PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

BACHILLERATO

2026/2027

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

ración: 11/11/2026 12:45:01

ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro
2. Marco legal
3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:
4. Objetivos de la etapa
5. Principios Pedagógicos
6. Evaluación
7. Seguimiento de la Programación Didáctica

CONCRECIÓN ANUAL

1º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales) Educación Física

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
2026/2027

ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro (Planes y programas, tipo de alumnado y centro):

Contexto general:

El centro se encuentra en Almería capital, el tanto por ciento de alumnado inmigrante es aproximadamente del 30%.
El nivel socioeconómico es de nivel bajo-medio.
En este centro tiene 3 líneas de ESO y en 1º de bachillerato en y 2º en segundo de bachillerato
También dispone de varios ciclos formativos de grado medio y superior(AFI, frio y calor, electricidad y electrónica).
El claustro está formado por 94 profesores entre ESO, Bachillerato, ciclos formativos, directiva.
El centro participa en varios proyectos educativos cada curso con gran nivel de participación.

Características de cada grupo

1ºBACH_A:
Alumnado por sexo: 31 Niños: 18 Niñas: 13
Alumnado inmigrante con dificultades con el idioma: 1
Alumnado repetidor: 2
Alumnado NEAE: 1
Otras características que creamos debemos reflejar del grupo:
Muy buen grupo en general con nivel medio - en la evaluación inicial con buen comportamiento.

1ºBACH_B:
Alumnado por sexo: 29 Niños: 10 Niñas: 19
Alumnado inmigrante con dificultades con el idioma : 0.
Alumnado repetidor : 2
Alumnado NEAE :1
Alumnado altas capacidades 1
Otras características que creamos debemos reflejar del grupo:
Muy buen grupo. Nivel en la evaluación inicial medio.
1º BACH C
Alumnado 25 Niños 10 Niñas 15
Alumnado repetidor 0
Alumnado NEAE 0
Alumnado de altas capacidades 1
Grupo de nivel medio con buen comportamiento pero con un nivel de esfuerzo aceptable en general. Un alumno absentista.

2. Marco legal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- Decreto 103/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.
- Instrucciones de 21 de junio de 2023, de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional,

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

sobre el tratamiento de la lectura para el despliegue de la competencia en comunicación lingüística en Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.
- Instrucciones de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre las medidas para el fomento del Razonamiento Matemático a través del planteamiento y la resolución de retos y problemas en Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.

3. Organización del Departamento de coordinación didáctica:

El nivel socioeconómico es de nivel bajo-medio.
En este centro tiene 3 líneas de ESO y 1º de bachillerato y dos en 2º de Bachillerato.

Contexto de actuación:
El departamento de EF está formado por dos profesores que imparten esta materia en el IES EL ARGAR, realizando una reunión de departamento semanal. Lunes de 16 a 17 horas.
Entre ambos compañeros se imparte la asignatura de Educación física de 3º,4º de la ESO. Don Alejandro imparte a todo el primer ciclo de la ESO y Don José Alberto imparte a todo bachillerato.

4. Objetivos de la etapa:

Conforme a lo dispuesto en el artículo 5 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo, el Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:
a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana, profundizando en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura, conociendo y apreciando la peculiaridad lingüística andaluza en todas sus variedades.
f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social, valorando y reconociendo los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, tales como el flamenco y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.
i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente, conociendo y apreciando el medio físico y natural de Andalucía.
k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.
n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

5. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo las recomendaciones de metodología didáctica para el Bachillerato son las siguientes:
Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 6 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, el currículo de la etapa de Bachillerato responderá a los siguientes principios:
a) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten al alumnado una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso de la etapa.
b) Desde las distintas materias de la etapa se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
c) Se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida, y como elemento central e integrado en el aprendizaje de las distintas disciplinas.
d) Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la prácticas de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.
e) En la organización de los estudios de la etapa se prestará especial atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. A estos efectos se establecerán las alternativas organizativas y metodológicas de este alumnado. Para ello, se potenciará el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) para garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado, presente o no necesidades específicas de apoyo educativo.
f) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folklore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas; tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de sus mujeres y hombres a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte, del desarrollo del currículo.
g) Atendiendo a lo recogido en el Capítulo I del Título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.
h) Con objeto de fomentar la integración de las competencias, se promoverá el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, en los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la capacidad para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo, la capacidad para aplicar los métodos de investigación apropiados y la responsabilidad, así como el emprendimiento. i) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a las distintas materias, fomentando el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas.
Educación Física en Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado.
Se utilizarán preferentemente técnicas de enseñanza-aprendizaje orientadas hacia la indagación y la búsqueda, en las que el papel del profesorado podrá ser el de guía y orientador. Se fomentará que el alumnado se implique responsablemente y tome decisiones en su propio proceso de aprendizaje, en la programación personal de la actividad física y el uso de grupos autogestionados, promoviendo una práctica de actividad física recreativa, integradora, saludable, no sexista, colaborativa e inclusiva.
Los estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos y creativos facilitan el aprendizaje activo y significativo.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Desde Educación Física se establecerán procesos de reflexión que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.
La materia debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.
Además, propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. Además, se potenciará la comprensión de los procesos asociados a la práctica física.
Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana.
La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas. Esta materia proporcionará al alumnado métodos y técnicas de concentración y relajación que le permita afrontar con equilibrio y salud, los retos propios del periodo madurativo en el que se encuentran y de la sociedad en la que se desenvuelve.
Es aconsejable ofrecer tareas comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles, intereses y motivación del alumnado. Los contenidos de esta materia se concretarán con la flexibilidad oportuna, teniendo en cuenta estos factores y otros como por ejemplo, la diversidad del entorno en Andalucía, en lo referente a condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias . Para ello se deben minimizar los posibles riesgos e implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberán tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado, por lo que se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo y deportivo.
Para el desarrollo de los contenidos relacionados con esta materia tiene un papel importante la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los entornos naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.
Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

6. Evaluación:

6.1 Evaluación y calificación del alumnado:

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 12 de la Orden de 30 de mayo de 2023, en cuanto al carácter y los referentes de la evaluación, ¿la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, competencial, formativa, integradora, diferenciada y objetiva, según las distintas materias del currículo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. Tomará como referentes los criterios de evaluación de las diferentes materias, a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.
Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 13 de la Orden de 30 de mayo de 2023, ¿el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje, en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas de cada materia. Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, coherentes con los criterios de evaluación y con las características específicas del alumnado garantizando así que la evaluación responde al principio de atención a la diversidad y a las diferencias individuales. Se fomentarán los procesos de coevaluación, evaluación entre iguales, así como

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

la autoevaluación del alumnado, potenciando la capacidad del mismo para juzgar sus logros respecto a una tarea determinada.¿

La calificación de la materia se calculará haciendo la media de las calificaciones de las Competencias Específicas, las cuales a su vez se obtienen haciendo la media de las calificaciones de los Criterios de Evaluación de cada Competencia Específica.

6.2 Evaluación de la práctica docente:

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

7. Seguimiento de la Programación Didáctica

Según el artículo 92.2 en su apartado d, del Decreto 327/2010, de 13 de julio, es competencia de los departamentos de coordinación didáctica, realizar el seguimiento del grado de cumplimiento de la programación didáctica y proponer las medidas de mejora que se deriven del mismo.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

CONCRECIÓN ANUAL

1º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales) Educación Física

1. Evaluación inicial:

A principio de curso, en una de las primeras sesiones se realizará una prueba inicial teórica escrita, para valorar el nivel de conocimientos de los alumnos/as con respecto a los contenidos propios de la Educación Física de su nivel. Se le realizarán a los alumnos/as una serie de preguntas que deberán responder por escrito y posteriormente se les dirá la contestación correcta de cada una. Esta prueba junto con los resultados de los test de condición física que se les aplicarán en las primeras sesiones del curso, nos darán una clara idea del nivel de nuestro alumnado en cuanto a conocimientos y en cuanto a su condición física general: velocidad 30 metros, salto horizontal, resistencia 800 metros, flexibilidad y abdominales 60 seg.

1ºBACH_A:
Nivel medio alto alcanzado en las pruebas iniciales.

1ºBACH_B:

El nivel alcanzado en la evaluación inicial es medio en general en este grupo. No existiendo ningún alumno/a que necesite ACNS.

MEDIDAS A TOMAR TRAS LOS RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN INICIAL

1.- Realizaremos explicaciones teóricas durante la realización práctica de los ejercicios y actividades.
2.- Durante el transcurso de las clases realizaremos preguntas orales a los alumnos/as referidas a los contenidos que estemos dando.
3.- En todas las UD trabajaremos las diferentes cualidades físicas para mejorar la condición física general del alumnado en general.
4.- Explicaremos con detalle como deben realizar los trabajos escritos que les mandemos y donde pueden encontrar información para realizarlos.
5.- En todas las sesiones de clase intentaremos trabajar de forma constante valores de respeto, esfuerzo y convivencia entre los/as alumnos/as.

2. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 del Decreto 103/2023, de 9 de mayo las recomendaciones de metodología didáctica para el Bachillerato son las siguientes:
Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 6 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, el currículo de la etapa de Bachillerato responderá a los siguientes principios:
a)La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten al alumnado una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de segundo curso de la etapa.
b)Desde las distintas materias de la etapa se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
c)Se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida, y como elemento central e integrado en el aprendizaje de las distintas disciplinas.
d)Las programaciones didácticas de todas las materias incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, incluyendo actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, la prácticas de la expresión escrita y la capacidad de expresarse correctamente en público.
e)En la organización de los estudios de la etapa se prestará especial atención al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo. A estos efectos se establecerán las alternativas organizativas y metodológicas de este alumnado. Para ello, se potenciará el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) para garantizar una efectiva

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado, presente o no necesidades específicas de apoyo educativo.
f)El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folklore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas; tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de sus mujeres y hombres a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte, del desarrollo del currículo.
g)Atendiendo a lo recogido en el Capítulo I del Título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.
h)Con objeto de fomentar la integración de las competencias, se promoverá el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, en los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, la resolución

colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la capacidad para aprender por sí mismo, para trabajar en equipo, la capacidad para aplicar los métodos de investigación apropiados y la responsabilidad, así como el emprendimiento. i) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación, adecuados a las distintas materias, fomentando el enfoque interdisciplinar del aprendizaje por competencias con la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y de actividades integradas.

Cód.Centro: 04004814

3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

La Educación Física en Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado.
Se utilizarán preferentemente técnicas de enseñanza-aprendizaje orientadas hacia la indagación y la búsqueda, en las que el papel del profesorado podrá ser el de guía y orientador. Se fomentará que el alumnado se implique responsablemente y tome decisiones en su propio proceso de aprendizaje, en la programación personal de la actividad física y el uso de grupos autogestionados, promoviendo una práctica de actividad física recreativa, integradora, saludable, no sexista, colaborativa e inclusiva.
Los estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos y creativos facilitan el aprendizaje activo y significativo.
Desde Educación Física se establecerán procesos de reflexión que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.
La materia debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.
Además, propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de compromiso motor repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz. Además, se potenciará la comprensión de los procesos asociados a la práctica física.
Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana.
La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad emocional de los alumnos y alumnas. Esta materia proporcionará al alumnado métodos y técnicas de concentración y relajación que le permita afrontar con equilibrio y salud, los retos propios del periodo madurativo en el que se encuentran y de la sociedad en la que se desenvuelve.
Es aconsejable ofrecer tareas comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles, intereses y motivación del alumnado. Los contenidos de esta materia se concretarán con la flexibilidad oportuna,

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

teniendo en cuenta estos factores y otros como por ejemplo, la diversidad del entorno en Andalucía, en lo referente a condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de seguridad necesarias . Para ello se deben minimizar los posibles riesgos e implementar protocolos de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberán tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado, por lo que se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo y deportivo.
Para el desarrollo de los contenidos relacionados con esta materia tiene un papel importante la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los entornos naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.
Finalmente, destacar que para el logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la Educación en general, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

4. Materiales y recursos:

Libro de texto:

En nuestro Departamento, hemos considerado que la mejor opción es no tener por ahora libro de texto.
Nuestra asignatura es eminentemente práctica y consideramos que con las explicaciones dadas en clase y con los trabajos escritos realizados por los alumnos y las lecturas realizadas en clase , es suficiente.

Material complementario e instalaciones:

INSTALACIONES

Para impartir nuestras sesiones dispondremos de un gimnasio de 17x 9 metros, una pista de voleibol, una de baloncesto y una de fútbol-sala, todas ellas al aire libre. Aunque es destacable que la de fútbol-sala no tiene las medidas reglamentarias. También podremos utilizar algunas zonas de hierba y tierra que existen en el patio del centro.
Disponemos también de un vestuario masculino y otro femenino, pero de pequeñas dimensiones y mal equipado, por lo que en las horas en las que coinciden dos grupos al mismo tiempo, se queda muy pequeño para tan elevado número de alumnos/as.

MATERIAL ESPECÍFICO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Movil: balones de baloncesto, balones de balonmano, balones de fútbol-sala, balones de voleibol, balones de rugby, pelotas de foam, pelotas de gimnasia rítmica, pelotas de ritmo, pelotas de foam pequeñas, raquetas y volantes de bádminton, juegos de palas de playa, stick y pelotas de floorball (jockey escolar), combas de gimnasia rítmica, mazas de gimnasia rítmica, bolas de lanzamiento de peso, vallas de atletismo, discos voladores, indiakas, crótalos, palos de ritmo, petos de entrenamiento, petancas, ringos etc¿

Semimovil: bancos suecos, colchonetas finas y gruesas, plinton, potro, postes para red de voleibol, postes para red de bádminton.

Fijo: canastas de baloncesto, porterías de fútbol-sala/balonmano, espalderas, escalera horizontal, cuerdas de trepa.

MATERIAL APORTADO POR LOS ALUMNOS

Tapaderas de botes de cristal, chapas, botellas de suavizante, cajas de cartón, pelotas de malabares hechas con arroz, mijo o alpiste, botellas de plástico etc¿

MATERIAL AUDIOVISUAL

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Televisión, reproductor de cd, dvd y aparato de música y ordenador.

5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

Procedimientos de evaluación.

Para evaluar al alumno se valorarán cada uno de los criterios de evaluación que aparecen en cada situación de aprendizaje, valorando cada uno de ellos por igual. Se tendrá en cuenta una rúbrica con la cuál se hará una valoración de la participación y de la consecución del producto final.

Cada criterio de evaluación de cada SDA se valorará de 0 a 10 aplicando la siguiente rúbrica. Después se hallará la media de la nota obtenida en los diferentes criterios de evaluación y esa será la nota de esa SDA. Para la nota de la evaluación se hallará la media de la nota obtenida en las diferentes SDA trabajadas.

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

Se tendrán en cuenta ADEMÁS ,los siguientes aspectos en la consecución de los diferentes criterios de evaluación. Estos aspectos se tendrán en cuenta y ayudarán en la valoración de los diferentes criterios de evaluación de cada SDA.

1.-ESFUERZO, INTERÉS Y PARTICIPACIÓN

Esfuerzo e interés

Para poder conseguir una calificación positiva se debe asistir a clase con regularidad, ya que se trata de una asignatura eminentemente práctica, en la que la asistencia y participación en las sesiones es fundamental. Y se deberá demostrar interés y esfuerzo a la hora de realizar las diferentes actividades. Estos aspectos se verán reflejados en la ficha del alumno/a con positivos y negativos apuntados por el profesor tras las sesiones de clase. Aquellos alumnos/as que vengan a clase y no puedan realizar la parte práctica de las mismas, obtendrán su calificación a través del examen escrito, de un trabajo escrito a mano que les mandará su profesor y de su actitud en las clases. Además deberán ayudar al profesor y a sus compañeros, transportando y colocando el material que se vaya a utilizar, recogiéndolo al terminar la clase, arbitrando, pasando lista, abriendo y cerrando las puertas de los vestuarios y de las pistas, etc¿

Participación

La participación será fundamental en todo caso. El alumno/a debe intentar participar todo el tiempo posible en las diferentes actividades propuestas, no perdiendo el tiempo en ningún momento de la sesión. Casi el 50% de la evaluación del alumno/a dependerá de su esfuerzo, interés y participación en las clases. Así como del cuidado del material y la utilización de una equipación correcta. El profesor reflejará en la ficha del alumno/a con positivos (+) y negativos (-), el buen o mal comportamiento del mismo en los aspectos enunciados anteriormente.

2.-TRABAJOS ESCRITOS

Para evaluar los conceptos se realizarán trabajos escritos en cada evaluación, y preguntas orales durante las clases. Las pruebas escritas, serán trabajos escritos a mano sobre alguno de los contenidos vistos en el trimestre. Que incluyan fotos, dibujos y esquemas.

Criterios de corrección de los trabajos escritos

Portada: 1 punto.
Índice: 1 punto.
Dibujos, fotos y gráficos: 1,5 puntos.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Contenido: 4 puntos. (por cada 4 faltas de ortografía 1 pto. menos, hasta un máximo de 2 puntos menos).
Presentación: 2 puntos. Bien- 2 puntos. Regular: 1 punto. Mal: 0 puntos.
Webgrafia y bibliografía: 0,5 puntos.

TOTAL---------- 10 puntos.

3.-PRUEBAS PRÁCTICAS

Rendimiento en la práctica

Para el rendimiento en la práctica, se tomará nota de la realización y rendimiento en las diferentes actividades, ejercicios y juegos por parte del alumno/a y se realizarán pruebas de carácter práctico. Si la ejecución es buena o muy buena se calificará con los 4 puntos correspondientes a este apartado, si es regular con 2 o 3 y si es mala pero se intenta realizar con interés, con 1 punto. Solo se calificará con 0 puntos en el caso de que el alumno/a no realice las ejecuciones prácticas o las haga sin el suficiente interés.

NOTA IMPORTANTE: Al final se realizará una valoración global, y lo que más se tendrá en cuenta es la progresión en todos estos aspectos de cada alumno/a, su esfuerzo, su interés, su compañerismo, el trabajo realizado en clase, así como su nivel de participación.

NOTA IMPORTANTE: En el caso de alumnos/as que no puedan realizar la práctica (EXENTOS DE LA PARTE PRÁCTICA: previa entrega de informe médico) por cualquier motivo, o que hayan faltado a clase reiteradamente pero justificando dichas ausencias, este apartado será sustituido por la entrega de un trabajo de 10 folios de extensión por una cara escrito a mano, en el que se incluirán fotos, dibujos, cuadros, diagramas, tablas etc, sobre el contenido correspondiente a dicha evaluación que le indique el profesor a dicho alumno/a. Y se calificará de la siguiente manera:
- Entregado, completo, buena presentación y con los contenidos adecuados: 4 puntos.
- Entregado incompleto, pero con los contenidos adecuados y buena presentación: 2 o 3 puntos.
- Entregado incompleto, con mala presentación, pero con los contenidos adecuados: 1 punto.
- No entregado, o sin los contenidos adecuados, o incompleto y con mala presentación: 0 puntos.

4.-AUTOEVALUACIÓN.

Al final de cada trimestre, el profesor preguntará a cada alumno/a, que calificación cree que se merece, y este en voz alta y delante de sus compañeros dirá una nota de 0 a 10, recapacitando previamente sobre los diferentes aspectos que conforman la evaluación. Si el alumno responde un 10, tendrá 1 punto en este apartado, si dice un 9, tendrá 0,9 , si dice un 8, tendrá un 0,8 y así sucesivamente.

10.2 Criterios de Recuperación.

Para recuperar una evaluación suspensa, el alumno/a, deberá aprobar con solvencia la siguiente evaluación, mostrando un claro cambio en su actitud, con respecto a la asignatura en general. Para lo cuál será imprescindible su asistencia a clase con regularidad, su buena actitud en cuanto a interés en la práctica de las diferentes actividades y comportamiento con los compañeros/as, con el profesor y con el material. Así mismo, deberá realizar un buen trabajo escrito y poner mucho esfuerzo e interés en la realización de las pruebas de ejecución práctica, aunque no tenga un rendimiento suficiente por falta de condición física o de habilidades. Igualmente el alumno/a con una evaluación suspensa deberá entregar el trabajo escrito de esa evaluación bien realizado y el de la evaluación en curso.

Si la calificación global de junio, es insuficiente, el alumno/a deberá presentarse a la convocatoria extraordinaria y entregar y realizar las tareas reflejadas en su correspondiente ficha de recuperación, que serán para cada evaluación suspensa en junio las siguientes:
-Entrega de 1.un trabajo escrito a mano sobre los contenidos especificados en su ficha, realización de 2. Preguntas orales sobre el trabajo correspondiente a dicha evaluación y 3.examen práctico en las pistas y el gimnasio de pruebas físicas, técnicas y de habilidades sobre los diferentes contenidos de dicha evaluación.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

10. 3 Obtención de la nota de evaluación.

Para la obtención de la nota de la evaluación, se tomarán como referentes los criterios de evaluación de cada situación de aprendizaje para medir la consecución de las competencias específicas a través de la observación continuada por parte del profesor. Aplicando la rúbrica de cada situación de aprendizaje. Se tendrá en cuenta la autoevaluación del alumno/a.
Cada criterio de evaluación de cada SDA se valorará de 0 a 10 aplicando la siguiente rúbrica. Después se hallará la media de la nota obtenida en los diferentes criterios de evaluación y esa será la nota de esa SDA. Para la nota de la evaluación se hallará la media de la nota obtenida en las diferentes SDA trabajadas en ese trimestre.

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

Se tendrán en cuenta ADEMÁS ,los siguientes aspectos en la consecución de los diferentes criterios de evaluación. Estos aspectos se tendrán en cuenta y ayudarán en la valoración de los diferentes criterios de evaluación de cada SDA:
-Esfuerzo, interés y participación.
-Trabajos escritos.
-Pruebas prácticas.
-Autoevaluación.

6. Temporalización:

6.1 Unidades de programación:

Situación de aprendizaje Título Temporización
horas previstas
1 Conozcamos nuestra condición física 4
2 Mejoremos nuestras cualidades físicas 5
3 Nuestra salud corporal y la actividad física 2
4 Trabajemos las coordinaciones (cariocas, palos del diablo, pelotas de malabares y diábolos). 8
5 Disfrutemos con el baloncesto 8
6 Juguemos al voleibol 7
7 Perfeccionamos el acrosport(podrá ser sustituido por actividades con música sin contacto) 5
8 Juegos con palas, discos, indiakas, ringos, petanca y material reciclable. 6
9 Floorball 6
10 Los juegos tradicionales y populares 4
11 Actividades del medio natural dentro del centro 2
12 Beisbol 11

TOTAL TEMPORALIZACIÓN 68

19) SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

S.A. Nº:1 Conozcamos nuestra condición física Nº de Horas Previstas: 4h

Justificación: es necesario que el alumna/o conozca su nivel actual de cualidades físicas básicas. Y que aprenda a medir sus cualidades mediante test físicos.

Competencias específicas

-Conocer el nivel de condición física general.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

-Que los alumnos/as sean conscientes de sus posibilidades y limitaciones y de las de los demás, respetándolas en todo momento.
-Saber realizar correctamente pruebas para la medición de las diferentes C.F., participando en la realización de las mismas.

Saberes básicos

- Realización de una batería de test de valoración de la condición física.
- Juegos , ejercicios y actividades que ponen de manifiesto el nivel de las diferentes cualidades físicas.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Realización y aprendizaje de un calentamiento general completo de carrera continua, movilidad articular y estiramiento muscular.
Realización e interpretación de los resultados de los siguientes test de condición física: 30m. de velocidad, 1000 m. de resistencia, abdominales 1 min. de fuerza-resistencia, salto horizontal de potencia de piernas y prueba de flexibilidad en banco sueco de elasticidad de isquiotibiales y zona lumbar.
Medir pruebas físicas a los compañeros.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

1-Ser capaz de realizar por si mismo pruebas para la medición de la condición física general. CAA, CMCT, CCL.
2-Diseñar y organizar actividades que sirvan para valorar la condición física orientadas a la salud. SIEP, CAA, CD.
3-Que sean conscientes de sus posibilidades y limitaciones tras los resultados obtenidos. CAA, SIEP.
4-Entender y analizar la necesidad de la práctica deportiva regular para la mejora de las C. Físicas. CAA, SIEP, CMCT, CCL.
-
-Producto final: el alumno/a rellenará su ficha con los resultados de los test de condición física y la entregará al profesor.
-
EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

-Los conceptos con examen teórico.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.
Temas transversales

-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A.Nº:2 Mejoremos nuestras cualidades físicas Nº de Horas Previstas:5 h

Justificación: es necesario que el alumno sepa cómo desarrollar sus capacidades físicas básicas. Que aprenda actividades con las que mejorar su condición física general.

Competencias específicas

1.-Utilizar las modificaciones de la frecuencia cardíaca y respiratoria como indicadores de la intensidad y/o adaptación del organismo al esfuerzo físico, con el fin de regular la propia actividad.
2.- Conocer y practicar ejercicios y actividades que sirvan para mejorar nuestra condición física general.
3.- Que los alumnos/as sean conscientes de sus capacidades y limitaciones y respeten las de los demás.
4.- Conocer los conceptos de las diferentes capacidades físicas y las maneras de trabajarlas mediante formas jugadas.
5.- Ser capaz de hacer un plan de entrenamiento individual de las CFB.

Saberes básicos

1.- Juegos de persecución.
2.- Circuitos de las diferentes cualidades físicas.
3.- Ejercicios de fuerza en grupos y por parejas.
4.- Actividades de flexibilidad individuales y por parejas.
5.- Juegos de equilibrio en subgrupos.
6.- Ejercicios para la mejora de la agilidad.
7.- Ejercicios de fuerza con autocargas y por parejas.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Juegos de persecución colectivos.
Circuitos en el gimnasio de 6 a 8 estaciones con ejercicios de diferentes cualidades físicas.
Juegos y ejercicios de fuerza por parejas y en subgrupos: pulso, pulso gitano, transportar a compañeros sobre una colchoneta, el ¿sogatira¿, etc¿
Trabajar la elasticidad por parejas de forma pasiva con ayuda del compañero.
Juegos de relevos.
Diferentes formas de jugar al mareo.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Realizar de manera autónoma un programa de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. CAA, CMCT, CCL.
-2-Organizar actividades de desarrollo y mejora de la condición física utilizando los recursos disponibles en el centro y en sus alrededores. CCL, CSC, CMCT, CAA, CD.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

-3-Participar en la elaboración de circuitos de ejercicios de las diferentes cualidades físicas. CAA, CMCT, CD.

Producto final: el alumno dirige con soltura un calentamiento general delante de sus compañeros/as. Y plantea una actividad concreta para desarrollar una de las cualidades físicas básicas.

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
. -Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A. Nº:3 Nuestra salud corporal y la actividad física Nº de Horas Previstas: 2h

Justificación: a esta edad es necesario que el alumno/a tenga nociones para saber elaborarse un plan personal de preparación física general, así como para elaborar una dieta saludable.

Competencias específicas

1.-Conocer los efectos de la nutrición en ciertas actividades deportivas
2.- Saber elaborarse un plan de trabajo desde el punto de vista físico.
3.- Saber controlarse las respiraciones y pulsaciones cardiacas por minuto, e interpretar estos resultados.
4.- Saber elaborarse una dieta alimenticia equilibrada, basada en la dieta mediterránea.
5.- Adquirir buenos hábitos posturales en las tareas cotidianas.

Saberes básicos

-Elaborar un programa personal para su preparación física.
- Aplicación de sistemas específicos de desarrollo de las distintas capacidades físicas y valoración de sus efectos.
- Actividades para aprender a tomarse las pulsaciones cardiacas de distintas formas interpretando los resultados.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

- Aprender a contarse el número de respiraciones por minuto e interpretar dichos resultados.
- Realizar un desayuno mediterráneo en el centro.
- Elaboración de una dieta alimenticia equilibrada mediterránea.
- Ejercicios de correcciones posturales en diferentes situaciones.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Tomarse las pulsaciones por minuto (p.p.m.) e interpretar los resultados, después de un trabajo físico moderado y de uno intenso.
Interpretar el aumento del ritmo respiratorio tras la ejecución de trabajos de resistencia.
Explicación de los principios básicos de una dieta saludable.
Realización de un desayuno saludable en la cantina del centro educativo.
Ejercicios y juegos para la mejora de F, V, R, Fl, Coor, Ag y Equil.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Ser capaz de interpretar los resultados obtenidos tras la toma de sus propias pulsaciones por minuto después de realizar diferentes ejercicios (p.p.m.). CAA, CD, CMCT, CCL.
-2-Realizar de forma autónoma un programa de ejercicios y actividades físicas encaminadas a mejorar su salud corporal. CAA, CCL, SIEP, CMCT.
-3-Ser capaz de elaborar una dieta semanal basada en la dieta mediterránea. CAA, CD, CEC, CCL, SIEP.
-
Producto final: elaboración de un programa de preparación física personal de un mes de duración.

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A.
Nº:4 Trabajemos las coordinaciones Nº de Horas Previstas:8 h

Justificación

El alumno debe conocer juegos para trabajar y mejorar su nivel de coordinación general y segmentaría.

Competencias específicas

-Participar en actividades lúdico-deportivas favoreciendo aspectos como cooperación y respeto.
-Aprender ejercicios, actividades y juegos que sirvan para la mejora de las diferentes coordinaciones.
-Conocer los tipos de coordinación y como mejorarlos.

Saberes básicos

- Ejercicios de coordinación individuales y por parejas con pelotas de ritmo y con pelotas pequeñas.
- Ejercicios de malabares con dos y con tres pelotas a la vez.
- Ejercicios de coordinación dinámica general con cuerdas, pelotas y aros.
- Circuitos de ejercicios de diferentes habilidades genéricas.
-Ejercicios con palos chinos.
-Ejercicios con cariocas.
-Ejercicios con diábolos.
.- Juegos con combas

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Ejercicios de malabares con 2 pelotas en una mano y con 3 pelotas con ambas manos: ¿las columnas¿, círculos hacia atrás, el ¿cohete¿, círculos contra la pared, círculos lanzando una pelota por fuera, círculos laterales, etc¿
Ejercicios con el diábolo, el ¿ascensor¿, la ¿pulga¿, lanzarlo y recibirlo, el ¿columpio¿, el ¿lio¿, etc¿
Ejercicios con los palos chinos o del diablo: media vuelta, la ¿paella¿, vuelta entera, vueltas seguidas con una sola mano, etc¿
Bailar las cariocas de diferentes maneras, sin cruzar y cruzando las manos.
Ejercicios de lanzamientos y recepciones con pelotas de ritmo por parejas. Estáticos y en carrera.
.- Juegos con combas Individual, parejas y grupo
Preparación de coreografía grupal.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Saber cuál es el concepto y los tipos de coordinación que podemos mejorar y trabajar. CAA, CCL.
-2-Demostrar mejora del dominio técnico en los ejercicios realizados de coordinación óculo-manual, con pelotas, cariocas, diábolos y palos chinos. Así como en el trabajo de coordinación óculo-pédica con utilización de pelotas y balones de distintos tamaños. CAA, SIEP, CEC.
-3-Ser consciente de su nivel de coordinación a nivel general tras la realización de ejercicios de coordinación general con distintos materiales. SIEP, CCL, CEC.
-
Producto final: el alumno realiza un circuito de 6 ejercicios o juegos que sirvan para desarrollar las capacidades coordinativas. Y lo entrega al profesor.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:

-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A. Nº:5 Disfrutemos con el baloncesto Nº de Horas Previstas:8 h

Justificación

El juego en equipo y el conocimiento de las reglas básicas de los diferentes deportes colectivos es fundamental en la formación deportiva del alumnado. Así como para tener experiencias de juego que le sirvan para elegir actividades deportivas en su tiempo de ocio.

Competencias específicas

-Participar en actividades lúdico-deportivas favoreciendo aspectos como cooperación y respeto.¿¿¿¿¿
-Conocer las normas básicas del baloncesto y del baloncesto 3 contra 3.
-Conocer y practicar aspectos técnicos y de táctica individual y colectiva del baloncesto.
-Conocer y practicar juegos que sirven para aprender y mejorar las diferentes habilidades específicas de los gestos técnicos del baloncesto.
-Saber cómo poder acceder a la práctica de este deporte en sus lugares de residencia.

Saberes básicos

- Ejercicios de tiros a canasta individuales.
- Juegos de tiros a canasta por grupos.
- Juegos del mareo por grupos con diferentes reglas.
- Ejercicios de pases por parejas en movimiento.
- Situaciones reales de juego 2 contra 2, 3 contra 3 y 5 contra 5.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

- Practicar las diferentes formas de entrar a canasta.
-Ejercicios de driblin.
-Arbitraje de partidos.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Jugar al mareo en subgrupos con el balón de baloncesto.
Juegos de tiros a canasta individuales y colectivos: ¿el cao¿, ¿el 21¿, ¿la rueda¿, tiros libres, concurso de triples¿
Jugar al pilla-pilla botando el balón de baloncesto.
Partidillos 3 contra 3 en una canasta y 5 contra 5 a campo completo.
Los alumnos/as deberán ejercer las funciones de árbitros.
Realizar pases por parejas en carrera de diferentes tipos: pase de pecho, pase de pecho con una mano, pase por detrás de la espalda, pase con dos manos por encima de la cabeza, pase de béisbol¿

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Demostrar el conocimiento de las normas básicas del baloncesto, participando en el arbitraje de partidillos de sus propios compañeros. CAA, CCL, SIEP, CD, CSC.
-2-Demostrar dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica. CAA, SIEP, CEC.
-3-Respetar las normas, los arbitrajes y la actuación de los compañeros en las diferentes situaciones de la práctica de este deporte. CSC, CAA, CMCT.
-4-Trabajar de manera cooperativa en todo momento. CSC, CCL.

Producto final: se realizará una mini competición de baloncesto por equipos. En ella los alumnos deben participar como jugadores y árbitros.

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

-E. para el consumidor.

S.A. Nº:6 Juguemos al voleibol Nº de Horas Previstas: 7h

Justificación

El juego en equipo y el conocimiento de las reglas básicas de los diferentes deportes colectivos es fundamental en la formación deportiva del alumnado. Así como para tener experiencias de juego que le sirvan para elegir actividades deportivas en su tiempo de ocio.

Competencias específicas

1.- Aprendizaje de las reglas básicas del voleibol.
2.- Practicar juegos y ejercicios por parejas y en subgrupos para perfeccionar la técnica individual.
3.- Aprender a observar y ayudar las ejecuciones de los compañeros/as, respetándolos en todo momento.
4.- Conocer la táctica básica del voleibol en ataque y en defensa.

Saberes básicos

1.- Juegos de puntería para mejorar el saque.
2.- Ejercicios por parejas de saques de abajo, lateral, de gancho y de tenis.
3.- Partidillos 2 contra 2 en campos reducidos.
4.- Ejercicios para aprender a bloquear por parejas.
5.- Pases de dedos y antebrazos en grupos y por parejas.
6.- Juegos en subgrupos para mejorar los desplazamientos y el entendimiento entre compañeros/as.
7.- Situaciones reales de juego 6 contra 6.
8.- Arbitraje de partidos a compañeros/as.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Realizar saques de abajo, de arriba, lateral y de gancho.
Pases por parejas de dedos y antebrazos.
Jugar partidos 2 contra 2 en media pista con las reglas del volei-playa.
Por parejas, uno coloca y el otro remata.
Realizar la recepción del saque con antebrazos.
Situaciones reales de juego 6 contra 6, a campo completo.
-Los alumnos/as, participarán en el arbitraje.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Demostrar el conocimiento de las normas básicas del voleibol, participando en el arbitraje de partidillos de sus propios compañeros. CAA, CCL, CMCT, CD.
-2-Demostrar dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica. CAA, CEC, SIEP.
-3-Respetar las normas, los arbitrajes y la actuación de los compañeros en las diferentes situaciones de la práctica de este deporte. CSC,CCL.
-4-Trabajar de manera cooperativa en todo momento. CSC, CCL.
-
Producto final: se realizará una mini competición de voleibol por equipos. En ella los alumnos deben participar como jugadores y árbitros.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A. Nº:7 Perfeccionamos el acrosport (se podrá sustituir por coreografías con música) Nº de Horas Previstas:5 h

Justificación

Esta SDA pretende inculcar al alumnado lo motivante que es la práctica deportiva y los juegos con música. Así como la importancia de la buena cooperación y el respeto en el trabajo entre iguales. Y la importancia del trabajo creativo en grupo.

Competencias específicas

1.- Fomentar las buenas relaciones entre los/as alumnos/as ,así como entre ellos/as y el profesor/a, puesto que esta actividad es ideal para conseguirlo.
2.- Que el alumnado aprenda una manera divertida de trabajar en grupo las equilibraciones y formaciones humanas.
3.- Aprender a trabajar en equipo de manera cooperativa y coeducativa.
4.- Ser capaces de crear ellos/as mismos/as nuevas maneras y formas de trabajar el acrosport.

Saberes básicos

1.Ejercicios de equilibraciones por parejas, tríos y cuartetos.
2.- Realizar torres humanas en diferentes posturas de 6,7,8,9 y 10 alumnos/as.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

3.- Realizar un reportaje fotográfico de las diferentes composiciones conseguidas.
4.- Hacer composiciones inventadas por los/as alumnos/as.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Equilibraciones por parejas, realizando las tareas de portor y ágil indistintamente.
Torres humanas en diferentes posturas de hasta 10 unidades.
Equilibraciones variadas de 3 componentes, con dos portores y un ágil.
Realizar juegos colectivos de transporte de compañeros de diferentes maneras.
Dividir a la clase en subgrupos mixtos, que deberán realizar composiciones inventadas por ellos de 4,5,6,7 y 8 miembros.
Hacer un reportaje fotográfico y pegar en una cartulina las mejores fotos de cada grupo y ponerlas en una cartulina en el gimnasio.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Demostrar dominio técnico en situaciones reales de práctica. CAA, SIEP, CEC.
-2-Trabajar de manera cooperativa en todo momento. CSC, CCL.
-3-Conocer los términos básicos de esta práctica deportiva. CAA, SIEP, CD, CCL.
-4-Ser capaz de inventar equilibraciones y composiciones con sus compañeros de manera autónoma. CSC, CAA, SIEP, CEC.
-5-Realizar una coreografía por grupos con música realizando torres humanas, acrobacias y bailes. CAA, SIEP, CEC, CD, CSC.
-
Producto final: cada grupo realizará una coreografía de 2 min. De duración con una música escogida por ellos.

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A.
Nº:8 Juegos con palas, discos, indiakas , ringos, petanca y material reciclable Nº de Horas Previstas:6 h

Justificación

Es muy interesante dar a conocer al alumnado juegos y deportes nuevos, no tradicionales. De esta manera pueden elegir entre gran variedad de actividades lúdico-deportivas para practicar en su tiempo libre.

Competencias específicas

1.- Conocer las posibilidades que nos ofrecen los materiales de los deportes alternativos.
2.- Aprender las reglas básicas de algunos deportes alternativos.
3.- Practicar deportes nuevos poco conocidos.
4.- Ser capaces de inventar formas jugadas con palas, ringos, discos e indiakas. Así como sus normas.
5.- Aprender la técnica básica y el reglamento de la petanca.
6.- Aprender a fabricar materiales a partir de objetos de deshecho para la práctica de diferentes juegos y deportes y practicarlos.

Saberes básicos

1.- Experimentar diferentes juegos que se pueden realizar con el indiaka.
2.- Practicar ejercicios y formas jugadas de disco volador.
3.- Juegos con las palas de playa.
4.- Juegos inventados por los/as propios alumnos/as, con las palas, el ringo, el indiaka y el disco.
5.- Practicar e inventar juegos y deportes con materiales reciclables.
6.- Jugar competiciones de petanca, por parejas y por trios.

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Jugar a la petanca 3 contra 3,aplicando el reglamento vigente.
Practicar el minitenis con palas de playa por parejas en minipistas de 6 x 15 metros aprox.
Hacer juegos de puntería lanzando los ringos.
Ejercicios por parejas de lanzamientos y recepciones del disco volador de diferentes maneras y a diferentes distancias.
Jugar al "ultimate" con el disco volador en equipos de 6, en la pista de balonmano.
Partidos de indiaka golpeando con las manos y con las palas. 2 contra 2 en media pista de voleibol y con la red de volei.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Respetar en todo momento la actuación de los compañeros y el cuidado de este tipo de materiales tan caros y delicados. CSC, CAA, CCL.
-2-Demostrar respeto y cumplimiento de las reglas de juego en todo momento. CSC, CCL.
-3-Demostrar dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica. CAA, SIEP, CEC.
-4-Ser capaz de inventar juegos con sus reglas con diferentes materiales alternativos. CEC, CAA, SIEP, CD.
-
Producto final: el alumnado debe participar de forma interesada en una competición de indiakas y palas

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

(minitenis) por parejas, actuando correctamente tanto como jugadores como en la labor de árbitros.

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.
-E. para el consumidor.

S.A. Nº:9 Floorball Nº de Horas Previstas:6 h

Justificación

Es muy interesante dar a conocer al alumnado juegos y deportes nuevos, no tradicionales. De esta manera pueden elegir entre gran variedad de actividades lúdico-deportivas para practicar en su tiempo libre.

Competencias específicas

-Conocer las reglas básicas del floorball y ser capaces de arbitrar partidos a los compañeros/as.
-Aprender y prácticar juegos y actividades para mejorar los gestos técnicos del jockey escolar.
-Ser capaz de organizar una mini-competición de floorball con los compañeros/as.
-Ser conscientes de la importancia de la colaboración y del respeto con los compañeros/as.

Saberes básicos

- Ejercicios de conducciones con el stick, de tiros a puerta y de regates.
- Ejercicios de puntería con la pelota y el stick.
- Formas reales de juego 2 contra 2, 3 contra 3 , 4 contra 4, 5 contra 5 y 6 contra 6.
- Juegos de persecución y relevos conduciendo la pelota.
- Competiciones de golpeos a portería.
- Juegos en grupos de mareo.
-Jugar al floorball-pañuelo.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023
Cód.Centro: 04004814
Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Actividades concretas a realizar :

Actividades
Conducir la pelota con el stick de hockey por toda la pista intentando que no nos la roben los demás compañeros.
Conducir la pelota en zig-zag esquivando un circuito de conos, en carrera y con tiro a puerta al final.
Jugar al "floorbal-pañuelo", la mitad del grupo contra la otra mitad.
Participar en partidillos de 3 contra 3 en media pista sin portero.
Partidos de "floorball" 6 contra 6 en pista completa.
Jugar al mareo pasandose la pelota con el stick 3 contra 3 en media pista. Cada 10 pases sin que la roben los contrarios nos corresponde un punto.
Carreras de relevos en subgrupos conduciendo la pelota de floorball.

Criterios de evaluación y su relación con las competencias clave.

-1-Demostrar el conocimiento de las normas básicas del floorball, participando en el arbitraje de partidillos de sus propios compañeros. CSC, CAA, CCL, SIEP.
-2-Demostrar dominio técnico y táctico en situaciones reales de práctica. CAA, SIEP, CEC.
-3-Respetar las normas, los arbitrajes y la actuación de los compañeros en las diferentes situaciones de la práctica de este deporte. CSC, CCL.
-4-Trabajar de manera cooperativa en todo momento. CSC, CCL.
-
Producto final: el alumnado debe participar de forma interesada en una competición de floorball por equipos, actuando correctamente tanto como jugadores como en la labor de árbitros.

EVALUACIÓN:Valoraremos la consecución de los criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje aplicando la siguiente rúbrica a cada criterio de evaluación y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

RUBRICA:

-No lo intenta: 0
-Lo intenta pero no lo consigue: 0-4
-Lo consigue pero no con buen nivel: 4-7
-Lo consigue y bien realizado: 7-10.

-Teoría
-Autoevaluación
-Esfuerzo e interés
¿-Práctica
¿-Nivel de participación

Criterios de recuperación:
-La falta de asistencia se recupera con la realización de pruebas prácticas y teóricas, y con la entrega de trabajos mandados por el profesor, escritos a mano.
-El rendimiento con la repetición de las pruebas prácticas.
-Los conceptos con trabajo escrito.
-El comportamiento e interés con la realización de trabajos de tipo práctico y teórico.

Temas transversales
-Educación para la salud
-Educación moral y cívica.
-E. para la paz.
-E. para la igualdad de oportunidades entre sexos.
-E. Para el ocio y tiempo libre.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

6.2 Situaciones de aprendizaje:

- 1. Evaluación inicial

7. Actividades complementarias y extraescolares:

En el presente curso escolar se organizarán 2 actividades extraescolares.
1-Ruta de senderismo Nicolás Salmerón 1er trimestre
2-Actividades físico recreativas en el medio acuático(Kayac) 3er trimestre.

8. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:

8.1. Medidas generales:

- Agrupamientos flexibles.
- Tutoría entre iguales.

8.2. Medidas específicas:

- Adaptaciones curriculares dirigidas al alumnado con altas capacidades intelectuales.
- Exención parcial/Total.

8.3. Observaciones:

La exención parcial de la asignatura conllevará una evaluación distinta del alumnado añadiendo al trabajo teórico práctico un examen teórico trimestral. También deberá ayudar al profesor con el material, apertura y cierre de vestuarios y determinadas tareas que se le puedan asignar.

9. Descriptores operativos:

Competencia clave: Competencia ciudadana.
Descriptores operativos:
CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.
CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.
CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

Competencia clave: Competencia plurilingüe.
Descriptores operativos:
CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.
CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

Competencia clave: Competencia emprendedora.
Descriptores operativos:
CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.
CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.
CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.
Descriptores operativos:
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
Descriptores operativos:
STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

Competencia clave: Competencia digital.
Descriptores operativos:
CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.
CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.
CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.
Descriptores operativos:
CPSAA1.1. Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.
CPSAA1.2. Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.
CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.
CPSAA3.1. Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.
CPSAA3.2. Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.
CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.
Descriptores operativos:

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.
CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.
CCEC3.1. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.
CCEC3.2. Descubre la autoexpresión, a través de la interactuación corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.
CCEC4.1. Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.
CCEC4.2. Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

10. Competencias específicas:

Denominación
EDFI.1.1.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.
EDFI.1.2.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 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.
EDFI.1.3.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 las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.
EDFI.1.4.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.
EDFI.1.5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al 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.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

11. Criterios de evaluación:

Competencia específica: EDFI.1.1.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.
Criterios de evaluación:
EDFI.1.1.1.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. **Método de calificación: Media aritmética.**
EDFI.1.1.2.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. **Método de calificación: Media aritmética.**
EDFI.1.1.3.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 al ámbito profesional y ocupacional. **Método de calificación: Media aritmética.**
EDFI.1.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. Todo ello, aplicando con autonomía e independencia criterios de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. **Método de calificación: Media aritmética.**
EDFI.1.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. **Método de calificación: Media aritmética.**

Competencia específica: EDFI.1.2.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 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.
Criterios de evaluación:
EDFI.1.2.1.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. **Método de calificación: Media aritmética.**
EDFI.1.2.2.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. **Método de calificación: Media aritmética.**
EDFI.1.2.3.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 motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. **Método de calificación: Media aritmética.**

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Competencia específica: EDFI.1.3.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 las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.3.1.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.
Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.3.2.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.
Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.3.3.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, socioeconómica 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.
Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.4.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.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.4.1.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 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.
Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.4.2.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.
Método de calificación: Media aritmética.

Competencia específica: EDFI.1.5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al 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.

Criterios de evaluación:

EDFI.1.5.1.Promover, organizar y participar en actividades físico-deportivas en entornos urbanos, naturales terrestres o acuáticos, interactuando en 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 las que se desarrollen, demostrando una actitud activa en la conservación y mejora del medio natural y urbano.
Método de calificación: Media aritmética.

EDFI.1.5.2.Practicar, participar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

Método de calificación: Media aritmética.

12. Sáberes básicos:

A. Vida activa y saludable.
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. Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales, relación ingesta y gasto calórico. Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función d el tipo y las características d e la actividad física. Utilización de los medios tecnológicos que están a su disposición para l a e valuación de la condición física y la gestión de la actividad física. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos de dolores musculares. 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. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).
2. Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. 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 d el deporte profesional. Historias d e vida dedeportistas profesionales de ambos géneros.
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, con relación al carácter propedéutico del curso. Estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.

B. Organización y gestión de la actividad física.
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.
2. Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva. Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
3. Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles: social, motivacional, organizativo o similar. Participación en actividades deportivas de voluntariado.
4. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios preparatorios, preventivos y 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.
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).
6. Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
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 físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
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.
3. Planificación, control y evaluación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Sistemas y métodos de entrenamiento.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

4. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses. Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades. Deportes y actividades individuales (a seleccionar entre atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatinajes, patinaje u otros). Deportes de bate y campo (a seleccionar entre béisbol, Kickball, rounders, softbol u otros). Deportes y actividades de blanco y diana (a seleccionar entre boccia, bolos, chito, golf, minigolf, petanca, u otros). Deportes y actividades de combate (a seleccionar entre lucha, judo, karate, kickboxing, artes marciales mixtas, taekwondo, u otros). Deportes de invasión (a seleccionar entre baloncesto, balonkorf, balonmano, colpbol, fútbol, fútbol gaélico, hockey, netball, rugby, rugby tag, touch rugby, ultimate, unihokey, vórtebal, u otros). Deportes de red y muro (a seleccionar entre bádminton, bossaball, faustball, frontenis, futvoley, mini tenis, pádel, palas, paladós, pickleball, voleibol, u otros).
5. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
1. Gestión del éxito, análisis crítico del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
2. Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
3. Análisis crítico del deporte como fenómeno social y cultural y de su repercusión en los medios de comunicación. Deportes adaptados.
4. Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
5. Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
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).
E. Manifestaciones de la cultura motriz.
1. Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
2. Técnicas específicas de expresión corporal, tanto individuales como colectivas: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.
3. Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
4. Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte y en el ámbito artístico-expresivo: a nivel mundial, nacional y andaluz. Influencia de las redes sociales.
5. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia masculina y femenina en medios de comunicación.
6. Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte en los diferentes ámbitos: docencia, gestión, rendimiento y recreación.
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
1. Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
2. Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, espacios, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.
3. Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad: uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares.
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.
5. Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, parkour, rápel, senderismo, etc. Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano. 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.
6. Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

Ref.Doc.: InfProDidLomLoe_2023

Cód.Centro: 04004814

Fecha Generación: 11/11/2026 12:45:01

13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3.1	CCEC3.2	CCEC4.1	CCEC4.2	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1.1	CPSAA1.2	CPSAA2	CPSAA3.1	CPSAA3.2	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EDFI.1.1					X			X				X													X			X	X	X					X			
EDFI.1.2											X	X																		X	X				X				
EDFI.1.3			X														X												X	X	X				X				
EDFI.1.4	X																	X										X	X	X									
EDFI.1.5				X						X																		X	X	X	X				X				

Leyenda competencias clave	
Código	**Descripción**
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.