de control.
- Cuestionarios de autoevaluación y coevaluación.

2ª EVALUACIÓN:

- Exposiciones orales.
- Rúbrica para el examen práctico
- Escalas de observación.
- Listas de control.
- Cuestionarios de autoevaluación y coevaluación.

3ª EVALUACIÓN:

- Rúbrica para los exámenes prácticos
- Exposiciones orales.
- Escalas de observación.
- Listas de control.
- Cuestionarios de autoevaluación y coevaluación.

Criterios de evaluación**1 – 2 ESO**

1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.
1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices.
1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante o después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.
1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.
1.5. Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.
1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.
2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y/o coevaluación tanto del proceso como del resultado.
2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.
2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.
3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante y otros.
3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y

asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.
3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económico o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.
4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.
4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.
1.1. Participar en actividades físico – deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.
5.2 Practicar actividades físico – deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

3-4 ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal	A1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. A3.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. B1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto , actividad y compañeros de realización.
1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	A1.2 Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares) A1.3 Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares) B2 Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. B3 Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante o después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	A1.4 Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. B5 Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	B6. Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante DEA o DESA. Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus o similares)
1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	A2.1 Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgo y condicionantes éticos. A3.2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. A3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, bulimia, anorexia...) Creación de una identidad corporal definida y consolidada.

1.6. Manejar recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte para planificar, desarrollar y compartir con seguridad su práctica física cotidiana.	B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y/o coevaluación tanto del proceso como del resultado.	B2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. B4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. B2. Preparación práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	C1. Toma de decisiones: 11. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. 12. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. 13. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. 14. Organización anticipada de movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. 15. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración – oposición de persecución y de interacción con un móvil. C2 Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas
2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	C3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas con enfoque recreativo. C4 Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas.
3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante y otros.	D1.3. Gestión emocional: perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físicos – deportivos. D3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	C5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea	D1 gestión del éxito y la fama en contextos físico – deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vidas significativas. D2 Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. D4 Identificación y rechazo de las conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices

de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio – económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	(comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas o sexistas)
4.1. Identificar y contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económicos-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.	E1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. E5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico – deportivo.	E4 Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia. 3. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.
5.2 Participar en actividades físico – deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	F4 Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. F6 Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural. F7 Profundización de técnicas propias de las actividades físico deportivas en entornos naturales.
5.2 Diseñar y organizar actividades físico deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	F1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos. F2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares) F3 Análisis del riesgo en las prácticas físico deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves en el medio natural. F4 Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. F5 Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

DEVAS

DEVAS				
COMPETENCIA ESPECÍFICA	C.EVAL. (% curso)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDAD	UD
COMPETENCIA ESPECÍFICA 1 15%	1.1 7,5%	Rúbrica	Programa personal de actividad física (puesta en práctica)	2
	1.2 3,8%	Rúbrica	Plan nutricional	5
	1.3 3,8%	Rúbrica	Programa personal de actividad física (diario en Excel)	2
COMPETENCIA ESPECÍFICA 2 11%	2.1 3,7%	Rúbrica	Presentación sobre la incidencia de determinados hábitos sobre la salud	8
	2.2 3,7%	Lista de control	Técnicas de relajación	8
	2.3 3,7%	Rúbrica	Rol playing sobre los auxilios	5
COMPETENCIA ESPECÍFICA 3 7%	3.1 3,5%	Rúbrica / Lista de control	Simulación de salidas profesionales	1
	3.2 3,5%	Rúbrica	Plan de entrenamiento orientado a la preparación de pruebas físicas de salidas profesionales	1
COMPETENCIA ESPECÍFICA 4 10%	4.1 5%	Rúbrica	Proyecto de actividad físico-deportiva	SAp2
	4.2 5%	Rúbrica	Proyecto de actividad físico-deportiva en las redes sociales	SAp2
COMPETENCIA ESPECÍFICA 5	5.1 3,8%	Rúbrica	Táctica en durante el juego en deportes de cancha dividida	6



Programación didáctica: Desarrollo de Estilo de Vida Activo y Saludable (DEVAS)

14%	5.2 7,5%	Rúbrica	Prueba práctica y examen teórico de surf	3
	5.3 3,8%	Lista de control	Organización de campeonato deportivo	6
COMPETENCIA ESPECÍFICA 6 20%	6.1 6,7%	Escala numérica	Puntos REAR	SAp1
	6.2 6,7%	Escala numérica	Puntos REAR	SAp1
	6.3 6,7%	Escala numérica	Puntos REAR	SAp1
COMPETENCIA ESPECÍFICA 7 14%	7.1 7%	Rúbrica	Montaje grupal artístico-expresivo	4
	7.2 7%	Rúbrica	Sesión de juegos y deportes autóctonos de Cantabria	7
COMPETENCIA ESPECÍFICA 1 8%	8.1 4%	Lista de control	Circuitos de orientación y bicicleta	9
	8.2	Rúbrica	Aprendizaje servicio en orientación y bicicleta	9

Criterios de calificación

ESO: continua, formativa e integradora.

El departamento ha ponderado los criterios de evaluación según se describe en las tablas

A continuación se detalla el peso que para cada criterio de evaluación tienen los instrumentos que nos proporcionan la información acerca del nivel de logro de cada criterio de evaluación.

Atendiendo al carácter CONTINUO de la evaluación, el nivel de logro en cada CE se va actualizando en función de la evolución del alumnado con respecto a cada criterio, la calificación final corresponde al nivel de logro medido durante todo el curso valorado en el último mes del curso.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y PONDERACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

PRIMERO – SEGUNDO DE LA ESO	2.2 – 10%	5.2 – 5%
1.1 - 4%	2.3 – 5%	
1.2 – 4%	3.1 – 10%	
1.3 – 2%	3.2 – 10%	
1.4 – 2%	3.3 – 10%	
1.5 – 4%	4.1 – 5%	
1.6 – 4%	4.2 – 5%	
2.1 – 10%	5.1 – 5 %	

TERCERO – CUARTO DE LA ESO	2.2 – 5%	5.2 – 5%
1.1 - 4%	2.3 – 10%	
1.2 – 4%	3.1 – 10%	
1.3 – 2%	3.2 – 10%	
1.4 – 2%	3.3 – 10%	
1.5 – 4%	4.1 – 5%	
1.6 – 4%	4.2 – 5%	
2.1 – 10%	5.1 – 5 %	

*Para promediar las notas de los diferentes apartados se deben cumplir los siguientes requisitos:

Para sumar las distintas partes calificadas, será necesario: obtener al menos un 3 sobre 10 de la nota en el examen teórico, pruebas prácticas y observaciones diarias; no tener más de un 20% de faltas de práctica física sin justificar (se incluyen aquí las faltas de ropa deportiva) que, según sea el trimestre, representan 4 sesiones aproximadamente; no tener más de 2 partes de disciplina por faltas leves o más de 1 parte por falta grave. La nota final será la media de las tres evaluaciones siempre que lleguen a un mínimo de 4 en todas las evaluaciones y se hayan presentado y ejecutado todas las pruebas y exámenes/trabajos.

La nota media se redondeará a la superior si la parte decimal es ,75 o superior, tanto en la primera como en la segunda evaluación. En la tercera y final se redondeará al alza a partir de ,5.

EN FPB AL COMPARTIR MÓDULO CON CIENCIAS APLICADAS, NOS REPARTIMOS LA NOTA DE ESTA MANERA:

Materia	CienciasAplicadas	EducaciónFísico-Deportiva
Horassemanales	3	2
Pesocalificador	60%	40%

Actividades de recuperación

De la evaluación:

El alumno/a tendrá la oportunidad de demostrar en las siguientes evaluaciones que cumple con los mínimos para poder recuperar una evaluación suspendida. En función del criterio no alcanzado se le propondrán una serie de medidas (pruebas, proyectos, trabajo diario en el aula, etc.) para recuperar la evaluación suspendida.

Del curso:

Prueba final de junio. El alumnado que no llegue al 5 de media de las 3 evaluaciones realizará una prueba teórico-práctica en junio que podrá incluir, salvo excepciones, todos los contenidos dados durante el curso.

Evaluación de materias pendientes

El alumnado que tenga la asignatura pendiente podrá recuperarla de dos formas:

- Aprobando los dos primeros trimestres del curso actual
- Si no los aprueba, realizará una prueba teórico-práctica.

Evaluación del desarrollo de la programación y de la práctica docente. INDICADORES DE LOGRO DE:

LOS RECURSOS DIDÁCTICOS, ESPACIOS, TIEMPOS Y METODOLOGÍA: CONTRIBUCIÓN A LA MEJORA DEL CLIMA DE AULA Y DE CENTRO

- Realización del torneo de fútbol entre los distintos cursos. Creemos desde el departamento que está ayudando a mejorar el clima del centro en los recreos, el alumnado está más activo y entretenido viendo el partido si no les toca jugar. Creemos que ha disminuido el uso de dispositivos móviles en el recreo, siendo más saludable para los alumnos y alumnas.