

EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO

S.A. 1. DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA / 1º trimestre: repetiremos algunas sesiones en el segundo y tercer trimestre buscando el mantenimiento de las capacidades físicas del alumnado (2º y 3º).

Competencias Específicas	Criterios de Evaluación Ponderación	Saberes Básicos	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN	C. CLAVE
<i>Competencia específica 1 y 2.</i>	1.1. / 1.2. / 1.5. / 1.6. 2.1. / 2.3.	EFI.1.A.1.1. / EFI.1.A.1.2. / EFI.1.A.1.4. / EFI.1.A.1.5. / EFI.1.A.1.6. / EFI.1.A.2.2. / EFI.1.A.3.1. / EFI.1.B.5. / EFI.1.B.3./ EFI.1.B.7.1.	Cuaderno del profesor Test y pruebas de valoración de la condición física Prueba teórica tipo test. Montaje video-gráfico.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 2. HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES / 1º y 2º trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2, 3, 4 y 5.</i>	1.2. / 1.4. / 1.5. / 1.6. 2.1 3.3 4.1. / 4.5. 5.2	EFI.1.A.1.3./EFI.1.A.1.4. / EFI.1.A.2.1. / EFI.1.A.2. / EFI.1.A.3. / EFI.1.B.7.2. / EFI.1.B.7.3. / EFI.1.B.7.4. / EFI.1.D.2.4. / EFI.1.F.1.	Cuaderno del profesor. Lectura en el aula (Plan lector). Trabajos y proyectos grupales (classroom). Rúbrica.	TODOS
S.A. 3. Pre-Deportes: 1º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.1.A.1. / /EFI.1.E.3. / EFI.1.E.1. / EFI.1.C.1. / EFI.1.C.2. / EFI.1.C.3. / EFI.1.C.7.	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 4. Fútbol 7: 2º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1 / 3.3	EFI.1.A.1. / EFI.1.C.7. / EFI.1.C.3. EFI.1.C.8. / EFI.1.D.2.2 / EFI.1.D.2.3. / EFI.1.D.1.3. / EFI.1.D.1.1.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 5 . ACROSPORT: 2º Trimestre.				
<i>Competencia específica 4</i>	4.1. y 4.3.	EFI.1.E.3./ EFI.1.E.2. /EFI.1.E.1.	Cuaderno del profesor. Registro fotográfico. Video y Rúbrica en la tarea final.	CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2 , CCEC3, CCEC4

S.A. 6. Deportes Alternativos: 2º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 4.	2.1. / 2.2. / 2.3. 4.3	EFI.1.C.1. / EFI.1.C.3. / EFI.1.C.4. / EFI.1.C.7. / EFI.1.F.3.	Cuaderno del profesor Rúbrica.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4
S.A. 7. Voleibol: 3º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 3.	2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.1.C.1. / EFI.1.C.3. / EFI.1.C.4. / EFI.1.C.7. / EFI.1.D.2.3. / EFI.1.D.2.1. / EFI.1.D.1.4. / EFI.1.D.1.3.	Cuaderno del profesor. Rúbrica de ejecución técnica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3
S.A. 8. Deportes de Raqueta: Plickeball. 3º Trimestre.				
Competencia específica 1 y 2.	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3.	EFI.1.A.1. / EFI.1.B.3. / EFI.1.B.5. / EFI.1.D.1.1. / EFI.1.D.1.3. / EFI.1.D.2.4.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 9. Orientación y Actividades en el Medio Natural. 3º Trimestre.				
Competencia específica 5.	5.1 y 5.2	EFI.1.F.4. / EFI.1.F.2. / EFI.1.F.1.	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3
S.A.10. Actitud. 1º, 2º y 3º.				
Competencia específica 1, 2 y 3.	1.2. / 1.3. / 1.5. 2.1. 3.1. / 3.3.	EFI.1.C.1. / EFI.1.F.4. / EFI.1.F.2. / EFI.1.F.1.	Lista de valoración.	TODOS

Competencia específica	1º ESO Criterios de Evaluación.	1º ESO Saberes Básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>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.</p>	<p>A. Vida activa y saludable. EFI.1.A.1. Salud física. EFI.1.A.1.1. Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. EFI.1.A.1.2. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. EFI.1.A.1.3. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física. EFI.1.A.1.4. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación. EFI.1.A.1.5. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. EFI.1.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. EFI.1.A.2. Salud social. EFI.1.A.2.1. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. EFI.1.A.2.2. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. EFI.1.A.3. Salud mental. EFI.1.A.3.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. EFI.1.A.3.2. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p>
	<p>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, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. EFI.1.B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. EFI.1.B.2. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas de higiene como elemento imprescindible en contextos de práctica de la actividad física y deportiva. EFI.1.B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. EFI.1.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. EFI.1.B.5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma. EFI.1.B.6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales. EFI.1.B.7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. EFI.1.B.7.1. Calzado deportivo y ergonomía. EFI.1.B.7.2. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar. EFI.1.B.7.3. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. EFI.1.B.7.4. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112</p>
	<p>1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p>	
	<p>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.</p>	
	<p>1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p>	
	<p>1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	

<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.</p> <p>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.</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>EFI.1.C.1. Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.</p> <p>EFI.1.C.2. Esquema corporal: integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices y/o deportivas.</p> <p>EFI.1.C.3. Capacidades perceptivo-motrices en el contexto de la práctica deportiva condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.</p> <p>EFI.1.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</p> <p>EFI.1.C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.</p> <p>EFI.1.C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la actividad universal y la movilidad adaptativa, autónoma, saludable y segura.</p> <p>EFI.1.C.7. Adaptación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.</p> <p>EFI.1.C.8. Adaptación de las acciones propias a las estrategias básicas de ataque y defensa en diferentes situaciones motrices en deportes de colaboración-oposición con y sin interacción con un móvil</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>3.1 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 público, participante u otros.</p> <p>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.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz,</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>EFI.1.D.1. Gestión emocional.</p> <p>EFI.1.D.1.1. El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.</p> <p>EFI.1.D.1.2. Estrategias de autorregulación individual y colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.</p> <p>EFI.1.D.1.3. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p> <p>EFI.1.D.1.4. Reconocimiento y concienciación emocional.</p> <p>EFI.1.D.2. Habilidades sociales.</p> <p>EFI.1.D.2.1. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad.</p> <p>EFI.1.D.2.2. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.</p> <p>EFI.1.D.2.3. Funciones de arbitraje deportivo.</p> <p>EFI.1.D.2.4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado</p>

	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. 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.	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.1.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. EFI.1.E.2. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. EFI.1.E.3. Deporte y perspectiva de género. Medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.
	4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	
	4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	
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.	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.	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. EFI.1.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. EFI.1.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas. EFI.1.F.3. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). EFI.1.F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	

EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO

S.A. 1. DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA / 1º trimestre: repetiremos algunas sesiones en el segundo y tercer trimestre buscando el mantenimiento de las capacidades físicas del alumnado (2º y 3º).

Competencias Específicas	Criterios de Evaluación Ponderación	Saberes Básicos	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN	C. CLAVE
<i>Competencia específica 1 y 2.</i>	1.1. / 1.2. / 1.5. 2.1. / 2.3.	EFI.4.C.3.3. / EFI.4.C.3.2 / .EFI.4.C.3.1. / EFI.2.B.5. / EFI.2.B.4. / EFI.2.A.1.4. / EFI.2.A.1.1. EFI.2.B.2.	Cuaderno del profesor Test y pruebas de valoración de la condición física Prueba teórica tipo test. Montaje video-gráfico.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 2. HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES / 1º y 2º trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2, y 3.</i>	1.2. / 1.4. / 1.5. / 1.6. 2.1 3.3	EFI.2.A.1.2. / EFI.2.A.1.3. / EFI.2.A.1.5 / EFI.2.A.3.3. / EFI.2.B.7.3. / EFI.2.B.7.2. / EFI.2.B.7.1. / EFI.2.A.2.	Cuaderno del profesor. Lectura en el aula (Plan lector). Trabajos y proyectos grupales (classroom). Rúbrica.	TODOS
S.A. 3. Pre-Deportes: 1º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.2. A.1. / EFI.4.C.1.2. / EFI.4.C.1.3. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.2. / EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.2.3. / EFI.4.D.2.1.	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 4. Fútbol 7: 2º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1 / 3.3	EFI.4.C.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.5. / EFI.4.C.4. / EFI.4.D.2.3. EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.1.2.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 5 . ACROSPORT: 2º Trimestre.				
<i>Competencia específica 4</i>	4.1. y 4.3.	EFI.4.E.1. / EFI.4.E.2. / EFI.4.E.3.	Cuaderno del profesor. Registro fotográfico. Video y Rúbrica en la tarea final.	CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4

S.A. 6. Deportes Alternativos: 2º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 4.	2.1. / 2.2. / 2.3. 4.3	EFI.2.B.1. / EFI.4.E.5. / EFI.4.E.4. EFI.4.E.6.	Cuaderno del profesor Rúbrica.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4
S.A. 7. Voleibol: 3º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 3.	2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.4.C.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.5./ EFI.4.C.4. / EFI.4.D.2.3. EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.1.2.	Cuaderno del profesor. Rúbrica de ejecución técnica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3
S.A. 8. Deportes de Raqueta: Badminton. 3º Trimestre.				
Competencia específica 1 y 2.	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3.	EFI.4.D.2.3. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.1.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.4.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 9. Orientación y Actividades en el Medio Natural. 3º Trimestre.				
Competencia específica 5.	5.1 y 5.2	EFI.4.F.3. EFI.4.F.4.EFI.4.F.2. EFI.4.F.1	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3
S.A.10. Actitud. 1º, 2º y 3º.				
Competencia específica 1, 2 y 3	1.2. / 1.3. / 1.5. 2.1. 3.1/ 3.3.	EFI.1.C.1. / EFI.1.F.4. / EFI.1.F.2. / EFI.1.F.1.	Lista de valoración.	TODOS

Competencia específica	3º ESO Criterios de Evaluación.	3º ESO Saberes Básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p> <p>1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>A. Vida activa y saludable. EFI.3.A.1. Salud física. EFI.4.A.1. Salud física. EFI.4.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. EFI.4.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento. EFI.4.A.1.3. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. EFI.4.A.1.4. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. EFI.4.A.1.5. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. EFI.4.A.2. Salud social. EFI.4.A.2.1. Suplementación y dopaje en el deporte. EFI.4.A.2.2. Riesgos y condicionantes éticos. EFI.4.A.3. Salud mental EFI. EFI.4.A.3.1. Exigencias y presiones de la competición. EFI.4.A.3.2. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. EFI.4.A.3.3. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). EFI. 4.A.3.4. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.</p>
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. EFI.4.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. EFI.4.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. EFI.4.B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. EFI.4.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. EFI.4.B.5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma. EFI.4.B.6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o</p>

<p>situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	<p>plataformas digitales. EFI.4.B.7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. EFI.4.B.8. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad. EFI.4.B.9. Actuaciones críticas ante accidentes. EFI.4.B.10. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Soporte vital básico (SVB).</p>
	<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices. EFI.4.C.1. Toma de decisiones. EFI.4.C.1.1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. EFI.4.C.1.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. EFI.4.C.1.3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. EFI.4.C.1.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. EFI.4.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. EFI.4.C.2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. EFI.4.C.3. Capacidades condicionales. EFI.4.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud. EFI.4.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. EFI.4.C.3.3. Sistemas de entrenamiento. EFI.4.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. EFI.4.C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. EFI.4.C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con</p>	<p>3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. EFI.4.D.1. Autorregulación emocional.</p>

<p>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.</p>	<p>prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>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 cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.</p>	<p>EFI.4.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.</p> <p>EFI.4.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p> <p>EFI.4.D.2. Habilidades sociales.</p> <p>EFI.4.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</p> <p>EFI.4.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</p> <p>EFI.4.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p>
<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una</p>	<p>4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.</p> <p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.</p> <p>4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <p>EFI.4.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</p> <p>EFI.4.E.2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p> <p>EFI.4.E.3. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.</p> <p>EFI.4.E.4. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia.</p> <p>EFI.4.E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.</p> <p>EFI.4.E.6. Los Juegos Olímpicos.</p> <p>EFI.4.E.6.1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos.</p> <p>EFI.4.E.6.2. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género</p>

<p>visión más realista, contextualizada y justa de la</p>	<p>miembros de la comunidad.</p>	
<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>	<p>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, 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.</p> <p>5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individual y colectiva.</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <p>EFI.4.F.1. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.</p> <p>EFI.4.F.2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p> <p>EFI.4.F.3. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.</p> <p>EFI.4.F.4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p>

EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO

S.A. 1. DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA / 1º trimestre: repetiremos algunas sesiones en el segundo y tercer trimestre buscando el mantenimiento de las capacidades físicas del alumnado (2º y 3º).

Competencias Específicas	Criterios de Evaluación Ponderación	Saberes Básicos	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN	C. CLAVE
<i>Competencia específica 1 y 2.</i>	1.1. / 1.2. / 1.5. 2.1. / 2.3.	EFI.4.C.3.3. / EFI.4.C.3.2 / .EFI.4.C.3.1. / EFI.2.B.5. / EFI.2.B.4. / EFI.2.A.1.4. / EFI.2.A.1.1. EFI.2.B.2.	Cuaderno del profesor Test y pruebas de valoración de la condición física Prueba teórica tipo test. Montaje video-gráfico.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 2. HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES / 1º y 2º trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2, y 3.</i>	1.2. / 1.4. / 1.5. / 1.6. 2.1 3.3	EFI.2.A.1.2. / EFI.2.A.1.3. / EFI.2.A.1.5 / EFI.2.A.3.3. / EFI.2.B.7.3. / EFI.2.B.7.2. / EFI.2.B.7.1. / EFI.2.A.2.	Cuaderno del profesor. Lectura en el aula (Plan lector). Trabajos y proyectos grupales (classroom). Rúbrica.	TODOS
S.A. 3. Pre-Deportes: 1º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.2. A.1. / EFI.4.C.1.2. / EFI.4.C.1.3. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.2. / EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.2.3. / EFI.4.D.2.1.	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 4. Fútbol 7: 2º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1 / 3.3	EFI.4.C.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.5. / EFI.4.C.4. / EFI.4.D.2.3. EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.1.2.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 5 . ACROSPORT: 2º Trimestre.				
<i>Competencia específica 4</i>	4.1. y 4.3.	EFI.4.E.1. / EFI.4.E.2. / EFI.4.E.3.	Cuaderno del profesor. Registro fotográfico. Video y Rúbrica en la tarea final.	CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4

S.A. 6. Deportes Alternativos: 2º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 4.	2.1. / 2.2. / 2.3. 4.3	EFI.2.B.1. / EFI.4.E.5. / EFI.4.E.4. EFI.4.E.6.	Cuaderno del profesor Rúbrica.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4
S.A. 7. Voleibol: 3º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 3.	2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.4.C.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.5./ EFI.4.C.4. / EFI.4.D.2.3. EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.1.2.	Cuaderno del profesor. Rúbrica de ejecución técnica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3
S.A. 8. Deportes de Raqueta: Badminton. 3º Trimestre.				
Competencia específica 1 y 2.	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3.	EFI.4.D.2.3. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.1.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.4.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 9. Orientación y Actividades en el Medio Natural. 3º Trimestre.				
Competencia específica 5.	5.1 y 5.2	EFI.4.F.3. EFI.4.F.4. EFI.4.F.2. EFI.4.F.1	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3
S.A.10. Actitud. 1º, 2º y 3º.				
Competencia específica 1, 2 y 3	1.2. / 1.3. / 1.5. 2.1. 3.1. / 3.3.	EFI.1.C.1. / EFI.1.F.4. / EFI.1.F.2. / EFI.1.F.1.	Lista de valoración.	TODOS

Competencia específica	3º ESO Criterios de Evaluación.	3º ESO Saberes Básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p> <p>1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>A. Vida activa y saludable. EFI.3.A.1. Salud física. EFI.3.A.1.1. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. EFI.3.A.1.2. Autorregulación y planificación del entrenamiento. EFI.3.A.1.3. Alimentación saludable (dieta mediterránea, plato de Harvard) y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). EFI.3.A.1.4. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. EFI.3.A.1.5. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). EFI.3.A.1.6. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. EFI.3.A.1.7. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p>
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. EFI.3.B.1. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. EFI.3.B.2. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. EFI.3.B.3. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. EFI.3.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. EFI.3.B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. EFI.3.B.6. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-</p>

<p>situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>		<p>deportiva y presentación de la misma. EFI.3.B.7. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad. EFI.3.B.8. Actuaciones críticas ante accidentes. EFI.3.B.9. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Protocolo RCP. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares.</p>
	<p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices. EFI.3.C.1. Toma de decisiones. EFI.3.C.1.1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. EFI.3.C.1.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica. EFI.3.C.1.3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. EFI.3.C.1.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. EFI.3.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. EFI.3.C.2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. EFI.3.C.3. Capacidades condicionales. EFI.3.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud. EFI.3.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. EFI.3.C.3.3. Sistemas de entrenamiento. EFI.3.C.4. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones- problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de</p>	<p>3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. EFI.3.D.1. Autorregulación emocional. EFI.3.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. EFI.3.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p>

<p>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.</p>	<p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>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 cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.</p>	<p>EFI.3.D.2. Habilidades sociales. EFI.3.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. EFI.3.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. EFI.3.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</p>
<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las</p>	<p>4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.</p> <p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.</p> <p>4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.3.E.1. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. EFI.3.E.2. Deporte y perspectiva de género. EFI.3.E.2.1. Historia del deporte desde la perspectiva de género. EFI.3.E.2.2. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Ejemplos que muestren la diversidad en el deporte. EFI.3.E.2.3. Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. EFI.3.E.3. Manifestaciones de la cultura motriz vinculada a Andalucía: juegos, bailes y danzas. El Flamenco. EFI.3.E.4. El deporte en Andalucía. EFI.3.E.5. Los Juegos Olímpicos. La aportación de Andalucía a los Juegos Olímpicos.</p>

<p>sociedades actuales.</p> <p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>	<p>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, 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.</p> <p>5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individual y colectiva.</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <p>EFI.3.F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.</p> <p>EFI.3.F.2. Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).</p> <p>EFI.3.F.3. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.</p> <p>EFI.3.F.4. Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento</p>
--	---	--

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO

S.A. 1. DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA / 1º trimestre: repetiremos algunas sesiones en el segundo y tercer trimestre buscando el mantenimiento de las capacidades físicas del alumnado (2º y 3º).

Competencias Específicas	Criterios de Evaluación Ponderación	Saberes Básicos	INSTRUMENTOS EVALUACIÓN	C. CLAVE
<i>Competencia específica 1 y 2.</i>	1.1. / 1.2. / 1.5. 2.1. / 2.3.	EFI.4.C.3.3. / EFI.4.C.3.2 / .EFI.4.C.3.1. / EFI.2.B.5. / EFI.2.B.4. / EFI.2.A.1.4. / EFI.2.A.1.1. EFI.2.B.2.	Cuaderno del profesor Test y pruebas de valoración de la condición física Prueba teórica tipo test. Montaje video-gráfico.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 2. HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES / 1º y 2º trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2, y 3.</i>	1.2. / 1.4. / 1.5. / 1.6. 2.1 3.3	EFI.2.A.1.2. / EFI.2.A.1.3. / EFI.2.A.1.5 / EFI.2.A.3.3. / EFI.2.B.7.3. / EFI.2.B.7.2. / EFI.2.B.7.1. / EFI.2.A.2.	Cuaderno del profesor. Lectura en el aula (Plan lector). Trabajos y proyectos grupales (classroom). Rúbrica.	TODOS
S.A. 3. Pre-Deportes: 1º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.2. A.1. / EFI.4.C.1.2. / EFI.4.C.1.3. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.2. / EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.2.3. / EFI.4.D.2.1.	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 4. Fútbol 7: 2º Trimestre.				
<i>Competencias específicas 1, 2 y 3.</i>	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1 / 3.3	EFI.4.C.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.5. / EFI.4.C.4. / EFI.4.D.2.3. EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.1.2.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3
S.A. 5 . ACROSPORT: 2º Trimestre.				
<i>Competencia específica 4</i>	4.1. y 4.3.	EFI.4.E.1. / EFI.4.E.2. / EFI.4.E.3.	Cuaderno del profesor. Registro fotográfico. Video y Rúbrica en la tarea final.	CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4

S.A. 6. Deportes Alternativos: 2º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 4.	2.1. / 2.2. / 2.3. 4.3	EFI.2.B.1. / EFI.4.E.5. / EFI.4.E.4. EFI.4.E.6.	Cuaderno del profesor Rúbrica.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CP3, CD3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4
S.A. 7. Voleibol: 3º Trimestre.				
Competencia específica 2 y 3.	2.1. / 2.2. / 2.3. 3.1. / 3.3.	EFI.4.C.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.5./ EFI.4.C.4. / EFI.4.D.2.3. EFI.4.D.2.2. / EFI.4.D.1.2.	Cuaderno del profesor. Rúbrica de ejecución técnica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3
S.A. 8. Deportes de Raqueta: Plickeball. 3º Trimestre.				
Competencia específica 1 y 2.	1.1. 2.1. / 2.2. / 2.3.	EFI.4.D.2.3. / EFI.4.C.1.1. / EFI.4.C.1.2. / EFI.4.C.1.5. / EFI.4.C.4.	Cuaderno del profesor. Rúbrica. Prueba teórica mediante cuestionario.	CCL3, STEM2, STEM5, CD1, CD2, CD4, CPSAA2, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3
S.A. 9. Orientación y Actividades en el Medio Natural. 3º Trimestre.				
Competencia específica 5.	5.1 y 5.2	EFI.4.F.3. EFI.4.F.4.EFI.4.F.2. EFI.4.F.1	Cuaderno del profesor. Rúbrica.	STEM5, CD1, CD2 CC4, CE1, CE3
S.A.10. Actitud. 1º, 2º y 3º.				
Competencia específica 1, 2 y 3	1.2. / 1.3. / 1.5. 2.1. 3.1/ 3.3.	EFI.1.C.1. / EFI.1.F.4. / EFI.1.F.2. / EFI.1.F.1.	Lista de valoración.	TODOS

Competencia específica	2º ESO Criterios de Evaluación.	2º ESO Saberes Básicos
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p>	<p>1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con autonomía instrumentos de autoevaluación para ello y haciendo uso de recursos digitales respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás.</p> <p>1.2. Incorporar hábitos relacionados con procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>1.3. Identificar y adoptar de manera responsable y de manera autónoma medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente, haciendo uso para ello.</p> <p>1.4. Identificar y actuar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física de acuerdo a los protocolos de intervención, aplicando medidas básicas de primeros auxilios en diferentes contextos y ante diferentes tipos de lesiones.</p> <p>1.5. Analizar y valorar críticamente la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, en diferentes contextos y situaciones, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción en el entorno escolar y en las actividades de la vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.</p> <p>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.</p>	<p>A. Vida activa y saludable. EFI.2.A.1. Salud física. EFI.2.A.1.1. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. EFI.2.A.1.2. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos, alimentación y actividad física. EFI.2.A.1.3. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, respiración y relajación. EFI.2.A.1.4. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. EFI.2.A.1.5 Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. EFI.2.A.1.6. Características de las actividades físicas saludables. EFI.2.A.2. Salud social. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, y de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. EFI.2.A.3. Salud mental. EFI.2.A.3.1. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. EFI.2.A.3.2. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. EFI.2.A.3.3. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.</p>
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores sencillos de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con apoyo ocasional estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, reconociendo y desarrollando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. EFI.2.B.1. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. EFI.2.B.2. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. EFI.2.B.3. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. EFI.2.B.4. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. EFI.2.B.5. Uso de internet y de diversas herramientas informáticas: búsqueda, selección y elaboración de información relacionada con la actividad físico-deportiva y presentación de la misma. EFI.2.B.6. Riesgos de internet y uso crítico y responsable de las herramientas y/o plataformas digitales.</p>

<p>objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>		<p>EFI.2.B.7. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. EFI.2.B.7.1. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar. EFI.2.B.7.2. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. EFI.2.B.7.3. Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).</p>
	<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3. Evidenciar cierto grado de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas con apoyo ocasional en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices. EFI.4.C.1. Toma de decisiones. EFI.4.C.1.1. Búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. EFI.4.C.1.2. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. EFI.4.C.1.3. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. EFI.4.C.1.4. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. EFI.4.C.1.5. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. EFI.4.C.2. Esquema corporal: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. EFI.4.C.3. Capacidades condicionales. EFI.4.C.3.1. Desarrollo de las capacidades físicas básicas orientadas a la salud. EFI.4.C.3.2. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. EFI.4.C.3.3. Sistemas de entrenamiento. EFI.4.C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. EFI.4.C.5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. EFI.4.C.6. Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.</p>
<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de</p>	<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. EFI.4.D.1. Autorregulación emocional. EFI.4.D.1.1. Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. EFI.4.D.1.2. Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p>

<p>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.</p>	<p>3.2. Cooperar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos y deportes no convencionales, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia.</p>	<p>EFI.4.D.2. Habilidades sociales. EFI.4.D.2.1. Estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. EFI.4.D.2.2. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. EFI.4.D.2.3. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas).</p>
<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las</p>	<p>4.1. Practicar y apreciar las manifestaciones artístico-expresivas de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p> <p>4.2. Analizar objetivamente as diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vincula dos a dichas manifestaciones.</p> <p>4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y desde una perspectiva crítica y creativa.</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. EFI.4.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. EFI.4.E.2. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. EFI.4.E.3. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos. EFI.4.E.4. Deporte y perspectiva de género. Ejemplos de referentes de ambos sexos, edades y otros parámetros de referencia. EFI.4.E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. EFI.4.E.6. Los Juegos Olímpicos. EFI.4.E.6.1. Repercusión cultural, económica y política de los juegos olímpicos. EFI.4.E.6.2. Los juegos olímpicos desde la perspectiva de género</p>

<p>sociedades actuales.</p> <p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas más complejas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando con ayuda el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p> <p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano de Andalucía, seleccionando y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas establecidas con ayuda.</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <p>EFI.4.F.1. Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.</p> <p>EFI.4.F.2. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</p> <p>EFI.4.F.3. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos urbanos y naturales de la red de espacios protegidos andaluces.</p> <p>EFI.4.F.4. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p>
--	--	--