

**DEPARTAMENTO:** Educación Física

**MATERIA:** Educación Física

**NIVEL:** 1º Bachillerato

DESCRIPTORES ASOCIADOS (Competencias clave)	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CALIFICACIÓN %	SABERES BÁSICOS MÍNIMOS	
				Nomenclatura	Desarrollo
STEM2 STEM5 CD1 CD4 CPSAA1.1 CPSAA1.2 CPSAA5 CE3	1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros 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, partiendo de la evaluación del estado inicial, dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud y la calidad de vida, aplicando los diferentes sistemas y métodos de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	4	EDFI.1.A.1.	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y



Junta de Andalucía

Consejería de Educación y Deporte

IES MARÍA CABEZA ARELLANO MARTÍNEZ



					<p>gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p>
				EDFI.1.A.2.	<p>Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.</p>
				EDFI.1.A.3.	<p>Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis</p>

					crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, en relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
				EDFI.1.B.1.	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
				EDFI.1.B.3.	Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
				EDFI.1.B.4.	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
				EDFI.1.C.3.	Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.

				EDFI.1.F.2.	Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades.
		1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices y el descanso adecuado, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales relacionados con los distintos campos de la actividad física, deporte y recreación. Todo ello, teniendo en cuenta la seguridad física y afectiva como aspecto importante.	4	EDFI.1.A.1.	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.



Junta de Andalucía

Consejería de Educación y Deporte

IES MARÍA CABEZA ARELLANO MARTÍNEZ



				EDFI.1.A.2.	Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.
				EDFI.1.A.3.	Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, en relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.

				EDFI.1.B.1.	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
				EDFI.1.B.3.	Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
				EDFI.1.B.4.	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
				EDFI.1.C.3.	Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.
		1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, que permitan y faciliten posteriores intervenciones asistenciales, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen	4	EDFI.1.A.1.	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de

		al ámbito profesional y ocupacional.			<p>medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p>
				EDFI.1.B.1.	<p>Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.</p>
				EDFI.1.B.2.	<p>Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</p>
				EDFI.1.B.4.	<p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física.</p>

					Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
				EDFI.1.B.5.	Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus, limpiar una herida, detener una hemorragia, aplicar frío o calor, y aplicar técnicas básicas de vendaje y masaje. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
				EDFI.1.B.6.	Protocolos ante alertas escolares.
				EDFI.1.F.4.	Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
		1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales	4	EDFI.1.A.2.	Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos



Junta de Andalucía

Consejería de Educación y Deporte

IES MARÍA CABEZA ARELLANO MARTÍNEZ



		asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.			negativos para la salud individual o colectiva. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.
				EDFI.1.A.3.	Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, en relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
				EDFI.1.B.4.	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física.



Junta de Andalucía

Consejería de Educación y Deporte

IES MARÍA CABEZA ARELLANO MARTÍNEZ



					Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
				EDFI.1.D.1.	Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
				EDFI.1.D.3.	Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.
				EDFI.1.D.5.	Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
				EDFI.1.D.6.	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).
				EDFI.1.E.5.	Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.



		1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	4	EDFI.1.A.1.	Salud física: programa personal de actividad física, atendiendo a frecuencia, volumen, recuperación, intensidad y tipo de actividad. Autoevaluación de las capacidades físicas, fundamentalmente de las cualidades físicas relacionadas con la salud y coordinativas, como requisito previo a la planificación: técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos motrices, saludables, de actividad o similares, a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para la evaluación de la condición física . Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core -zona media o lumbo-pélvica- para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
				EDFI.1.A.2.	Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la



Junta de Andalucía

Consejería de Educación y Deporte

IES MARÍA CABEZA ARELLANO MARTÍNEZ



					<p>salud individual o colectiva. Análisis de los hábitos sociales positivos para la salud tales como la alimentación adecuada, descanso, estilo de vida activo, y reflexión crítica sobre los hábitos sociales negativos para la salud, como sedentarismo, drogadicción, tabaquismo o alcoholismo, entre otros. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales de ambos géneros.</p>
				EDFI.1.A.3.	<p>Salud mental: técnicas de respiración, reajuste postural, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. Trabajo de la autoestima y el autoconcepto favoreciendo la autosuperación y potenciando al máximo sus posibilidades motrices, en relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.</p>
				EDFI.1.B.1.	<p>Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina,</p>

					material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares. EDFI.
				EDFI.1.B.3.	Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
				EDFI.1.C.3.	Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.
				EDFI.1.F.1.	Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
CPSAA1.2 CPSAA4 CE2 CE3	2. 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	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, previo análisis de lo que le ofrecen tanto su centro escolar como las instituciones o entorno que les rodea, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar	3,33	EDFI.1.B.1.	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
				EDFI.1.B.2.	Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
				EDFI.1.B.3.	Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o

	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.				similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
				EDFI.1.C.4.	Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
				EDFI.1.C.5.	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
				EDFI.1.D.4.	Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
				EDFI.1.E.2.	Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas.
	2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión, control y éxito, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	3,33	EDFI.1.C.1.	Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las	

					acciones en las actividades físicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
				EDFI.1.C.2.	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
				EDFI.1.C.4.	Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
				EDFI.1.C.5	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
		2.3. Identificar, analizar de manera crítica y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones	3,33	EDFI.1.C.1.	Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales y colectivas. Análisis colectivo de

		<p>motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p>			<p>resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de colaboración-oposición tanto individuales como colectivas. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades fíicodeportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo</p>
				EDFI.1.C.2.	<p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.</p>
				EDFI.1.C.3.	<p>Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.</p>

				EDFI.1.C.4.	Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
CCL5 CPSAA1.1 CPSAA2 CPSAA5 CC3	3. 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 espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de	3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, empatía y asertividad al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	3,33	EDFI.1.B.1	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
				EDFI.1.C.5	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
				EDFI.1.D.2	Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
		3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y representaciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	3,33	EDFI.1.B.1.	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: tipo de deporte, o disciplina, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares.
				EDFI.1.C.5.	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

	las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.			EDFI.1.D.1.	Gestión del éxito análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
				EDFI.1.D.2.	Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
		3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes, teniendo en cuenta las aficiones, posibilidades y limitaciones, hábitos e intereses de sus compañeros y compañeras durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	3,33	EDFI.1.B.3.	Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
				EDFI.1.D.3.	Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.
				EDFI.1.D.5.	Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
				EDFI.1.D.6.	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).

				EDFI.1.E.1.	Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
				EDFI.1.E.2.	Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas.
STEM5 CPSAA1.2 CC1 CCEC1	4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.	4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su análisis crítico y comparativo entre su evolución actual y la expresada en las diversas culturas y a lo largo de los tiempos y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	10	EDFI.1.D.3.	Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.
				EDFI.1.D.6.	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).
				EDFI.1.E.1.	Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
				EDFI.1.E.4.	Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz.
				EDFI.1.E.5.	Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos

					físicodeportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.
				EDFI.1.E.6.	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz y actitudes xenófobas, racistas o sexistas y LGTBIfóbicas).
		4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, utilizando la música como recurso pedagógico didáctico y transmisor sociocultural, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	10	EDFI.1.E.2.	Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas.
				EDFI.1.E.3.	Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.
STEM5 CPSAA1.2 CPSAA2	5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la	5.1. Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos,	10	EDFI.1.B.2.	Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.

CC4 CE1	conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al 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.	interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. Todo ello, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.			
				EDFI.1.F.1.	Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
				EDFI.1.F.2.	Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades.
				EDFI.1.F.3.	Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares.
				EDFI.1.F.5.	Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios.
				EDFI.1.F.6.	Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.
	5.2. Practicar, participar y organizar	10	EDFI.1.B.4.	Prevención de accidentes en las prácticas	



		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.			motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
				EDFI.1.B.5.	Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares: maniobra de Heimlich, señales de ictus, limpiar una herida, detener una hemorragia, aplicar frío o calor, y aplicar técnicas básicas de vendaje y masaje. Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
				EDFI.1.F.1.	Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
				EDFI.1.F.2.	Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades.
				EDFI.1.F.3.	Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la

					motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares.
				EDFI.1.F.4.	Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
				EDFI.1.F.6.	Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

#### PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Pruebas escritas.
- Pruebas orales.
- Exposiciones.
- Cuestionarios.
- Revisión fichas del libro o de clase.
- Trabajos de clase.
- Trabajos de casa.
- Trabajos de investigación.
- Rúbricas.
- Cuaderno del alumno.
- Fichas de autoevaluación.



- Test de condición física para evaluar las capacidades físicas básicas de nuestros alumnos/as: Test de Ruffier Dickson, test de Cooper, carrera continuada, salto horizontal, lanzamiento de balón medicinal (3 kg-2kg), test de abdominales en 30", prueba 5 X 10 de velocidad, flexión profunda de tronco...
- Pruebas de coordinación y equilibrio.
- Test de agilidad.
- Circuitos deportivos.
- Pruebas de campo.
- Realización de pruebas prácticas de los aprendizajes adquiridos.
- Valoración del desarrollo individual de las clases.
- Trabajos teóricos llevados a la práctica.
- La observación sistemática directa en diferentes situaciones (clase, recreo, competición, actividades extraescolares...).
- Registro anecdótico del profesor.
- Listado de control.
- Escala de verificación de comportamientos y actitudes elaborada por el profesor.