

CRITERIOS DE EVALUACIÓN, INDICADORES DE LOGRO Y CONTENIDOS ASOCIADOS (Evaluación en cada UT y Excel)

Los criterios de evaluación aparecen definidos como los referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito en un momento determinado de su proceso de aprendizaje. Los criterios de evaluación toman como referencia cada uno de los cursos de la etapa y se fijan para cada una de las materias. Los criterios de evaluación plasman la referencia de cada materia para valorar el aprendizaje del alumnado y el grado de adquisición de cada competencia específica.

En este apartado vamos a desglosar los criterios de evaluación del área de Educación Física en indicadores de logro. Estos indicadores de logro permitirán concretar los criterios de evaluación en conductas observables y medibles, posibilitando valorar los niveles de desempeño a los que se refieren dichos criterios.

De igual manera vamos a detallar los contenidos de la materia de Educación Física que señalan los aprendizajes que son necesarios trabajar para que adquieran las competencias específicas. Los contenidos del área se integran los conocimientos que constituyen la dimensión cognitiva de las competencias; destrezas, que constituyen la dimensión instrumental; y actitudes, que constituyen la dimensión actitudinal del área de Educación Física. Todo ello aparece pormenorizado en el apartado que incluye el desarrollo de las Unidades que integran las situaciones de aprendizaje.

Los **SABERES** de nuestra materia se dividen en **SEIS BLOQUES** de contenido:

Vida activa y saludable (VAS)	
Resolución de problemas y situaciones motrices (RPSME)	 Resolución de problemas y situaciones motrices
Organización y gestión de la actividad física (OGAF)	 Organización y gestión de la actividad física
Manifestaciones de la cultura motriz (MCM)	 Manifestaciones de la cultura motriz
Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices (AEISSM)	 Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
Interacción eficiente y sostenible (IES)	 Interacción eficiente y sostenible

PRIMER CURSO DE ESO

Competencia específica 1

Adoptar un ESTILO DE VIDA ACTIVO Y SALUDABLE, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
1.1 Establecer y ejecutar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	1.1.1. Conoce y realiza una secuencia completa de ejercicios de fuerza y movilidad con cierto dominio corporal y técnico en la ejecución, valorando y corrigiendo de manera básica sus ejecuciones y las de sus compañeros. 1.1.2. Comprende y valora un repertorio básico de ejercicios de fuerza y movilidad, así como su finalidad básica como activación y como repertorio para el trabajo de la Condición Física personal (relacionado con el anterior). 1.1.3. Realiza con autonomía un circuito de condición física planteado, dominando los conceptos de serie y repetición, adecuando de manera básica la intensidad de los ejercicios a su nivel. 1.1.4. Conoce las capacidades físicas Básicas, su relación básica con la actividad física y la vida cotidiana, valora su nivel, limitaciones y puntos fuertes personales, mostrando actitudes de esfuerzo y exigencia para superarse.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8 UT10
1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos subjetivos sencillos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	1.2.1 Conoce y realiza un repertorio básico de fuerza y movilidad como activación previa al ejercicio (junto al primer indicador 1.1.1.). 1.2.2. Determina de manera básica el nivel de exigencia de un ejercicio de fuerza y movilidad adecuado para él (relacionado con el indicador 1.1.3.). 1.2.3. Dosifica de manera básica el ritmo de carrera y aplica procedimientos básicos para dosificar y controlar el esfuerzo de media y larga duración.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8
1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	1.3.1. Conoce y valora pautas muy básicas de alimentación saludable de sueño y descanso y aplica normas básicas de higiene postural en la actividad física y en la carga y transporte de pesos y desarrolla y muestra cierto nivel de fuerza y control postural en un repertorio básico de ejercicios de CORE. 1.3.2. Conoce y corrige sus errores básicos respecto a la respiración, control del tronco, de rodilla y disociación lumbo-pélvica y experimenta y se inicia en técnicas de respiración durante la actividad física (junto al primer indicador 1.1.1.).	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT6 UT 8
1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	1.4.1. Valora y es consciente de la importancia de la actividad física en su vida diaria y aplica las normas de higiene durante y al final de la actividad física.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 Aplica durante todo el curso
1.5 Comenzar a adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	1.5.1. Conoce medidas higiénicas básicas de seguridad y de prevención de lesiones y aplica las medidas de seguridad dadas en cada tarea planteada.	  Organización y gestión de la actividad física UT1 UT6 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas	1.6.1. Conoce y aplica el protocolo básico de actuación ante un accidente propio o de los compañeros. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.	

básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)		UT1 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	1.7.1. valora y colabora con la generación de un clima saludable y de convivencia en el grupo durante la práctica de actividad física y asume y colabora en el mantenimiento de las normas de seguridad planteadas en todas las situaciones de E-A.	 Autoregulación emocional e interacción social en situaciones motrices UT1 UT6 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	1.8.1. Conoce opciones básicas de uso de dispositivos digitales en la actividad física y no utiliza ni trae dispositivos digitales a clase salvo que se le solicite.	 UT 8 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	1.9.1. Utiliza de manera básica y con cierto criterio las tecnologías de la Información y la Comunicación cuando se le solicita en tareas o producciones relacionadas con diferentes situaciones de aprendizaje.	UT8 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 2

*Adaptar, con **PROGRESIVA AUTONOMÍA EN SU EJECUCIÓN, LAS CAPACIDADES FÍSICAS, PERCEPTIVO MOTRICES Y COORDINATIVAS, ASÍ COMO LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES**, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	2.1.1. Ejecuta con corrección un repertorio básico de ejercicios para el trabajo de la condición física personal. 2.1.2. Conoce sus posibilidades y límites corporales en diferentes actividades físicas. 2.1.3. Desarrolla la capacidad para generar reglas pactadas que permitan la participación también de aquellos menos capaces, buscando la práctica y/o un juego más interesante y divertido para todos tanto en el deporte (iniciación a los deportes colectivos, Floorball, palas y fútbol sala) como en otras actividades (relevos, coreografías, malabares colectivos, salto a la comba).	 UT 1, UT 2, UT, 6, UT 7, UT8, UT 9, UT 10, UT 11, UT 12
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, con una limitada incertidumbre, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	2.2.1 Aplica principios tácticos básicos y asume roles defensivos y ofensivos en juegos modificados de iniciación a los deportes colectivos y en prácticas de Floorball y Fútbol Sala. 2.2.2. reflexiona y obtiene conclusiones básicas sobre los resultados de sus propias acciones tácticas y de las de los compañeros en juegos modificados de iniciación a los deportes colectivos y en prácticas de Floorball y Fútbol Sala. 2.2.3. Muestra capacidad básica para participar de manera ajustada en el juego colectivo o de adversario.	 UT 2, UT 11, UT 12, UT 13

2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	2.3.1. Evidencia dominio y control corporal en las situaciones motrices planteadas: técnica de carrera, salto, equilibrio, lanzamiento y recepción, pase, recepción y disparo con móviles e implementos, habilidades gimnásticas básicas, salto a la comba, 2.3.2. Soluciona problemas motrices básicos con progresiva autonomía. 2.3.2. Muestra un nivel de movilidad, fuerza, resistencia cardiovascular, velocidad, agilidad, coordinación y equilibrio correspondiente a su grupo de referencia.	 UT 1, UT 2, UT 3, UT 5, UT 6, UT 9, UT 10, UT 11, UT 12
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de estas. (CPSAA1, CE2, CE3)	2.4.1. Participa, a lo largo de cada proceso de E-A y especialmente en la práctica de actividad física, con actitud de esfuerzo y superación. 2.4.2. Mantiene una actitud de implicación y concentración en actividades físicas.	Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 3

*Compartir espacios de PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando **EL RESPETO ENTRE PARTICIPANTES Y A LAS REGLAS** sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de **AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL** que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al **ENTENDIMIENTO SOCIAL Y AL COMPROMISO ÉTICO** en los diferentes espacios en los que se participa.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	3.1.1. Muestra actitudes de deportividad, competitividad positiva y asunción de diferentes roles en las actividades físicas y situaciones de E-A propuestas: iniciación a los deportes colectivos, orientación deportiva, iniciación a las palas, Floorball y fútbol sala.	 UT 2 UT4 UT 11 UT12 UT 13
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	3.2.1. Practica actividades físicas individuales y grupales mostrando cierta implicación y asume la responsabilidad personal en roles dados en diferentes propuestas. 3.4,2. Conoce y aplica criterios básicos para la autoevaluación y la evaluación de la habilidad y las producciones de los compañeros.	 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	3.3.1. Muestra progresiva autonomía en las habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad mostrando una actitud crítica ante la discriminación, actitudes violentas y de falta de respeto en las actividades físicas y situaciones de E-A planteadas a lo largo del curso.	 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 4

*Practicar, analizar y valorar distintas **MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ** aprovechando las **POSIBILIDADES Y RECURSOS EXPRESIVOS** que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del **DEPORTE COMO FENÓMENO SOCIAL**, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.1.1. Utiliza habilidades gimnásticas básicas y de salto a la comba aprendidas para realizar montajes individuales y grupales.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 7
4.2 Participar en diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.2.1. participa en las actividades físicas planteadas mostrando actitudes evitando estereotipos relacionados con la capacidad y los comportamientos sexistas.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 3, UT 10, UT 11, UT 12
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4.3.1. Practica y crea en grupo pequeñas coreografías con base musical. 4.3.2. muestra cierto conocimiento y aplicación de los criterios planteados para la elaboración de una coreografía grupal.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 7

Competencia específica 5

*Adoptar un **ESTILO DE VIDA SOSTENIBLE Y ECO SOCIALMENTE RESPONSABLE** aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del **MEDIO NATURAL Y URBANO**.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.1.1. Participa activamente en actividades de orientación tanto en entornos simples y cercanos como otros menos conocidos, mostrando actitudes proactivas con la actividad, sus compañeros y el entorno.	 Interacción eficiente y sostenible UT 4
5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	5.2.1. Conoce y aplica la normativa básica de las carreras de orientación planteadas, los tipos de mapa, se familiariza con sus características y demuestra capacidad para hacer un uso básico del mismo.	 Interacción eficiente y sostenible UT 4

SEGUNDO CURSO DE ESO

Competencia específica 1

Adoptar un ESTILO DE VIDA ACTIVO Y SALUDABLE, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
1.1 organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	1.1.1. Conoce y realiza una secuencia completa de ejercicios de fuerza y movilidad con cierto dominio corporal y técnico en la ejecución, valorando y corrigiendo de manera básica sus ejecuciones y las de sus compañeros. 1.1.2. Comprende y valora un repertorio básico de ejercicios de fuerza y movilidad, así como su finalidad básica como activación y como repertorio para el trabajo de la Condición Física personal (relacionado con el anterior). 1.1.3. Realiza con autonomía un circuito de condición física planteado, dominando los conceptos de serie y repetición, adecuando de manera básica la intensidad de los ejercicios a su nivel. 1.1.4. Conoce las capacidades físicas Básicas, su relación básica con la actividad física y la vida cotidiana, valora su nivel, limitaciones y puntos fuertes personales, mostrando actitudes de esfuerzo y exigencia para superarse.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8 UT 9
1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)	1.2.1 Conoce y realiza un repertorio básico de fuerza y movilidad como activación previa al ejercicio (junto al primer indicador 1.1.1.). 1.2.2. Determina de manera básica el nivel de exigencia de un ejercicio de fuerza y movilidad adecuado para él (relacionado con el indicador 1.1.3.). 1.2.3. Dosifica de manera básica el ritmo de carrera y aplica procedimientos básicos para dosificar y controlar el esfuerzo de media y larga duración.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8
1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	1.3.1. Conoce y valora pautas muy básicas de alimentación saludable de sueño y descanso y aplica normas básicas de higiene postural en la actividad física y en la carga y transporte de pesos y desarrolla y muestra cierto nivel de fuerza y control postural en un repertorio básico de ejercicios de CORE. 1.3.2. Conoce y corrige sus errores básicos respecto a la respiración, control del tronco, de rodilla y disociación lumbo-pélvica y experimenta y se inicia en técnicas de respiración durante la actividad física (junto al primer indicador 1.1.1.).	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT6 UT 8
1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	1.4.1. Valora y es consciente de la importancia de la actividad física en su vida diaria y aplica las normas de higiene durante y al final de la actividad física.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 Aplica durante todo el curso
1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	1.5.1. Conoce medidas higiénicas básicas de seguridad y de prevención de lesiones y aplica las medidas de seguridad dadas en cada tarea planteada.	  Organización y gestión de la actividad física UT1 UT6 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	1.6.1. Conoce y aplica el protocolo básico de actuación ante un accidente propio o de los compañeros. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.	 UT1 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

1.7 Analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	1.7.1. valora y colabora con la generación de un clima saludable y de convivencia en el grupo durante la práctica de actividad física y asume y colabora en el mantenimiento de las normas de seguridad planteadas en todas las situaciones de E-A.	 Autoregulación emocional e interacción social en situaciones motrices UT1 UT6 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.8 Explorar diferentes recursos digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	1.8.1. Conoce opciones básicas de uso de dispositivos digitales en la actividad física y no utiliza ni trae dispositivos digitales a clase salvo que se le solicite.	   UT 8 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	1.9.1. Utiliza de manera básica y con cierto criterio las tecnologías de la Información y la Comunicación cuando se le solicita en tareas o producciones relacionadas con diferentes situaciones de aprendizaje.	UT8 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 2

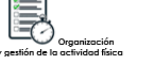
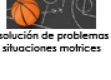
*Adaptar, con **PROGRESIVA AUTONOMÍA EN SU EJECUCIÓN, LAS CAPACIDADES FÍSICAS, PERCEPTIVO MOTRICES Y COORDINATIVAS, ASÍ COMO LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES**, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)	2.1.1. Ejecuta con corrección un repertorio básico de ejercicios para el trabajo de la condición física personal. 2.1.2. Conoce sus posibilidades y límites corporales en diferentes actividades físicas. 2.1.3. Desarrolla la capacidad para generar reglas pactadas que permitan la participación también de aquellos menos capaces, buscando la práctica y/o un juego más interesante y divertido para todos tanto en el deporte (iniciación a los deportes colectivos, Floorball, palas y fútbol sala) como en otras actividades (relevos, coreografías, malabares colectivos, salto a la comba).	  Organización y gestión de la actividad física  Resolución de problemas y situaciones motrices  Autoregulación emocional e interacción social en situaciones motrices UT 1, UT 4, UT 5, UT 6, UT7, UT 8, UT 9, UT 11
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	2.2.1 Aplica principios tácticos básicos y asume roles defensivos y ofensivos en juegos modificados de iniciación a los deportes colectivos y en prácticas de Floorball y Fútbol Sala. 2.2.2. reflexiona y obtiene conclusiones básicas sobre los resultados de sus propias acciones tácticas y de las de los compañeros en juegos modificados de iniciación a los deportes colectivos y en prácticas de Floorball y Fútbol Sala. 2.2.3. Muestra capacidad básica para participar de manera ajustada en el juego colectivo o de adversario.	 Resolución de problemas y situaciones motrices UT 4, UT 11, UT 10
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de	2.3.1. Evidencia dominio y control corporal en las situaciones motrices planteadas: técnica de carrera, salto, equilibrio, lanzamiento y recepción, pase, recepción y disparo con móviles e implementos, habilidades gimnásticas básicas, salto a la comba,	  Organización y gestión de la actividad física

problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	2.3.2. Soluciona problemas motrices básicos con progresiva autonomía. 2.3.2. Muestra un nivel de movilidad, fuerza, resistencia cardiovascular, velocidad, agilidad, coordinación y equilibrio correspondiente a su grupo de referencia.	 Resolución de problemas y situaciones motrices  Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices UT 1, UT 4, UT 3, UT 5, UT 8, UT 9, UT 11
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)	2.4.1. Participa, a lo largo de cada proceso de E-A y especialmente en la práctica de actividad física, con actitud de esfuerzo y superación. 2.4.2. Mantiene una actitud de implicación y concentración en actividades físicas.	Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 3

*Compartir espacios de PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando **EL RESPETO ENTRE PARTICIPANTES Y A LAS REGLAS** sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de **AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL** que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al **ENTENDIMIENTO SOCIAL Y AL COMPROMISO ÉTICO** en los diferentes espacios en los que se participa.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	3.1.1. Muestra actitudes de deportividad, competitividad positiva y asunción de diferentes roles en las actividades físicas y situaciones de E-A propuestas: iniciación a los deportes colectivos, orientación deportiva, iniciación a las palas, Floorball y fútbol sala.	 Organización y gestión de la actividad física  Resolución de problemas y situaciones motrices  Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices  Interacción eficiente y sostenible UT 4 UT2 UT 11 UT10
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	3.2.1. Practica actividades físicas individuales y grupales mostrando cierta implicación y asume la responsabilidad personal en roles dados en diferentes propuestas. 3.4.2. Conoce y aplica criterios básicos para la autoevaluación y la evaluación de la habilidad y las producciones de los compañeros.	 Vida Activa & Saludable  Organización y gestión de la actividad física  Resolución de problemas y situaciones motrices  Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices  Manifestaciones de la cultura motriz  Interacción eficiente y sostenible Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	3.3.1. Muestra progresiva autonomía en las habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad mostrando una actitud crítica ante la discriminación, actitudes violentas y de falta de respeto en las actividades físicas y situaciones de E-A planteadas a lo largo del curso.	 Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 4

*Practicar, analizar y valorar distintas **MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ** aprovechando las **POSIBILIDADES Y RECURSOS EXPRESIVOS** que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del **DEPORTE COMO FENÓMENO SOCIAL**, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.1.1. Utiliza habilidades gimnásticas básicas y de salto a la comba aprendidas para realizar montajes individuales y grupales.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 6
4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.2.1. participa en las actividades físicas planteadas mostrando actitudes evitando estereotipos relacionados con la capacidad y los comportamientos sexistas.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 3, UT 9, UT 11
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4.3.1. Practica y crea en grupo pequeñas coreografías con base musical. 4.3.2. muestra cierto conocimiento y aplicación de los criterios planteados para la elaboración de una coreografía grupal.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 6

Competencia específica 5

*Adoptar un **ESTILO DE VIDA SOSTENIBLE Y ECO SOCIALMENTE RESPONSABLE** aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del **MEDIO NATURAL Y URBANO**.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.1.1. Participa activamente en actividades de orientación tanto en entornos simples y cercanos como otros menos conocidos, mostrando actitudes proactivas con la actividad, sus compañeros y el entorno.	 Interacción eficiente y sostenible UT 2
5.2 participar en actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	5.2.1. Conoce y aplica la normativa básica de las carreras de orientación planteadas, los tipos de mapa, se familiariza con sus características y demuestra capacidad para hacer un uso básico del mismo.	 Interacción eficiente y sostenible UT 2

TERCER CURSO DE ESO

Competencia específica 1

Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
1.1 Autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	1.1.1. Conoce y realiza una secuencia completa y amplia de ejercicios de fuerza y movilidad con cierto dominio corporal y técnico en la ejecución, 1.1.2. Conoce y practica de manera básica diferentes sistemas de trabajo de la Condición Física personal (trabajo con bandas elásticas y HIIT) y ejecuta con autonomía un circuito de condición física planteado, manejando las variables que afectan a la exigencia e intensidad del ejercicio, adecuando todo ello de manera básica a su nivel. 1.1.3. Valora y conoce el nivel de sus capacidades físicas básicas, limitaciones y puntos fuertes personales, su relación básica con la actividad física y la vida cotidiana y muestra actitudes de superación y exigencia para superarse.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 9 UT 10
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	1.2.1 Conoce y realiza un repertorio básico de fuerza y movilidad como activación previa al ejercicio (1.1.1.). 1.2.2. Determina de manera básica el nivel de exigencia de un ejercicio de fuerza y movilidad adecuado para él (1.1.2.). 1.2.3. Dosifica de manera básica el ritmo de carrera y aplica procedimientos básicos para dosificar y controlar el esfuerzo.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 9
1.3 Introducir en sus rutinas diarias el desarrollo de una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	1.3.1. Conoce y valora pautas de alimentación saludable, sueño y descanso y nivel de actividad física personal. 1.3.2. Aplica normas básicas de higiene postural en la actividad física y en la vida cotidiana. 1.3.3. desarrolla y muestra cierto nivel de fuerza y control postural en un repertorio básico de ejercicios de CORE. 1.3.4. Conoce y corrige sus errores respecto a la respiración, control del tronco, rodilla, tensión abdominal y disociación lumbopélvica en la actividad física.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 10
1.4 Comenzar a adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	1.4.1. Valora, es consciente y adopta una actitud crítica sobre la importancia de la actividad física en su vida diaria y aplica las normas de higiene durante y al final de la actividad física.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 10 Aplica durante todo el curso
1.5 Empezar a adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)	1.5.1. Conoce medidas higiénicas de seguridad y de prevención de lesiones y las aplica de manera específica en cada tarea planteada, siguiendo las instrucciones dadas.	  Organización y gestión de la actividad física UT1 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	1.6.1. Conoce y aplica el protocolo básico de actuación ante un accidente propio o de los compañeros. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.	 UT1 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en	1.7.1. valora y colabora con la generación de un clima saludable y de convivencia en el grupo que elimine cualquier tipo de discriminación y estereotipo durante la práctica de actividad física.	 Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	1.7.2. Asume y colabora en el mantenimiento de las normas de seguridad planteadas en todas las situaciones de E-A.	UT6 UT7 UT8 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.8 Desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	1.8.1. Conoce opciones de uso de dispositivos digitales en la actividad física y no utiliza ni trae dispositivos digitales a clase salvo que se le solicite.	   UT2 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	1.9.1. Utiliza con cierto criterio las Tecnologías de la Información y la Comunicación cuando se le solicita, en tareas o producciones relacionadas con diferentes situaciones de aprendizaje.	UT2 UT6 UT7 UT8 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 2

*Adaptar, con **PROGRESIVA AUTONOMÍA EN SU EJECUCIÓN, LAS CAPACIDADES FÍSICAS, PERCEPTIVO MOTRICES Y COORDINATIVAS, ASÍ COMO LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES**, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3) 247	2.1.1 Asume y desarrolla la capacidad para generar reglas pactadas que permitan la participación también de aquellos menos capaces, buscando la práctica y/o un juego más interesante y divertido para todos tanto en el deporte (baloncesto, voleibol y rugby tag).	    UT 3 UT 11
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	2.2.1 Aplica principios tácticos y asume roles defensivos y ofensivos en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol).	 UT 3 UT 11
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	2.3.1. Evidencia dominio y control corporal en las situaciones motrices planteadas: técnica de carrera, lanzamiento y recepción del disco volador, habilidades gimnásticas y acrobáticas, baile de pareja y danza colectiva, lenguaje no verbal en la comunicación y relaciones sociales, así como en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol). 2.3.2. Soluciona problemas motrices con progresiva autonomía y muestra un nivel de movilidad, fuerza, resistencia cardiovascular, velocidad, agilidad, coordinación y equilibrio correspondiente a su grupo de referencia.	      UT 6 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	2.4.1. Participa, a lo largo de cada proceso de E-A y especialmente en la práctica de actividad física, con actitud de esfuerzo y superación y mantiene una actitud de implicación, concentración y compromiso en actividades físicas.	 UT 8 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
---	--	---

Competencia específica 3

Compartir espacios de **PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA** con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando **EL RESPETO ENTRE PARTICIPANTES Y A LAS REGLAS** sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de **AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL** que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al **ENTENDIMIENTO SOCIAL Y AL COMPROMISO ÉTICO** en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	3.1.1. Muestra actitudes de deportividad, competitividad positiva y asunción de diferentes roles en las actividades físicas y situaciones de E-A propuestas: en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol).	 UT 3 UT 11
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	3.2.1. Cooperar y colabora con progresiva autonomía en las producciones motrices y proyectos planteados con la finalidad de alcanzar el logro individual y colectivo: técnica de carrera, lanzamiento y recepción del disco volador, habilidades gimnásticas y acrobáticas, baile de pareja y danza colectiva, lenguaje no verbal en la comunicación y relaciones sociales, así como en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol). 3.2.2. Asume con progresiva autonomía la responsabilidad personal, el rol asignado y la gestión del tiempo de práctica en la práctica de diferentes producciones y proyectos motores.	 UT2 UT5 UT6 UT8 UT9 UT11 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	3.3.1. Muestra progresiva autonomía en las habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad mostrando una actitud crítica ante la discriminación, actitudes violentas y de falta de respeto en las actividades físicas y situaciones de E-A planteadas a lo largo del curso.	 UT7 UT8 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 4

Practicar, analizar y valorar distintas **MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ** aprovechando las **POSIBILIDADES Y RECURSOS EXPRESIVOS** que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del **DEPORTE COMO FENÓMENO SOCIAL**, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes y evolución. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.1.1. Realiza una secuencia fluida de habilidades acrobáticas, incluyendo estructuras de Acrosport. 4.1.2. Conoce y practica la técnica de un baile tradicional de pareja y de una danza colectiva.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 8
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.2.1. participa en las actividades físicas planteadas mostrando actitudes que eviten estereotipos relacionados con la capacidad y los comportamientos sexistas.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 7 UT 8 UT 9 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4.3.1. Planifica, desarrolla y evalúa un montaje coreográfico de grupo de carácter expresivo con base musical, introduciendo elementos de acrogimnasia, aplicando en el mismo los conocimientos adquiridos sobre expresión corporal. participando de forma activa y desinhibida. 4.3.4. Crea y representa elementos propios de un baile tradicional de pareja y de una danza colectiva, manejando y aplicando los criterios dados.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 6 UT 8

Competencia específica 5

Adoptar un **ESTILO DE VIDA SOSTENIBLE Y ECO SOCIALMENTE RESPONSABLE** aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del **MEDIO NATURAL Y URBANO**.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.1.1. Participa activamente y completa actividades de orientación tanto en entornos naturales y urbanos cercanos como otros menos conocidos, mostrando actitudes proactivas con la actividad, sus compañeros y el entorno. 5.1.2. Participa en actividades extraescolares planteadas para el curso (salida por Valladolid, senderismo en CyL y Jornadas Blancas).	 Interacción eficiente y sostenible UT 4
5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de	5.2.1. Maneja los tipos de mapa y sus características y demuestra capacidad para hacer un uso adecuado de estos.	

seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.2.2. Conoce técnicas elementales de prevención y seguridad en actividades en la naturaleza y conoce y aplica la normativa de las carreras de orientación planteadas, contribuyendo a la correcta organización de la actividad, asumiendo su responsabilidad.	 Interacción eficiente y sostenible UT 3
---	--	---

CUARTO CURSO DE ESO

Competencia específica 1

Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
1.1 Planificar y autorregular la práctica organizada de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, y al desarrollo de las capacidades físicas, según las necesidades e intereses individuales, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	1.1.1. Conoce y realiza una secuencia completa y amplia de ejercicios de fuerza y movilidad con cierto dominio corporal y técnico en la ejecución, 1.1.2. Conoce y practica de manera básica diferentes sistemas de trabajo de la Condición Física personal (trabajo con bandas elásticas y HIIT) y ejecuta con autonomía un circuito de condición física planteado, manejando las variables que afectan a la exigencia e intensidad del ejercicio, adecuando todo ello de manera básica a su nivel. 1.1.3. Valora y conoce el nivel de sus capacidades físicas básicas, limitaciones y puntos fuertes personales, su relación básica con la actividad física y la vida cotidiana y muestra actitudes de superación y exigencia para superarse.	 Vida Activa & Saludable  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 3 UT 7 UT 8
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)	1.2.1 Conoce y realiza un repertorio básico de fuerza y movilidad como activación previa al ejercicio (1.1.1.). 1.2.2. Determina de manera básica el nivel de exigencia de un ejercicio de fuerza y movilidad adecuado para él (1.1.2.). 1.2.3. Dosifica de manera básica el ritmo de carrera y aplica procedimientos básicos para dosificar y controlar el esfuerzo.	 Vida Activa & Saludable  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 7
1.3 incorporar en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	1.3.1. Conoce y valora pautas de alimentación saludable, sueño y descanso y nivel de actividad física personal. 1.3.2. Aplica normas básicas de higiene postural en la actividad física y en la vida cotidiana. 1.3.3. desarrolla y muestra cierto nivel de fuerza y control postural en un repertorio básico de ejercicios de CORE. 1.3.4. Conoce y corrige sus errores respecto a la respiración, control del tronco, rodilla, tensión abdominal y disociación lumbopélvica en la actividad física.	 Vida Activa & Saludable  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8
1.4 Adoptar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. (STEM5, CPSAA2)	1.4.1. Valora, es consciente y adopta una actitud crítica sobre la importancia de la actividad física en su vida diaria y aplica las normas de higiene durante y al final de la actividad física.	 Vida Activa & Saludable  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8 Aplica durante todo el curso
1.5 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a	1.5.1. Conoce medidas higiénicas de seguridad y de prevención de lesiones y las aplica de manera específica en cada tarea planteada, siguiendo las instrucciones dadas.	 Vida Activa & Saludable  Organización y gestión de la actividad física

reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)		UT1 UT 3 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	1.6.1. Conoce y aplica el protocolo básico de actuación ante un accidente propio o de los compañeros. Soporte vital básico (SVB). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.	 UT1 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.7 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)	1.7.1. valora y colabora con la generación de un clima saludable y de convivencia en el grupo que elimine cualquier tipo de discriminación y estereotipo durante la práctica de actividad física. 1.7.2. Asume y colabora en el mantenimiento de las normas de seguridad planteadas en todas las situaciones de E-A.	 UT 3 UT4 UT6 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.8 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	1.8.1. Conoce opciones de uso de dispositivos digitales en la actividad física y no utiliza ni trae dispositivos digitales a clase salvo que se le solicite.	   Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	1.9.1. Utiliza con cierto criterio las Tecnologías de la Información y la Comunicación cuando se le solicita, en tareas o producciones relacionadas con diferentes situaciones de aprendizaje.	UT4 UT6 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 2

*Adaptar, con **PROGRESIVA AUTONOMÍA EN SU EJECUCIÓN, LAS CAPACIDADES FÍSICAS, PERCEPTIVO MOTRICES Y COORDINATIVAS, ASÍ COMO LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES**, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
2.1 Desarrollar de manera autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3) 247	2.1.1 Asume y desarrolla la capacidad para generar reglas pactadas que permitan la participación también de aquellos menos capaces, buscando la práctica y/o un juego más interesante y divertido para todos tanto en el deporte (baloncesto, voleibol y rugby tag).	    UT 2 UT 3 UT 9
2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades, las de sus compañeros y adversarios, y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	2.2.1 Aplica principios tácticos y asume roles defensivos y ofensivos en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol), reflexionando sobre ello.	 UT 2 UT 9

PRIMERO DE BACHILLERATO	PRIMERO DE BACHILLERATO	PRIMERO DE BACHILLERATO
2.4 Participar en situaciones motrices de diferentes características, mostrando una progresiva autoestima y valorando todas sus actuaciones durante la ejecución de las tareas motrices. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)	2.4.1. Participa, a lo largo de cada proceso de E-A y especialmente en la práctica de actividad física, con actitud de esfuerzo y superación y mantiene una actitud de implicación, concentración y compromiso en actividades físicas.	      UT 3 UT 6 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 3

Compartir espacios de **PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA** con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando **EL RESPETO ENTRE PARTICIPANTES Y A LAS REGLAS** sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de **AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL** que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al **ENTENDIMIENTO SOCIAL Y AL COMPROMISO ÉTICO** en los diferentes espacios en los que se participa.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
3.1 Practicar y colaborar en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	3.1.1. Muestra actitudes de deportividad, competitividad positiva y asunción de diferentes roles en las actividades físicas y situaciones de E-A propuestas: en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol).	    UT 2 UT 9
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con progresiva autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	3.2.1. Cooperar y colabora con progresiva autonomía en las producciones motrices y proyectos planteados con la finalidad de alcanzar el logro individual y colectivo: técnica de carrera, lanzamiento y recepción del disco volador, habilidades gimnásticas y acrobáticas, baile de pareja y danza colectiva, lenguaje no verbal en la comunicación y relaciones sociales, así como en deportes colectivos de invasión (baloncesto y rugby tag) y cancha dividida (voleibol). 3.2.2. Asume con progresiva autonomía la responsabilidad personal, el rol asignado y la gestión del tiempo de práctica en la práctica de diferentes producciones y proyectos motores.	      UT5 UT4 UT6 UT7 UT9 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	3.3.1. Muestra progresiva autonomía en las habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad mostrando una actitud crítica ante la discriminación, actitudes violentas y de falta de respeto en las actividades físicas y situaciones de E-A planteadas a lo largo del curso.	 UT6 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 4

*Practicar, analizar y valorar distintas **MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ** aprovechando las **POSIBILIDADES Y RECURSOS EXPRESIVOS** que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del **DEPORTE COMO FENÓMENO SOCIAL**, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura, la tradicional castellana y leonesa o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución y distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.1.1. Realiza una secuencia fluida de habilidades acrobáticas, incluyendo estructuras de Acrosport. 4.1.2. Conoce y practica la técnica de un baile tradicional de pareja y de una danza colectiva.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 6
4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)	4.2.1. participa en las actividades físicas planteadas mostrando actitudes que eviten estereotipos relacionados con la capacidad y los comportamientos sexistas.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 8 UT 7 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4.3.1. Planifica, desarrolla y evalúa un montaje coreográfico de grupo de carácter expresivo con base musical, introduciendo elementos de acrogimnasia, aplicando en el mismo los conocimientos adquiridos sobre expresión corporal. participando de forma activa y desinhibida. 4.3.4. Crea y representa elementos propios de un baile tradicional de pareja y de una danza colectiva, manejando y aplicando los criterios dados.	 Manifestaciones de la cultura motriz UT 4 UT 6

Competencia específica 5

*Adoptar un **ESTILO DE VIDA SOSTENIBLE Y ECO SOCIALMENTE RESPONSABLE** aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del **MEDIO NATURAL Y URBANO**.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
------------------------	----------------------	--

5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.1.1. Participa activamente y completa actividades de orientación tanto en entornos naturales y urbanos cercanos como otros menos conocidos, mostrando actitudes proactivas con la actividad, sus compañeros y el entorno. 5.1.2. Participa en actividades extraescolares planteadas para el curso (salida por Valladolid, senderismo en CyL y Jornadas Blancas).	 Interacción eficiente y sostenible UT 2
5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.2.1. Maneja los tipos de mapa y sus características y demuestra capacidad para hacer un uso adecuado de estos. 5.2.2. Conoce técnicas elementales de prevención y seguridad en actividades en la naturaleza y conoce y aplica la normativa de las carreras de orientación planteadas, contribuyendo a la correcta organización de la actividad, asumiendo su responsabilidad.	 Interacción eficiente y sostenible UT 2

PRIMERO DE BACHILLERATO

Competencia específica 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.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud , aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (CCL2, CCL3, STEM1, STEM2, STEM4, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	1.1.1. Analiza, valora y conoce el nivel de sus capacidades físicas básicas, desequilibrios corporales de fuerza y movilidad, así como intereses y necesidades 1.1.2. Conoce y aplica diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas, así como su relación básica con la salud. 1.1.3. Planifica, elabora, ejecuta y evalúa con autonomía un programa personal de condición física individualizado 1.1.4. Muestra actitudes de superación y exigencia para para mejorar, así como de respeto por su propia realidad e identidad corporal	 Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 2 UT 4 UT 8
1.2 Incorporar de forma autónoma, y según las preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo , aplicando diferentes mecanismos de control de la intensidad. (STEM1, STEM2, STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2)	1.2.1 Conoce y realiza de manera autónoma un repertorio básico e individual de fuerza y movilidad como activación previa al ejercicio. 1.2.2. Dosifica y controla el esfuerzo y la intensidad en tareas motrices y especialmente en aquellas de fuerza y resistencia cardiorrespiratoria.	 Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 8
1.3 Introducir en las rutinas diarias pautas de una alimentación saludable, una correcta educación postural y actividades de relajación , teniendo en	1.3.1. Conoce, valora y aplica pautas de alimentación saludable, sueño y descanso y nivel de actividad física personal en función del análisis individual realizado.	

cuenta las características y necesidades personales. (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5)	1.3.2. Conoce, valora y aplica pautas de higiene postural en la actividad física y en la vida cotidiana en función del análisis individual realizado. 1.3.3. desarrolla y muestra cierto nivel de fuerza y control postural en un repertorio básico de ejercicios de CORE. 1.3.4. detecta, comprende y trata de corregir sus problemas de movilidad, fuerza, y control postural en la actividad física. 1.3.4. Aplica técnicas de relajación y respiración en la vida cotidiana y en la actividad física.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 2 UT 8
1.4 Desarrollar y afianzar hábitos saludables en la vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices . (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA5)	1.4.1. Valora, es consciente y adopta una actitud crítica sobre la importancia de los hábitos saludables en su vida diaria. 1.4.2. Aplica las normas de higiene durante y al final de la actividad física.	  Organización y gestión de la actividad física UT 8 Aplica durante todo el curso
1.5 Favorecer el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices , reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales . (STEM5, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3)	1.5.1. Conoce, aplica y valora el nivel de sus Capacidades físicas y habilidades en pruebas de valoración muy extendidas, conociendo su aplicación en estudios posteriores o en futuros desempeños profesionales.	  Organización y gestión de la actividad física UT 1 UT 2 UT 4 UT 8 UT 9
1.6 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 en cualquier contexto, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA1.2)	1.6.1. conoce y aplica de manera responsable y autónoma medidas higiénicas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física. 1.6.2. Asume, comprende y colabora en el mantenimiento de las normas de seguridad planteadas en todas las situaciones de E-A. 1.6.3. Conoce y aplica el protocolo de actuación ante un accidente propio o de los compañeros.	 UT 10 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.7 Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud , aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información escrita, visual o auditiva recibida. (CCL2, CCL3, STEM2, CD1, CPSAA1.2)	1.7.1. muestra una actitud crítica y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud. 1.7.2. Aplica con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información escrita, visual o auditiva recibida.	 Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices UT 10 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.8 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física , respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (STEM2, STEM4, CD3, CD4, CPSAA1.2)	1.8.1. Conoce y aplica de manera autónoma opciones de uso de dispositivos digitales en la gestión de la actividad física. 1.8.2. No utiliza ni trae dispositivos digitales a clase salvo que se le solicite.	   Organización y gestión de la actividad física UT 10 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la mejora de su proceso de aprendizaje , aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes. (CCL2, CCL3, STEM2, STEM4, CD1, CD2)	1.9.1. Utiliza con criterio las Tecnologías de la Información y la Comunicación cuando se le solicita, en tareas, producciones o proyectos motrices relacionadas con diferentes situaciones de aprendizaje.	 UT 1 UT 4 UT 5 Aplica a todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 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.

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	2.1.1. Muestra autonomía en el desarrollo, gestión y evaluación de los proyectos motores, así como en la solución de los problemas y dificultades que puedan surgir.	 UT 6 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
2.2 Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, 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. (STEM1, STEM2, CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3)	2.2.1 Aplica principios tácticos y asume roles defensivos y ofensivos con fluidez, precisión y control en deportes colectivos de invasión (balonmano), de adversario y cancha dividida (Badminton) y en los deportes y habilidades seleccionados. 2.2.2. Reflexiona y obtiene conclusiones sobre los resultados de sus propias acciones tácticas y de las de los compañeros en deportes colectivos de invasión balonmano), de adversario y cancha dividida (Badminton) y en los deportes y habilidades seleccionados. 2.2.3. Muestra capacidad para participar de manera ajustada en el juego colectivo o de adversario.	 UT 7
2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (STEM1, STEM2, CPSAA4, CE2, CE3)	2.3.1. identifica y muestra conocimiento de su nivel de movilidad, fuerza, resistencia cardiovascular, velocidad, agilidad, coordinación, equilibrio, destreza y habilidad técnica y táctica en diferentes actividades motrices. 2.3.2. Comprende los factores cuantitativos y cualitativos que influyen en la resolución satisfactoria de situaciones motrices y acepta los errores y limitaciones propios y ajenos, tratando de buscar soluciones ajustadas en función del análisis realizado.	 UT 3 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal durante el proceso de ejecución de esas actividades, valorando tanto los aciertos como los errores como	2.4.1. Participa, a lo largo de cada proceso de E-A y especialmente en la práctica de actividad física, con actitud de esfuerzo y superación personal. 2.4.2. Mantiene una actitud de implicación, concentración y compromiso en actividades físicas. 2.4.3. Acepta y valora la detección de errores propios o ajenos en la acción motriz	

parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1.2, CE2, CE3)	como oportunidad para la mejora individual y colectiva.	UT1 UT 3 UT4 UT6 UT 8 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
---	---	--

Competencia específica 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.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
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 y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	3.1.1. Valora el potencial de las actividades motrices que organiza y en las que participa desde el punto de vista de la salud y el disfrute, la interacción social e incluso la salida profesional. 3.1.2. Muestra actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
3.2 Cooperar y colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices , solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (CCL1, CP3, STEM3, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA3.2, CPSAA5, CC2)	3.2.1. Cooperar y colaborar de manera proactiva en las producciones motrices y proyectos planteados con la finalidad de alcanzar el éxito individual y colectivo.	 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso
3.3 Establecer mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales , de diálogo en la resolución de conflictos (incluso en otras lenguas) y respeto ante la diversidad , ya sea de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos , las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas. (CCL1, CCL5, CP3, STEM3, CPSAA2, CPSAA3.1, CPSAA5, CC2, CC3)	3.3.1. Muestra autonomía y realiza un uso efectivo de las habilidades sociales en la resolución de conflictos en las actividades físicas y situaciones de E-A planteadas a lo largo del curso. 3.3.2. muestra respeto ante la diversidad y se posiciona de manera activa y reflexiva mostrando una actitud crítica ante la discriminación, las actitudes violentas y de falta de respeto.	 Aplica a todos los bloques de saberes y todas las situaciones de aprendizaje planteadas durante el curso

Competencia específica 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.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, incluidas las pertenecientes a la cultura castellana y leonesa , analizando sus orígenes y evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. (STEM5, CD2, CC1, CCEC1)	4.1.1. Conoce y practica propuestas motrices novedosas sobre condición física, habilidades y destrezas motrices y expresión corporal, y valora la pertinencia de estas y otras opciones en relación a una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	 UT 5
4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas , con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición, para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. (CD2, CPSAA1.2, CCEC3.2, CCEC4.1)	4.3.1. Planifica, desarrolla y evalúa un montaje coreográfico de Acrosport de carácter expresivo con base musical, aplicando en el mismo los conocimientos adquiridos sobre expresión corporal, participando de forma activa y desinhibida. 4.3.2. Crea y representa sendos montajes coreográficos de Animal Flow y Danza Contact. 4.3.3. Aplica y valora en producciones coreográficas propias y ajenas criterios sobre el trabajo coreográfico y la puesta en escena.	 UT 5

Competencia específica 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.*

Criterio de evaluación	Indicadores de logro	Bloque de saberes y Unidad temporal de Aprendizaje
5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos , interactuando con el entorno de manera sostenible , minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	5.1.1. Participa activamente y completa actividades de carrera, orientación, así como escalada en rocódromo, mostrando actitudes proactivas con la actividad, sus compañeros y el entorno. 5.1.2. Participa en actividades extraescolares planteadas para el curso (salida por Valladolid, senderismo en CyL y escalada en rocódromo).	 Interacción eficiente y sostenible UT 12
5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano , asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. (STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1)	5.2.1. participa activamente en la organización de las actividades físicas en el medio natural y urbano planteadas durante el curso escolar. 5.2.2. Conoce y aplica técnicas elementales de prevención y seguridad en actividades en la naturaleza y específicamente de escalada.	 Interacción eficiente y sostenible UT 12