

D) Criterios de evaluación e indicadores de logro, junto a los contenidos con los que se asocian.

Teniendo en cuenta el Anexo III del DECRETO 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León, y las orientaciones para el tratamiento de los criterios de evaluación y los contenidos de la propuesta curricular de la ESO, se han vinculado dichos aspectos junto a los contenidos transversales.

Debe tenerse en cuenta que en la elaboración de los indicadores de logro el docente podrá incorporar otros aspectos a evaluar (contenidos propios, contenidos transversales u otros aprendizajes competenciales), más allá del principal referente que será el criterio de evaluación

CURSO: 1ºESO

Criterios de evaluación	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro
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)	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física:</p> <p>Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.</p> <p>Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. <u>(Mecanismos subjetivos de control de la intensidad)</u></p> <p>Educación postural:</p> <p>Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. <u>(ejercicios para los principales grupos musculares)</u></p> <p>Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico <u>(ejercicios dinámicos de coordinación y técnica de carrera)</u>. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. <u>(estiramientos de los principales grupos musculares)</u></p> <p>- Salud social:</p>	<p>El fomento del espíritu crítico y científico.</p> <p>La educación para la salud.</p>	<p>1.1.1. Participa en las actividades y ejercicios físicos diarias encomendados con la intensidad y el volumen adecuados a sus características</p> <p>1.1.2. Selecciona actividades y ejercicios físicos adecuados a sus capacidades y preferencias practicándolos con regularidad</p>

	<p>efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. (<u>la fuerza del grupo</u>)</p> <p>Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>- Salud mental:</p> <p>aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.</p> <p>La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p>		
<p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal 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)</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. (<u>Mecanismos subjetivos de control de la intensidad</u>)</p> <p>Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico (<u>ejercicios dinámicos de coordinación y técnica de carrera</u>).</p> <p>Aparatos y sistemas del cuerpo humano (<u>locomotor, cardiovascular y respiratorio</u>)</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas (<u>ejercicios de coordinación dinámica general</u>).</p> <p>- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas (<u>principalmente resistencia, fuerza y flexibilidad</u>).</p> <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. (<u>desarrollo de la capacidad de resistencia</u>).</p>	<p>La educación para la salud.</p>	<p>1.2.1. Reconoce la variación de la frecuencia respiratoria y frecuencia cardiaca como mecanismo de control de la intensidad adaptando la ejecución de los ejercicios a sus características individuales.</p> <p>1.2.2. Lleva a cabo ejercicios de activación y de mejora de sus capacidades de manera autónoma sin la continua vigilancia del profesorado.</p>
<p>1.3 Empezar a reconocer en sus rutinas diarias errores de aplicación de una alimentación saludable, una</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física:</p>	<p>El fomento del espíritu crítico y científico.</p> <p>La educación para la salud.</p>	<p>1.3.1 Identifica movimientos y posiciones perjudiciales para su desarrollo corporal y fortalecimiento</p>

<p>educación postural adecuada, y actividades de respiración, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)</p>	<p>Alimentación saludable. (reparto equilibrado de los grupos de alimentos). Educación postural: técnicas básicas de descarga postural (<u>Ejercicios de relajación</u>, técnicas respiratorias (<u>diafragmática</u>) y su aplicación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento (<u>ejercicios para los principales grupos musculares</u>). - Salud mental: Trastornos alimenticios. (anorexia y bulimia). Aplicación de hábitos saludables de alimentación. B. Organización y gestión de la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices diarias: ergonomía.</p>		<p>de la musculatura del core con corrección y seguridad</p> <p>1.3.2. Identifica hábitos personales de alimentación poco saludables incluidos en su dieta teniendo en cuenta sus características individuales.</p> <p>1.3.3. Corrige su técnica respiratoria a partir de la comparación con la técnica adecuada</p>
<p>1.4 Empezar a incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</p>	<p>La educación para la salud.</p>	<p>1.4.1. Aplica las normas básicas de higiene personal cambiándose diariamente la camiseta utilizada en los ejercicios y actividades físicas.</p>
<p>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)</p>	<p>A. Vida activa y saludable. - Salud física: Educación postural: técnicas básicas de descarga postural (<u>Ejercicios de relajación</u>) y su aplicación B. Organización y gestión de la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices diarias: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles</p>	<p>La educación para la salud.</p>	<p>1.5.1. Aplica medidas preventivas de accidentes vistiendo ropa y calzado deportivo adecuado</p> <p>1.5.2. Practica actividades y ejercicios físicos sin portar objetos peligros para la integridad física del alumnado</p> <p>1.5.3. Practica actividades y ejercicios físicos utilizando correctamente el material y las instalaciones</p> <p>1.5.4. Practica actividades y ejercicios de baja intensidad al finalizar la lección relajando la</p>

	consecuencias graves en los mismos. (normas de educación vial, casco).		musculatura y la actividad intelectual
1.6 Conocer los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	B. Organización y gestión de la actividad física. - Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB) (reanimación cardiopulmonar y posición lateral de seguridad). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.	La comprensión lectora La educación para la salud.	1.6.1. <i>Demuestra el conocimiento del protocolo pas, medidas de primeros auxilios y del soporte vital básico en situaciones simuladas con seguridad y corrección</i>
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)	A. Vida activa y saludable. - Salud social: Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. - Salud mental: Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>). - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.	La educación emocional y en valores. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza. La educación para la salud. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	1.7.1. Reflexiona en grupo sobre los estereotipos corporales, de género y de competencia motriz, de los comportamientos sociales, hábitos y prácticas perjudiciales para la salud o la convivencia reconociendo situaciones frecuentes en el entorno. 1.7.2. Muestra conductas prosociales y actitudes que favorecen la convivencia y la salud frente a los prejuicios y los estereotipos con frecuencia diaria
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)	B. Organización y gestión de la actividad física. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. (<i>cronómetros, aplicaciones móviles, cámaras, vídeos, etc.</i>)	La comunicación audiovisual. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.	1.8.1. Maneja recursos digitales (cronómetros, aplicaciones móviles, cámaras, vídeos, etc.) Con corrección y seguridad
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, analizando, seleccionando y comunicando información relevante y elaborando	B. Organización y gestión de la actividad física. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. (<u>aplicaciones office 365</u>).	La comprensión lectora La comunicación audiovisual Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.	1.9.1. Realiza las tareas digitales encomendadas, cuestionarios, trabajos de investigación, consultas, etc. Usando las aplicaciones requeridas, principalmente las

documentos propios. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)			corporativas de office 365 (teams, etc.)
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)	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. (<u>desarrollo de la capacidad de resistencia</u>). <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. (<u>desarrollo de las capacidades condicionales</u>) <p>Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. (<u>normas, turnos</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. 	<p>El emprendimiento social y empresarial.</p> <p>La creatividad.</p> <p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>2.1.1. Lleva a cabo las actividades físicas individuales planteadas para desarrollar las capacidades físicas respetando los parámetros indicados de manera individualizada</p> <p>2.1.2. Modifica las actividades físicas colectivas planteadas buscando la participación equilibrada de sus compañeros</p> <p>2.1.3. Cumplimenta cuestionarios de autoevaluación y coevaluación de las actividades desarrolladas respetando las instrucciones dadas</p>
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	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. (utilización del espacio, pases, lanzamientos, recepciones). <p>Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. (con posesión o sin posesión del móvil)</p>	<p>La creatividad.</p> <p>El fomento del espíritu crítico y científico.</p>	<p>2.2.1. Decide sus movimientos en situación de ataque en situaciones de juego con corrección y rapidez.</p> <p>2.2.2. Decide sus movimientos en situación de defensa en situaciones de juego con corrección y rapidez.</p> <p>2.2.3. Explica los motivos de sus decisiones en el juego de forma justificada y razonada</p>

<p>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)</p>	<p>Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil. (asignación de funciones). D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. (<u>normas de desarrollo de las actividades y ejercicios</u>) Tchoukball, Recolector, deportes tradicionales, atletismo, orientación.</p>		<p>2.2.4. Identifica las características principales y normas de los contenidos trabajados con corrección</p>
<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica. (<u>técnica de carrera y ejercicios físicos</u>) (pases, recepciones, desplazamientos). (técnica en bicicleta) (técnica de orientación)</p>	<p>El fomento del espíritu crítico y científico.</p>	<p>2.3.1. Efectúa las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica requerida en las diferentes situaciones motrices trabajadas durante el curso con corrección y soltura</p>
<p>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)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Gestión emocional: Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</p>	<p>La educación emocional y en valores</p>	<p>2.4.1. Practica las actividades y ejercicios físicos diarios encomendados con perseverancia ante los errores cometidos</p>
<p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al</p>	<p>A. Vida activa y saludable. - Salud mental: La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p>	<p>La expresión oral El fomento del espíritu crítico y científico. La educación emocional y en valores.</p>	<p>3.1.1. Participa en las actividades y ejercicios físicos diarios con respeto a las normas y las características del grupo</p>

<p>asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>). - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. (<u>normas de desarrollo de las actividades y ejercicios</u>) <p>Funciones de arbitraje deportivo.</p>	<p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.1.2. Corrige errores en las decisiones de los árbitros que le beneficien de manera autónoma</p>
<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. (<u>normas, turnos</u>) D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>). F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz. 	<p>La expresión oral. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.2.1. Prepara la ejecución de ejercicios, actividades y construcción de materiales siguiendo las indicaciones dadas para su correcto desarrollo</p> <p>3.2.2 <i>Cumple</i> las funciones y responsabilidades encomendadas con corrección y autonomía</p>
<p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas,</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud mental: 	<p>La expresión oral La expresión escrita La educación emocional y en valores.</p>	<p>3.3.1. Práctica las actividades y ejercicios planteados con cualquier alumnado del grupo</p>

<p>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)</p>	<p>La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>). - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado. E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. (los gestos, la palabra 	<p>La igualdad de género.</p> <p>Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.</p> <p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.3.2. Resuelve los conflictos surgidos en las actividades realizadas utilizando el diálogo.</p> <p>3.3.3. Expresa sus opiniones críticas frente a estereotipos y situaciones discriminatorias con corrección y claridad</p>
<p>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)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>). - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado. E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. <p>Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</p>	<p>La igualdad de género.</p> <p>Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.</p> <p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>4.1.1. Colaborar en la formación de grupos diversos, la participación y el desarrollo de habilidades motrices específicas de las actividades expresivas encomendadas con autonomía y corrección</p>
<p>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</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud social: Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. - Salud mental: 	<p>La educación emocional y en valores.</p> <p>La igualdad de género.</p> <p>Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.</p> <p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>4.2.1 Practica las actividades y ejercicios físicos de carácter deportivo, expresivo y cultural encomendadas sin prejuicios ni estereotipos</p>

<p>manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas. 		
<p>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)</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. (los gestos, la palabra - Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. 	<p>La expresión oral La expresión escrita La creatividad. La formación estética. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>4.3.1. Aporta ideas, soluciones, reflexiones, gestos y movimientos en la creación de composiciones expresivas y culturales con iniciativa</p> <p>4.3.2. Representa coreografías sencillas siguiendo el ritmo de la música</p>
<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. (<u>normas de desarrollo de las actividades y ejercicios</u>) <p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado. (a pie y en bicicleta). - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. 	<p>El emprendimiento social y empresarial. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>5.1.1. Colabora en la organización de las actividades favoreciendo la conservación del material empleado</p> <p>5.1.2. Utiliza el entorno de realización de las actividades encomendadas con limpieza y sin deteriorarlo</p>

	- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.		
5.2 Iniciar la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	B. Organización y gestión de la actividad física. Medidas de seguridad C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica (técnica en bicicleta y de orientación) - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable y autónoma. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).	La educación para la salud. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	5.2.1. Realiza acciones y habilidades motrices durante los recorridos en bicicleta con seguridad y corrección
			5.2.2. Resuelve los recorridos de orientación deportiva planteados con corrección

CURSO: 2ºESO

Criterios de evaluación	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro
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)	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física: Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. (<u>Mecanismos objetivos de control de la intensidad</u>) Educación postural: Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento. (<u>ejercicios para los principales grupos musculares</u>) Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico (<u>ejercicios dinámicos de coordinación y técnica de carrera</u>). Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. (<u>estiramientos de los principales grupos musculares</u>)</p> <p>- Salud social: Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. (<u>la fuerza del grupo</u>) Desarrollo de actitudes preventivas.</p> <p>- Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p>	<p>El fomento del espíritu crítico y científico. La educación para la salud.</p>	<p>1.1.1. Participa en las actividades y ejercicios físicos diarias encomendados con la intensidad y el volumen adecuados a sus características</p> <p>1.1.2. Selecciona actividades y ejercicios físicos adecuados a sus capacidades y preferencias practicándolos con regularidad</p>
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	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. (<u>Mecanismos objetivos de control de la intensidad</u>)</p>	<p>La educación para la salud.</p>	<p>1.2.1. Utiliza la variación de la frecuencia respiratoria y frecuencia cardíaca como mecanismo de control de la intensidad adaptando la ejecución de los ejercicios a sus características individuales.</p>

<p>mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)</p>	<p>Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico (<u>ejercicios dinámicos de coordinación y técnica de carrera</u>).</p> <p>Aparatos y sistemas del cuerpo humano (<u>locomotor, cardiovascular y respiratorio</u>)</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas (<u>ejercicios de coordinación dinámica general</u>). - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas (<u>principalmente resistencia, fuerza y flexibilidad</u>). <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. (<u>desarrollo de la capacidad de fuerza</u>). 		<p>1.2.2. Selecciona ejercicios de activación y de mejora de sus capacidades de manera autónoma sin la continua vigilancia del profesorado.</p>
<p>1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: Alimentación saludable. (reparto equilibrado de los grupos de alimentos). Educación postural: técnicas básicas de descarga postural (<u>Ejercicios de relajación</u>, técnicas respiratorias (<u>diafragmática</u>) y su aplicación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento (<u>ejercicios para los principales grupos musculares</u>). - Salud mental: Trastornos alimenticios. (anorexia y bulimia). Aplicación de hábitos saludables de alimentación. <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes en las prácticas motrices diarias: ergonomía. 	<p>El fomento del espíritu crítico y científico. La educación para la salud.</p>	<p>1.3.1 Corrige movimientos y posiciones perjudiciales para su desarrollo corporal con corrección y seguridad</p> <p>1.3.2 Corrige hábitos personales de alimentación poco saludables incluidos en su dieta teniendo en cuenta sus características individuales.</p> <p>1.3.3. Utiliza técnicas respiratorias y de relajación adecuadas y con corrección.</p>

<p>1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. - La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</p>	<p>La educación para la salud.</p>	<p>1.4.1. Aplica las normas básicas de higiene personal cambiándose diariamente la camiseta utilizada en los ejercicios y actividades físicas.</p>
<p>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)</p>	<p>A. Vida activa y saludable. - Salud física: Educación postural: técnicas básicas de descarga postural (<u>Ejercicios de relajación</u>) y su aplicación B. Organización y gestión de la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices diarias: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos. (normas de educación vial, casco).</p>	<p>La educación para la salud.</p>	<p>1.5.1. Aplica medidas preventivas de accidentes vistiendo ropa y calzado deportivo adecuado 1.5.2. Practica actividades y ejercicios físicos sin portar objetos peligros para la integridad física del alumnado 1.5.3. Practica actividades y ejercicios físicos utilizando correctamente el material y las instalaciones 1.5.4. Practica actividades y ejercicios de baja intensidad al finalizar la lección relajando la musculatura y la actividad intelectual</p>
<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. - Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB) (reanimación cardiopulmonar y posición lateral de seguridad). Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.</p>	<p>La comprensión lectora La educación para la salud.</p>	<p>1.6.1. <i>Demuestra el conocimiento del protocolo pas, medidas de primeros auxilios y del soporte vital básico en situaciones simuladas con seguridad y corrección</i></p>
<p>1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el</p>	<p>A. Vida activa y saludable. - Salud social: Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. - Salud mental: Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación.</p>	<p>La educación emocional y en valores. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza. La educación para la salud. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>1.7.1. Reflexiona en grupo sobre los estereotipos corporales, de género y de competencia motriz, de los comportamientos sociales, hábitos y prácticas perjudiciales para la salud o la convivencia reconociendo situaciones frecuentes en el entorno.</p>

<p>individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>). - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado. 		<p>1.7.2. Muestra conductas prosociales y actitudes que favorecen la convivencia y la salud frente a los prejuicios y los estereotipos con frecuencia diaria</p>
<p>1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. (<i>cronómetros, aplicaciones móviles, cámaras, videos, etc.</i>) 	<p>La comunicación audiovisual. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.</p>	<p>1.8.1. <i>Maneja recursos digitales (cronómetros, aplicaciones móviles, cámaras, videos, etc.) Con corrección y seguridad</i></p>
<p>1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. (<u>aplicaciones office 365</u>). 	<p>La comprensión lectora La comunicación audiovisual Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.</p>	<p>1.9.1. Realiza las tareas digitales encomendadas, cuestionarios, trabajos de investigación, consultas, etc. Usando las aplicaciones requeridas, principalmente las corporativas de office 365 (teams, etc.)</p>
<p>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</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. (<u>desarrollo de la capacidad de fuerza</u>). <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros 	<p>El emprendimiento social y empresarial. La creatividad. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>2.1.1. <i>Lleva a cabo las actividades físicas individuales planteadas para desarrollar las capacidades físicas respetando los parámetros indicados de manera individualizada</i></p> <p>2.1.2. <i>Modifica las actividades físicas colectivas planteadas buscando la participación equilibrada de sus compañeros</i></p>

<p>como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)</p>	<p>espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. (<u>desarrollo de las capacidades condicionales</u>) Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. (<u>normas, turnos</u>) - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Gestión emocional: Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.</p>		<p>2.1.3. <i>Cumplimenta cuestionarios de autoevaluación y coevaluación de las actividades desarrolladas respetando las instrucciones dadas</i></p>
<p>2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Toma de decisiones: Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. (utilización del espacio, pases, lanzamientos, recepciones, golpes). Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. (con posesión o sin posesión del móvil) Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil. (asignación de funciones). D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. (<u>normas de desarrollo de las actividades y ejercicios</u>)</p>	<p>La creatividad. El fomento del espíritu crítico y científico.</p>	<p>2.2.1. Decide sus movimientos en situación de ataque en situaciones de juego con corrección y rapidez. 2.2.2. Decide sus movimientos en situación de defensa en situaciones de juego con corrección y rapidez. 2.2.3. Explica los motivos de sus decisiones en el juego de forma justificada y razonada 2.2.4. Identifica las características principales y normas de los contenidos trabajados con corrección</p>

	Beisbol, Esgrima, pickelball, Botebol, Datchball, deportes tradicionales, atletismo, orientación.		
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica. (<u>técnica de carrera y ejercicios físicos</u>) (pases, recepciones, desplazamientos). (técnica en bicicleta) (técnica de orientación)	El fomento del espíritu crítico y científico.	2.3.1. Efectúa las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica requerida en las diferentes situaciones motrices trabajadas durante el curso con corrección y soltura
			2.3.2. Reproduce los ejercicios de coordinación dinámica general que se le presentan de manera adecuada y con soltura
2.4 Participar en una gran variedad de 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. (CPSAA1, CE2, CE3)	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Gestión emocional: Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.	La educación emocional y en valores	2.4.1. Practica las actividades y ejercicios físicos diarias encomendados con perseverancia ante los errores cometidos y sus correcciones.
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	A. Vida activa y saludable. - Salud mental: La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. B. Organización y gestión de la actividad física. - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>).	La expresión oral El fomento del espíritu crítico y científico. La educación emocional y en valores. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	3.1.1. Participa en las actividades y ejercicios físicos diarias con respeto a las normas y las características del grupo, evitando la excesiva competitividad.
			3.1.2. Corrige errores en las decisiones de los árbitros que le beneficien de manera autónoma

	<p>- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. (<u>normas de desarrollo de las actividades y ejercicios</u>)</p> <p>Funciones de arbitraje deportivo.</p>		
<p>3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. (<u>normas, turnos</u>)</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>- Gestión emocional:</p> <p>Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.</p> <p>- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>).</p> <p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <p>- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.</p>	<p>La expresión oral.</p> <p>La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.</p> <p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.2.1. <i>Prepara la ejecución de ejercicios, actividades y construcción de materiales siguiendo las indicaciones dadas para su correcto desarrollo</i></p> <p>3.2.2 <i>Cumple las funciones y responsabilidades encomendadas con corrección y autonomía</i></p>
<p>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 y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud mental:</p> <p>La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. (<u>empatía</u>).</p> <p>- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones</p>	<p>La expresión oral</p> <p>La expresión escrita</p> <p>La educación emocional y en valores.</p> <p>La igualdad de género.</p> <p>Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.</p> <p>El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.3.1. <i>Práctica las actividades y ejercicios planteados con cualquier alumnado del grupo</i></p> <p>3.3.2. <i>Resuelve los conflictos surgidos en las actividades realizadas utilizando el diálogo.</i></p> <p>3.3.3. <i>Expresa sus opiniones críticas frente a estereotipos y situaciones discriminatorias con corrección y claridad</i></p>

<p>cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)</p>	<p>de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado. E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. (los gestos, la palabra</p>		
<p>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, CEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. <u>empatía</u>. - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado. E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</p>	<p>La igualdad de género. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p><i>4.1.1. Colaborar en la formación de grupos diversos, la participación y el desarrollo de habilidades motrices específicas de las actividades expresivas encomendadas con autonomía y corrección</i></p>
<p>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)</p>	<p>A. Vida activa y saludable. - Salud social: Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz. - Salud mental: Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. - Deporte y perspectiva de género: Presencia y relevancia de figuras del deporte masculinas y femeninas.</p>	<p>La educación emocional y en valores. La igualdad de género. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p><i>4.2.1 Practica las actividades y ejercicios físicos de carácter deportivo, expresivo y cultural encomendadas sin prejuicios ni estereotipos</i></p>
<p>4.3 Participar activamente en la creación y representación de</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>	<p>La expresión oral La expresión escrita</p>	<p>4.3.1. Aporta ideas, soluciones, reflexiones, gestos y movimientos</p>

<p>composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. (los gestos, la palabra - Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p>	<p>La creatividad. La formación estética. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>en la creación de composiciones expresivas y culturales con iniciativa 4.3.2. Representa coreografías sencillas y dramatizaciones siguiendo el ritmo de la música y con expresividad.</p>
<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. (<u>normas de desarrollo de las actividades y ejercicios</u>) F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado. (a pie y en bicicleta). - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.</p>	<p>El emprendimiento social y empresarial. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>5.1.1. Colabora en la organización de las actividades favoreciendo la conservación del material empleado 5.1.2. Utiliza el entorno de realización de las actividades encomendadas con limpieza y sin deteriorarlo</p>
<p>5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. Medidas de seguridad C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica (técnica en bicicleta y de orientación)</p>	<p>La educación para la salud. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>5.2.1. Realiza acciones y habilidades motrices durante los recorridos en bicicleta con seguridad y corrección 5.2.2. Resuelve los recorridos de orientación deportiva planteados con corrección</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable y autónoma. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares). 		
--	--	--	--

CURSO: 3ºESO

Criterios de evaluación	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro
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)	A. Vida activa y saludable. - Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.	La educación para la salud La formación estética	1.1.1 Selecciona las actividades y los ejercicios vinculados al concepto de salud adecuados a las características individuales.
			1.1.2. Elabora un dossier de ejercicios y actividades saludables demostrándolo a sus compañeros en clase.
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas	A. Vida activa y saludable.	La educación para la salud La formación estética	1.2.1. Demuestra autonomía realizando calentamientos específicos autónomos adaptados a las características de las actividades

<p>propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos de control de la intensidad de esos procesos. (STEM1, STEM5)</p>	<p>- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento.</p> <p>Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico.</p>		<p>1.2.2. Calcula la intensidad de las actividades a través de la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria para ajustarla a las características personales</p>
<p>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)</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física: Alimentación saludable. Balance energético y actividad física.</p> <p>- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p> <p>- Salud mental: Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.</p>	<p>La educación para la salud</p> <p>La formación estética</p>	<p>1.3.1. Establece una alimentación saludable según las recomendaciones actuales.</p> <p>1.3.2. Corrige posturas incorrectas en actividades deportivas y cotidianas.</p> <p>1.3.3. Domina las técnicas de respiración y relajación aplicándolas durante las clases.</p>
<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>- Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.</p>	<p>La educación para la salud</p>	<p>1.4.1 Aplica las normas de higiene personal cambiándose, al menos, la camiseta al finalizar la clase.</p>
<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</p>	<p>La educación para la salud</p>	<p>1.5.1. Realiza las actividades y ejercicios físicos con ropa y calzado deportivo adecuado, sin llevar objetos peligrosos para la integridad física del alumnado (collares, pulseras, pendientes largos)</p> <p>1.5.2. Utiliza el material y las instalaciones deportivas</p>

			<p>adecuadamente dentro y fuera del centro escolar.</p> <p>1.5.3. Practica los ejercicios y actividades con atención y seguridad para evitar riesgos propios y de los demás</p>
<p>1.6 Conocer los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP. Medidas colectivas de seguridad. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares. 	<p>La educación para la salud</p> <p>Expresión oral</p>	<p>1.6.1. Demuestra el conocimiento del protocolo RCP y técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares con corrección.</p>
<p>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)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). 	<p>Expresión oral</p> <p>Expresión escrita</p> <p>El fomento del espíritu crítico y científico</p> <p>La educación emocional y en valores</p> <p>La igualdad de género</p>	<p>1.7.1. Debate sobre las conductas contrarias a la convivencia en las situaciones motrices identificándolas y mostrando rechazo hacia las mismas.</p>
<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. 	<p>Expresión escrita</p> <p>Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable</p> <p>Comunicación audiovisual</p>	<p>1.8.1. Demuestra autonomía en la utilización de herramientas digitales para la gestión de la actividad física con seguridad y corrección.</p>

<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.</p>	<p>Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable Comunicación audiovisual</p>	<p>1.9.1. Realiza las actividades digitales encomendadas usando la aplicación Teams u otras.</p>
<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)</p>	<p>A. Vida activa y saludable. - Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento.</p>	<p>La educación para la salud El emprendimiento social y empresarial El respeto mutuo y la cooperación entre iguales La creatividad</p>	<p>2.1.1. Evalúa su condición física con test y pruebas estandarizadas.</p>
	<p>B. Organización y gestión de la actividad física. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto.</p>		<p>2.1.2. Planifica actividades para el desarrollo de la fuerza y la resistencia de acuerdo con sus características personales.</p>
	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.</p>		<p>2.1.3. Evalúa la resolución de problemas en situaciones motrices variadas ajustándose a los parámetros establecidos.</p>
	<p>- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p>		<p>2.1.4. Gestiona las situaciones motrices en función del contexto, la actividad y los compañeros.</p>
<p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>	<p>La educación para la salud Expresión oral</p>	<p>2.2.1. Resuelve situaciones motrices variadas con eficacia.</p>

<p>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)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles. D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo. 	<p>La educación emocional y en valores Educación para la convivencia escolar proactiva La creatividad</p>	<p>2.2.2. Aplica los principios del ataque y la defensa correctamente</p> <p>2.2.3. Demuestra respuestas motrices óptimas teniendo en cuenta mecanismos coordinativos, espaciales y temporales.</p> <p>2.2.4. Domina los aspectos reglamentarios realizando funciones de arbitraje</p>
<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente 	<p>La educación para la salud La creatividad</p>	<p>2.3.1. Realiza las diferentes situaciones motrices ajustándose al modelo técnico</p>

<p>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)</p>	<p>tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.</p> <p>Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles. 		<p>2.3.2. Domina las habilidades motrices específicas aplicándolas a situaciones reales de juego.</p> <p>2.3.3 Resuelve situaciones motrices y retos de acuerdo con los recursos disponibles.</p>
<p>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</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. Asertividad y autocuidado. 	<p>La educación emocional y en valores La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>2.4.1. Practica las situaciones motrices demostrando esfuerzo y perseverancia.</p>

<p>ejecución de esas actividades y valorando tanto los aciertos como los errores como parte necesaria del aprendizaje. (CPSAA1, CPSAA5, CE2, CE3)</p>			<p>2.4.2. Corrige errores comunes en las habilidades motrices específicas controlando la frustración</p>
<p>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)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo. 	<p>La educación emocional y en valores La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales La igualdad de género</p>	<p>3.1.1. Participa en las actividades diarias rechazando conductas contrarias a la convivencia y mostrando asertividad.</p> <p>3.1.2. Desarrolla las funciones de participante, espectador y árbitro respetando las normas y cumpliendo con el juego limpio.</p>
<p>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)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo. 	<p>La educación emocional y en valores La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.2.1. Colabora en las situaciones motrices a desarrollar con una actitud proactiva.</p>
<p>3.3 Relacionarse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. 	<p>Expresión oral La educación emocional y en valores El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.3.1. Realiza las situaciones motrices con cualquier compañero</p> <p>3.3.2. Media en contextos motrices utilizando el diálogo</p>

<p>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)</p>	<p>- Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas).</p>	<p>La igualdad de género</p>	<p>3.3.3. Rechaza conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices con claridad</p>
<p>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)</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p>	<p>Expresión oral La creatividad</p>	<p>4.1.1. Practica los juegos y deportes tradicionales profundizando en la cultura castellanoleonesa</p>
<p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Deporte y perspectiva de género: Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. A. Vida activa y saludable.</p>	<p>Expresión oral Comprensión lectora El fomento del espíritu crítico y científico La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales La formación estética</p>	<p>4.2.1. Reflexiona sobre los estereotipos en el contexto deportivo a través de artículos, noticias y debates</p>

<p>mantenimiento. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>- Salud mental: Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.</p>		
<p>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)</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</p>	<p>La educación emocional y en valores. La igualdad de género. La creatividad La formación estética</p>	<p>4.3.1. Crea una composición grupal con técnicas específicas de la expresión corporal</p> <p>4.3.2. Crea una composición grupal expresando una idea, pensamiento, sentimiento.</p>
<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (<i>crossfit</i>, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares). - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.</p>	<p>La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable La educación para la salud</p>	<p>5.1.1. Realiza actividades en la naturaleza cuidando el entorno</p> <p>5.1.2. Analiza el impacto ambiental de actividades realizadas en la naturaleza proponiendo soluciones</p>
<p>5.2 Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. - Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.</p>	<p>La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable La educación para la salud</p>	<p>5.2.1. Diseña una actividad grupal en el medio natural o urbano con seguridad</p>

normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4, CE1, CE3)	- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.		
---	--	--	--

CURSO: 4ºESO

Criterios de evaluación	Contenidos de materia	Contenidos transversales	Indicadores de logro
1.1 Planificar y autorregular la 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)	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento.</p> <p>Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.</p>	<p>La educación para la salud</p> <p>La formación estética</p>	1.1.1 Planifica ejercicios físicos encaminados al desarrollo de las capacidades físicas básicas y basados en los sistemas de entrenamiento.
			1.1.2. Demuestra la autorregulación de su actividad física siguiendo su planificación individual.
1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, específicos a la actividad realizada posteriormente 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)	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento.</p> <p>Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo y su desarrollo práctico.</p>	<p>La educación para la salud</p> <p>La formación estética</p>	1.2.1. Demuestra autonomía realizando calentamientos específicos autónomos adaptados a las características de las actividades
			1.2.2. Calcula la intensidad de las actividades a través de la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria para ajustarla a las características personales
1.3 Incorporar en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una adecuada educación postural, y actividades de relajación, respetando sus características	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>- Salud física: Alimentación saludable. Balance energético y actividad física.</p> <p>- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Prácticas</p>	<p>La educación para la salud</p> <p>La formación estética</p>	<p>1.3.1. <i>Analiza su</i> alimentación, las dietas y la publicidad alimentaria con una base científica</p> <p>1.3.2. Corrige sus posturas incorrectas y las de los compañeros en actividades deportivas y cotidianas.</p>

<p>individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)</p>	<p> peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. - Salud mental: Práctica de técnicas de respiración y relajación. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. </p>		<p>1.3.3. Domina las técnicas de respiración y relajación aplicándolas durante las clases con autonomía.</p>
<p>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)</p>	<p> B. Organización y gestión de la actividad física. - Aplicación de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. </p>	<p>La educación para la salud</p>	<p>1.4.1 Aplica las normas de higiene personal cambiándose, al menos, la camiseta al finalizar la clase.</p>
<p>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 reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)</p>	<p> B. Organización y gestión de la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás (indumentaria adecuada y ausencia de accesorios que puedan resultar peligrosos, entre otros). Medidas colectivas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar. </p>	<p>La educación para la salud</p>	<p> 1.5.1. Realiza las actividades y ejercicios físicos con ropa y calzado deportivo adecuado, sin llevar objetos peligrosos para la integridad física del alumnado (collares, pulseras, pendientes largos) 1.5.2. Utiliza el material y las instalaciones deportivas adecuadamente dentro y fuera del centro escolar. 1.5.3. Practica los ejercicios y actividades con atención y seguridad para evitar riesgos propios y de los demás </p>
<p>1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)</p>	<p> B. Organización y gestión de la actividad física. - Actuaciones críticas ante accidentes. Protocolo RCP. Medidas colectivas de seguridad. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares. </p>	<p> La educación para la salud Expresión oral </p>	<p>1.6.1. Demuestra el conocimiento del protocolo RCP, incluidos DEA y DESA y técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares con corrección.</p>

<p>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 con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad. (CCL3, STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA4)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). 	<p>Expresión oral Expresión escrita El fomento del espíritu crítico y científico La educación emocional y en valores La igualdad de género</p>	<p>1.7.1. Debate sobre las conductas contrarias a la convivencia en las situaciones motrices identificándolas y mostrando rechazo hacia las mismas.</p> <p>1.7.2. Contrasta la información recibida en los medios de comunicación utilizando criterios científicos</p>
<p>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)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. 	<p>Expresión escrita Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable Comunicación audiovisual</p>	<p>1.8.1. Demuestra autonomía en la utilización de herramientas digitales para la gestión de la actividad física con seguridad y corrección.</p>
<p>1.9 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando y seleccionando y valorando información relacionada con la actividad física, comunicando sus conclusiones en el soporte más adecuado. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje. 	<p>Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable Comunicación audiovisual</p>	<p>1.9.1. Realiza las actividades digitales encomendadas usando la aplicación Teams u otras.</p>
<p>2.1 Desarrollar de manera autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación del entrenamiento. <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>	<p>La educación para la salud El emprendimiento social y empresarial El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>2.1.1. Establece mecanismos de registro y control de la actividad antes, durante y después de la misma.</p>

<p>procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada e inclusiva, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. 	<p>La creatividad</p>	<p>2.1.2. <i>Autoevalúa su propia práctica de acuerdo al instrumento establecido</i></p> <p>2.1.3. <i>. Coevalúa la práctica de los compañeros de acuerdo al instrumento establecido</i></p>
<p>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)</p>	<ul style="list-style-type: none"> C. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: toma de decisiones previas a la realización de una actividad 	<p>La educación para la salud</p> <p>Expresión oral</p> <p>La educación emocional y en valores</p> <p>Educación para la convivencia escolar proactiva</p> <p>La creatividad</p>	<p>2.2.1. Resuelve situaciones motrices complejas con eficacia.</p> <p>2.2.2. Aplica los principios del ataque y la defensa correctamente</p> <p>2.2.3. Demuestra respuestas motrices óptimas teniendo en cuenta mecanismos coordinativos, espaciales y temporales.</p> <p>2.2.4. Domina los aspectos reglamentarios realizando funciones de arbitraje</p>

	<p>motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles. <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</p> <p>Funciones de arbitraje deportivo.</p>		
<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía y teniendo en cuenta la influencia en otros posibles participantes. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la respuesta óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición, de persecución y de interacción con un móvil. 	<p>La educación para la salud La creatividad</p>	<p>2.3.1. Realiza las diferentes situaciones motrices ajustándose al modelo técnico</p> <p>2.3.2. Domina las habilidades motrices específicas aplicándolas a situaciones reales de juego.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo con los recursos disponibles. 		2.3.3 Resuelve situaciones motrices y retos de acuerdo con los recursos disponibles.
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)	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. Asertividad y autocuidado.	La educación emocional y en valores La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	2.4.1. Practica las situaciones motrices demostrando esfuerzo y perseverancia.
			2.4.2. Gestiona de manera adecuada el fracaso en situaciones motrices durante las clases
3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física. Funciones de arbitraje deportivo.	La educación emocional y en valores La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales La igualdad de género	3.1.1. Participa en las actividades diarias rechazando conductas contrarias a la convivencia y mostrando asertividad.
			3.1.2. Desarrolla con autonomía las funciones de participante, espectador y árbitro respetando las normas y cumpliendo con el juego limpio.

<p>3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo. 	<p>La educación emocional y en valores La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales</p>	<p>3.2.1. Colabora en las situaciones motrices a desarrollar con una actitud proactiva.</p>
<p>3.3 Relacionarse y entenderse 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)</p>	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). 	<p>Expresión oral La educación emocional y en valores El respeto mutuo y la cooperación entre iguales La igualdad de género</p>	<p>3.3.1. Realiza las situaciones motrices con cualquier compañero</p> <p>3.3.2. Media en contextos motrices utilizando el diálogo</p> <p>3.3.3. Rechaza conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices con claridad</p>
<p>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</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. 	<p>Expresión oral La creatividad</p>	<p>4.1.1. Practica los juegos y deportes tradicionales profundizando en la cultura castellanoleonese</p>

<p>del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>			
<p>4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deporte y perspectiva de género: Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. A. Vida activa y saludable. - Salud mental: Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas. 	<p>Expresión oral Comprensión lectora El fomento del espíritu crítico y científico La educación para la salud El respeto mutuo y la cooperación entre iguales La formación estética</p>	<p>4.2.1. Reflexiona sobre los estereotipos en el contexto deportivo a través de artículos, noticias y debates</p>
<p>4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de 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)</p>	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. 	<p>La educación emocional y en valores. La igualdad de género. La creatividad La formación estética</p>	<p>4.3.1. Crea una composición grupal con técnicas específicas de la expresión corporal</p> <hr/> <p>4.3.2. Crea una composición grupal expresando una idea, pensamiento, sentimiento.</p>

<p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas y en la naturaleza (<i>crossfit</i>, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia, parques, senderismo, orientación deportiva o similares). - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. 	<p>La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable La educación para la salud</p>	<p>5.1.1. Realiza actividades en la naturaleza cuidando el entorno</p> <p>5.1.2. Analiza el impacto ambiental de actividades realizadas en la naturaleza proponiendo soluciones</p> <p>5.1.3 <i>Elabora un documento sobre los espacios urbanos y naturales susceptibles de realizar actividad física en Ávila, su conservación y mejora</i></p>
<p>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)</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado. - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad. - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. 	<p>La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable La educación para la salud</p>	<p>5.2.1. Organiza junto a sus compañeros una actividad física solidaria en el entorno cercano</p> <p>5.2.2. Aplica medidas individuales y colectivas de seguridad en las actividades planteadas</p>