

EDUCACIÓN FÍSICA

La Educación Física en la etapa de Educación Primaria prepara al alumnado para afrontar una serie de retos fundamentales que pasan, entre otros, por la adopción de un estilo de vida activo, el conocimiento de la propia corporalidad, el acercamiento a manifestaciones culturales de carácter motor, la integración de actitudes ecosocialmente responsables o el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje.

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica, adecuadas a la etapa de Educación Primaria, junto con los objetivos generales de la etapa, han concretado el marco de actuación para definir las competencias específicas del área. Este elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la Educación Física que se pretende desarrollar: más competencial, más actual y más alineada con las necesidades de la ciudadanía de hoy para afrontar los retos y desafíos del siglo XXI.

Las competencias específicas del área de Educación Física en la etapa de Educación Primaria recogen y sintetizan estos retos, abordando la motricidad de forma más estructurada, para así dar continuidad a los logros y avances experimentados por el alumnado antes de su escolarización obligatoria. El descubrimiento y la exploración de la corporalidad, esenciales para las actuaciones que se desarrollan desde el enfoque de la psicomotricidad, darán paso a un tratamiento más preciso y profundo del cuerpo, que pretenderá establecer las bases para la adquisición de un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado llegar a consolidar hábitos en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, integrándolos así de manera definitiva para el transcurso de su vida.

El cuerpo y el movimiento, desde la integración de los componentes del esquema corporal, se desarrollarán en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 63/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica y recreativa, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural. En este sentido, el juego debe ser un eje imprescindible en torno al cual gire el proceso de enseñanza y de aprendizaje, vinculando el mismo a la riqueza cultural propia de la comunidad andaluza. Conviene, por tanto, tener presente que los alumnos y alumnas conozcan y practiquen juegos autóctonos y tradicionales, como vínculo y acercamiento a nuestro patrimonio cultural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos de práctica motriz. Por ello, el juego se convierte en un recurso esencial, pues posibilita respuestas diversas ante situaciones escolares de ámbito social interpersonal e incluso ante manifestaciones populares. Además de las capacidades reseñadas, el carácter lúdico resulta potenciador de contextos significativos.

La niña y el niño también deberán reconocer diferentes manifestaciones de la cultura motriz, como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico andaluz, pudiendo convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Para ello, será preciso desarrollar su identidad personal y social, integrando en ellas las manifestaciones más comunes de la cultura motriz, a través de una práctica vivenciada y creativa.

Esto contribuirá a mantener y enriquecer un espacio compartido de carácter verdaderamente intercultural, en un mundo cada vez más globalizado, sin perder de vista que el área de Educación Física debe tratar de promover que los juegos y actividades recreativas se realicen en el medio natural, tomando contacto con la variedad de espacios que nos aporta nuestra Comunidad para este tipo de actividades.

Finalmente, el desarrollo de actitudes comprometidas con el medioambiente y su materialización en comportamientos basados en la conservación y la sostenibilidad, se asociarán con una competencia fundamental para la vida en sociedad que debe comenzar a adoptarse desde edades tempranas. Para ello, el patrimonio natural de Andalucía, accesible en localidades y pueblos pequeños o mediante el uso de parques y jardines en municipios o ciudades de mayor tamaño, deben tenerse en cuenta para proyectos interdisciplinares, donde poder poner en práctica aprendizajes asociados a dichas actitudes.

Para alcanzar estas competencias específicas, el currículo del área de Educación Física se organiza en torno a seis bloques de saberes básicos, que deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, las situaciones de aprendizaje que se diseñen deberán evitar estar centradas exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias. Para favorecer el proceso de concreción curricular, los saberes incluidos en dichos bloques no apuntan hacia prácticas o manifestaciones concretas, sino que recogen los aspectos básicos a desarrollar.

El Bloque A, Vida activa y saludable, aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, incorporando la perspectiva de género y rechazando comportamientos antisociales o contrarios a la salud que puedan producirse en estos ámbitos, incidiendo en la importancia de la nutrición sana y responsable.

El Bloque B, Organización y gestión de la actividad física, aborda cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

El Bloque C, Resolución de problemas en situaciones motrices, tiene un carácter transdisciplinar y aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes, deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica, los cuales responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

El Bloque D, Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices, se centra, por un lado, en el desarrollo de los procesos dirigidos a regular la respuesta emocional del alumnado ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas e inclusivas entre los participantes en este tipo de contextos motores.

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 64/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



El Bloque E, Manifestaciones de la cultura motriz, abarca tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural, desde una perspectiva integradora, que incluya ejemplos de personas y culturas diferentes.

El Bloque F, Interacción eficiente y sostenible con el entorno, incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

La vinculación con otras áreas es evidente y plausible. Por ello, resulta necesario que el desarrollo de las distintas situaciones de aprendizaje incorpore enfoques interdisciplinares en la medida en que sean posibles. Para materializar este conjunto de intenciones existen numerosos modelos pedagógicos que se prestan con facilidad al diseño y desarrollo de proyectos interdisciplinares, entre los que se encuentran el aprendizaje cooperativo, la educación deportiva, el modelo comprensivo, el estilo actitudinal, el modelo de responsabilidad personal y social, el vinculado a la salud o el basado en la autoconstrucción de materiales, entre otros.

Las situaciones de aprendizaje integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias, debiendo enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como son las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, la tipología e intencionalidad de las actividades planteadas, la organización de los grupos o el desarrollo de la autoestima. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales y de la autoestima, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje y la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan extrapolar y comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad justa y equitativa. Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican, pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan.

Finalmente, las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y del Aprendizaje y el Conocimiento (TAP), junto a las tecnologías del empoderamiento y participación (TEP), se convierten en herramientas esenciales para el desarrollo de las competencias específicas a través de las situaciones de aprendizaje, ya que posibilitan, sobre las propias actividades físicas y deportivas o competiciones, recoger y analizar los datos, realizar investigaciones sobre los mismos, presentar y, en su caso, difundir conclusiones sobre hipótesis previas a su recogida, etc.

Dichas tecnologías se convierten en un elemento esencial para el conocimiento y el aprendizaje del alumnado. Además, las aplicaciones para situaciones motrices de juegos y deportes, psicomotricidad, desarrollo de contenidos de expresión corporal, actividades físicas en el medio natural o condición física pueden ayudar a transformar la metodología de esta área.

Competencias Específicas

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

Esta competencia específica se encuentra relacionada con los retos del siglo XXI y con los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Su adquisición se alcanzará a través de la participación activa en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de proporcionar al alumnado un amplio bagaje de experimentación motriz, le darán la oportunidad de conocer estrategias para vivenciar la práctica en coherencia con los referentes que sirven de base para la promoción de la salud física, mental y social.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte desde una perspectiva de género o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 65/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes: desde las prácticas aeróbicas (correr a ritmo, combas, aeróbic o similares) o el análisis de situaciones cotidianas (del entorno próximo o en medios de comunicación), hasta las dinámicas grupales reflexivas (debates o análisis críticos) o los proyectos interdisciplinares, pasando por la integración de normas de seguridad y hábitos de higiene en prácticas motrices cotidianas o la simulación de protocolos de intervención ante accidentes deportivos, entre otros. Para todo ello, los medios digitales también pueden servir de herramientas en cuanto a su desarrollo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3, CD1, CD2, CD3.

2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

Esta competencia implica comenzar a tomar decisiones, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Todas estas medidas se llevan a cabo en el seno de prácticas motrices diversas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en situaciones de certidumbre e incertidumbre.

Estas estrategias deberán desarrollarse en contextos de práctica heterogéneos. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses, los desafíos físicos cooperativos, los cuentos motores cooperativos, el juego motor y la indagación, los espacios de acción y aventura, los ambientes de aprendizaje y, por supuesto, los juegos deportivos. En relación con estos últimos, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características: desde juegos deportivos de invasión (balonmano, goubak, ultimate o rugby-tag, entre otros), hasta juegos de red y muro (bádminton, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (béisbol, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (atletismo y sus modalidades). Se debe procurar, en la medida de lo posible, y según el contexto particular de cada centro, que el alumnado participe en todas estas categorías, priorizando en todo caso las manifestaciones que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CD1, CD2, CD3.

3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego la voluntad y sus capacidades al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones que se viven en el seno de la práctica

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 66/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada para saber controlar y reconducir las emociones desagradables y hacerlas más placenteras.

En el plano colectivo implica desplegar habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se relacionan en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Requiere que el alumnado afronte los conflictos a través del diálogo, contemplando también la perspectiva de las otras personas implicadas y buscando soluciones justas por consenso que satisfagan las necesidades mínimas de las partes implicadas. Requiere igualmente que el alumnado identifique conductas contrarias a la convivencia y aplique estrategias para abordarlas. Este tipo de situaciones implican desarrollar un cierto grado de empatía y actuar desde la prosocialidad, a través de acciones que busquen también el bienestar ajeno sin recompensa alguna a cambio, valorando la realidad asociada a la práctica motriz y actuando sobre ella desde una libertad ejercida con responsabilidad, equidad, inclusión, respeto, solidaridad, cooperación, justicia y paz.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.

4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

Esta competencia implica construir la identidad personal y social desde una práctica vivenciada que integra expresiones culturales como el juego, el deporte, la danza y otras actividades artístico-expresivas vinculadas con la motricidad, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y que han de ser objeto de reconocimiento, preservación, mejora y disfrute. En un mundo globalizado y marcado por los movimientos migratorios, esto supone enriquecer el acervo común, con las aportaciones de las diferentes etnias y culturas que convergen en un espacio socio-histórico, desde el prisma siempre del mestizaje cultural asociado a la interculturalidad.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Así, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folclore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (dramatizaciones, teatro de sombras, teatro de luz negra o similares), representaciones más elaboradas (juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, además de abordar los juegos y deportes tradicionales, con arraigo en el entorno, o aquellos pertenecientes a otras culturas, también se podrían llevar a cabo debates sobre ciertos estereotipos de género aún presentes en el deporte y cómo evitarlos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4, CD1, CD2, CD3.

5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.

La adopción de hábitos sostenibles con el medioambiente y su conservación debe comenzar a afianzarse en esta etapa, incidiendo especialmente en aquellos gestos y conductas sencillas que cada uno puede hacer para contribuir al bien común. Este enfoque encuentra, en las actividades físico-deportivas, un contexto muy

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 67/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



favorable para mostrar el potencial que ofrece el entorno, ya sea natural o urbano, para así fomentar el desarrollo de este tipo de prácticas.

Esta competencia implica desarrollar conocimientos, destrezas y actitudes para interactuar con el medio y participar en su preservación y mejora, contribuyendo así desde un ámbito más local, a la sostenibilidad, y proyectándolo hacia una visión global. En lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como el patinaje o la danza urbana, entre otros, que pueden constituir opciones interesantes. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como, en su caso, acuáticos, es posible encontrar una variada gama de espacios de aplicación: desde el senderismo, la escalada, el esquí, las actividades acuáticas, la orientación (también en espacios urbanos) el cicloturismo o las rutas BTT, hasta la autoconstrucción de materiales, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros. Todos ellos dirigidos hacia la interacción con el entorno.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3, CD5.

PRIMER CURSO

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

1.1.a. identificar los desplazamientos activos como práctica saludable, buscando la posibilidad de integrar normas de seguridad y hábitos de higiene en prácticas motrices cotidianas, conociendo sus beneficios para el establecimiento de un estilo de vida activo.

1.2.a. Explorar las posibilidades de la propia motricidad a través del juego, practicando en distintas situaciones cotidianas, medidas básicas de cuidado de la salud personal a través de la higiene corporal y la educación postural.

1.3.a. Vivenciar juegos de activación y vuelta a la calma identificando su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar lesiones, manteniendo la calma y sabiendo cómo actuar en caso de que se produzca algún accidente en contextos de práctica motriz.

1.4.a. Identificar los valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos y respetando a todos los participantes con independencia de sus diferencias individuales.

Competencia específica 2

2.1.a. Vivenciar la importancia de establecer metas claras a la hora de desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, identificando su consecución a partir de un análisis de los resultados obtenidos.

2.2.a. Explorar situaciones variadas en contextos de práctica motriz de manera ajustada según las circunstancias.


2.3.a. Vivenciar y emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera lúdica e integrada en diferentes situaciones y contextos, mejorando progresivamente su control y su dominio corporal.

Competencia específica 3

3.1.a. Vivenciar las emociones que se producen durante el juego y la actividad física, iniciándose en la gestión positiva de las mismas.

3.2.a. Acordar normas y reglas de juegos consensuadas en clase, interactuando con diálogo y aceptando las diferencias individuales.

3.3.a. Iniciarse en prácticas motrices cotidianas cooperativas, mostrando actitudes de respeto y responsabilidad.

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 68/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

Competencia específica 4

- 4.1.a. Vivenciar juegos y manifestaciones artístico-expresivas de carácter cultural del entorno cercano, valorando su componente lúdico y disfrutando de su puesta en práctica.
- 4.2.a. Conocer a referentes del deporte de ambos géneros del entorno cercano, reconociendo el esfuerzo y la dedicación requeridos para alcanzar el éxito.
- 4.3.a. Explorar las posibilidades expresivas del cuerpo y del movimiento en actividades rítmico-musicales de carácter expresivo.

Competencia específica 5

- 5.1.a. Utilizar el entorno natural y urbano, aprendiendo a utilizarlo de forma segura, conociendo otros usos desde la motricidad, adoptando actitudes de respeto hacia ellos durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres o acuáticos e iniciándose en su cuidado y conservación.

Saberes básicos

A. Vida activa y saludable.

- EF.01.A.1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física.
- EF.01.A.2. Salud social: la actividad física como práctica social saludable. Derechos de los niños y niñas en el deporte escolar. Respeto hacia todas las personas con independencia de sus características personales.
- EF.01.A.3. Salud mental: bienestar personal y en el entorno a través de la motricidad. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Organización y gestión de la actividad física.

- EF.01.B.1. Elección de la práctica física: vivencia de diversas experiencias corporales en distintos contextos.
- EF.01.B.2. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar.
- EF.01.B.3. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal.
- EF.01.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores sencillos: objetivos o metas. Utilización de recursos digitales.
- EF.01.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: juegos de activación, calentamiento y vuelta a la calma.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- EF.01.C.1. Toma de decisiones: adecuación de las acciones a las capacidades y las limitaciones personales en situaciones motrices individuales. Coordinación de acciones con compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Adecuación de la acción a la ubicación del adversario en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección de la posición corporal o la distancia adecuadas en situaciones de oposición de contacto. Selección de acciones para mantener la posesión, recuperar el móvil o evitar que el atacante progrese en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- EF.01.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal: conciencia corporal. Lateralidad y su proyección en el espacio. Coordinación óculo-pédica y óculo-manual. Equilibrio estático y dinámico.
- EF.01.C.3. Capacidades físicas desde el ámbito lúdico y el juego.
- EF.01.C.4. Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas.

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 69/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



EF.01.C.5. Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos. Apoyo en recursos digitales.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EF.01.D.1. Gestión emocional: estrategias de identificación, experimentación y manifestación de emociones, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.

EF.01.D.2. Habilidades sociales: verbalización de emociones derivadas de la interacción en contextos motrices.

EF.01.D.3. Respeto a las reglas de juego.

EF.01.D.4. Conductas que favorezcan la convivencia y de igualdad de género, inclusivas y de respeto a los demás, en situaciones motrices: estrategias de identificación de conductas discriminatorias o contrarias a la convivencia.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EF.01.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los juegos y las danzas como manifestación de la cultura andaluza.

EF.01.E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: gestos, muecas, posturas y otros.

EF.01.E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

EF.01.E.4. Deporte y perspectiva de género: referentes en el deporte de distintos géneros.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

EF.01.F.1. Normas de uso: educación vial para peatones. Normas de uso de la vía pública. Movilidad segura, saludable y sostenible.

EF.01.F.2. Posibilidades motrices de los espacios de juego y esparcimiento infantil.

EF.01.F.3. El material físico y digital, y sus posibilidades de uso para el desarrollo de la motricidad.

EF.01.F.4. Realización de actividades seguras en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía.

EF.01.F.5. Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Educación Física (Primer Ciclo)		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos mínimos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	1.1.a.	EF.01.A.1.
	1.2.a.	EF.01.C.2.
	1.3.a.	EF.01.A.3. EF.01.B.3. EF.01.B.5. EF.01.E.1.
	1.4.a.	EF.01.D.1. EF.01.D.2. EF.01.D.4.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida	2.1.a.	EF.01.B.4. EF.01.C.1.
	2.2.a.	EF.01.B.1. EF.01.B.4. EF.01.C.1.
	2.3.a.	EF.01.C.2. EF.01.C.3. EF.01.C.4.

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 70/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



diaria.		EF.01.C.5.
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	3.1.a.	EF.01.D.1. EF.01.D.2.
	3.2.a.	EF.01.A.2. EF.01.B.2. EF.01.D.3. EF.01.E.4.
	3.3.a.	EF.01.D.2. EF.01.D.3. EF.01.D.4. EF.01.E.2.
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	4.1.a.	EF.01.E.1. EF.01.E.3.
	4.2.a.	EF.01.D.4. EF.01.E.4.
	4.3.a.	EF.01.D.2. EF.01.E.2. EF.01.E.3.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	5.1.a.	EF.01.F.1. EF.01.F.2. EF.01.F.3. EF.01.F.4. EF.01.F.5.

TERCER CURSO

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

1.1.a. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, practicando desplazamientos activos y sostenibles e identificando los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.

1.2.a. Practicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.

1.3.a. Ejecutar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, vivenciando protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.

1.4.a. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, identificando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.

Competencia específica 2

2.1.a. Vivenciar la importancia de establecer metas claras a la hora de desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, identificando su consecución a partir de un análisis de los resultados obtenidos.

2.2.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo identificando

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 71/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.

2.3.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, analizando si es preciso cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, a través del análisis del grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

Competencia específica 3

3.1.a. Mostrar una disposición positiva hacia el juego, controlando las emociones negativas en contextos lúdicos de práctica motriz.

3.2.a. Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio desde el diálogo y el debate, expresando y escuchando propuestas y pensamientos de manera activa.

3.3.a. Identificar en prácticas motrices variadas habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación, proponiendo soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.

Competencia específica 4

4.1.a. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza, tradicional o actual, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo.

4.2.a. Experimentar prácticas deportivas individuales, colectivas y mixtas, disfrutando de su práctica y conociendo las distintas posibilidades de deporte federado que existen en su entorno cercano.

4.3.a. Aplicar de forma espontánea y creativa distintas combinaciones de movimientos que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.

Competencia específica 5

5.1.a. Fomentar una práctica motriz teniendo en cuenta las posibles dificultades en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, observando cada situación antes de realizar las acciones y atendiendo a las medidas de conservación ambiental existentes.

Saberes básicos

A. Vida activa y saludable.

EF.02.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.

EF.02.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.

EF.02.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Organización y gestión de la actividad física.

EF.02.B.1. Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivo, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción. Respeto de las elecciones de los demás.

EF.02.B.2. Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 72/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

- EF.02.B.3. Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.
 EF.02.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. Utilización de recursos digitales.
 EF.02.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- EF.02.C.1. Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros y compañeras desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
 EF.02.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.
 EF.02.C.3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas.
 EF.02.C.4. Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.
 EF.02.C.5. Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos. Apoyo en recursos digitales.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- EF.02.D.1. Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.
 EF.02.D.2. Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.
 EF.02.D.3. Concepto de deportividad.
 EF.02.D.4. Conductas contrarias a la convivencia, discriminatorias o sexistas, en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación y efectos negativos.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- EF.02.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
 EF.02.E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples.
 EF.02.E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.
 EF.02.E.4. Deporte y perspectiva de género: ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- EF.02.F.1. Normas de uso: educación vial para bicicletas. Movilidad segura, saludable y sostenible.
 EF.02.F.2. Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento.
 EF.02.F.3. Estado del material físico y digital para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos.
 EF.02.F.4. Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión.

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 73/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

EF.02.F.5. Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía.

EF.02.F.6. Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Educación Física (Tercer Curso)		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos mínimos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	1.1.a.	EF.02.A.1. EF.02.A.3.
	1.2.a.	EF.02.A.1. EF.02.B.3. EF.02.C.2.
	1.3.a.	EF.02.B.2. EF.02.B.5.
	1.4.a.	EF.02.A.2. EF.02.A.3. EF.02.D.2.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	2.1.a.	EF.02.B.1. EF.02.C.1.
	2.2.a.	EF.02.B.1. EF.02.B.4. EF.02.C.5.
	2.3.a.	EF.02.C.2. EF.02.C.3. EF.02.C.4. EF.02.C.5.
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	3.1.a.	EF.02.D.1. EF.02.D.2.
	3.2.a.	EF.02.D.2.
	3.3.a.	EF.02.A.2. EF.02.D.2. EF.02.D.3. EF.02.D.4.
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	4.1.a.	EF.02.E.1. EF.02.E.3.
	4.2.a.	EF.02.D.4. EF.02.E.4.
	4.3.a.	EF.02.E.2. EF.02.E.3.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	5.1.a.	EF.02.F.1. EF.02.F.2. EF.02.F.3. EF.02.F.4. EF.02.F.5. EF.02.F.6.



QUINTO CURSO

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

1.1.a. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.

1.2.a. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3.a. Ejecutar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.

1.4.a. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

Competencia específica 2

2.1.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

2.2.a. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.

2.3.a. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

Competencia específica 3

3.1.a. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.

3.2.a. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.

3.3.a. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.

Competencia específica 4

4.1.a. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su transmisión.

4.2.a. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.

4.3.a. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.

Competencia específica 5

5.1.a. Ajustar las acciones motrices del medio valorando los riesgos del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos, salvando los obstáculos, practicando las actividades físicas propuestas y actuando

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 75/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

respetuosamente en el entorno.

Saberes básicos

A. Vida activa y saludable.

EF.03.A.1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.

EF.03.A.2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

EF.03.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás.

B. Organización y gestión de la actividad física.

EF.03.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.

EF.03.B.2. Actitudes consumistas en torno al equipamiento. Investigación, usando recursos digitales y, análisis crítico de la adquisición de material para la práctica físico-deportiva.

EF.03.B.3. Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.

EF.03.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Utilización de recursos digitales.

EF.03.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.

EF.03.B.6. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EF.03.C.1. Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EF.03.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles).

EF.03.C.3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).

FIRMADO POR	AURORA MARIA AUXILIADORA MORALES MARTIN	23/06/2022 18:04:55	PÁGINA 76/146
VERIFICACIÓN	tFc2eNL4QZ4B3F8ZAABVDCTMVAU2FR	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	
			

EF.03.C.4. Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.

EF.03.C.5. Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Apoyo en recursos digitales.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

EF.03.D.1. Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.

EF.03.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.

EF.03.D.3. Concepto de fairplay o «juego limpio».

EF.03.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de género, capacidad o competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista: abuso sexual o cualquier forma de violencia).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

EF.03.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los deportes como seña de identidad cultural.

EF.03.E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.

EF.03.E.3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.

EF.03.E.4. Deporte y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.

EF.03.E.5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

E.F03.F.1. Normas de uso: la educación vial desde la actividad física y deportiva. Movilidad segura, saludable y sostenible.

EF.03.F.2. Transporte activo, seguro y sostenible: bicicletas, patines, patinetes.

EF.03.F.3. Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación.

E.F03.F.4. Aplicación, construcción y reutilización de materiales físicos y digitales para la práctica motriz.

EF.03.F.5. Práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía.

EF.03.F.6. Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

Educación Física (Quinto Curso)		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos mínimos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	1.1.a.	EF.03.A.1. EF.03.A.2.
	1.2.a.	EF.03.B.3. EF.03.B.5.
	1.3.a.	EF.03.B.5. EF.03.B.6. EF.03.F.3.
	1.4.a.	EF.03.A.3. EF.03.D.4.



2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	2.1.a.	EF.03.B.1. EF.03.B.4. EF.03.D.2.
	2.2.a.	EF.03.B.1. EF.03.C.1. EF.03.D.2.
	2.3.a.	EF.03.C.1. EF.03.C.2. EF.03.C.3. EF.03.C.4. EF.03.C.5.
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	3.1.a.	EF.03.D.1.
	3.2.a.	EF.03.D.2. EF.03.D.3. EF.03.E.5.
	3.3.a.	EF.03.A.2. EF.03.A.3. EF.03.D.2. EF.03.D.4.
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	4.1.a.	EF.03.E.1.
	4.2.a.	EF.03.E.1. EF.03.E.4. EF.03.E.5.
	4.3.a.	EF.03.C.5. EF.03.E.2. EF.03.E.3.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	5.1.a.	EF.03.B.2. EF.03.F.1. EF.03.F.2. EF.03.F.3. EF.03.F.4. EF.03.F.5. EF.03.F.6.

