

I.E.S. LAS VEREDILLAS

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO 2025-2026

ÍNDICE

1. MARCO LEGAL.....	Pág 3
2. PLAN DE ACTUACIÓN DEL DEPARTAMENTO.....	Pág 3
3. CONSIDERACIONES GENERALES.....	Pág 4
3.1 Características de la EF en la LOMLOE	
3.2 Elementos fundamentales del currículo en la LOMLOE	
3.3 Estructuración de los saberes básicos en la LOMLOE	
4. Educación Física en la ESO.....	Pág 8
- 1º de ESO.....	Pág 10
- 2º de ESO.....	Pág 38
- 3º de ESO.....	Pág 66
- 4º de ESO.....	Pág 95
5. Educación Física en Bachillerato.....	Pág 131
6. Atención a la diversidad.....	Pág 179
7. ANEXO.....	Pág 181
Anexo I. Marco legal.....	Pág 181
Anexo II. Actividades complementarias y extraescolares (itinerarios didácticos)....	Pág185
Anexo III. Plan INCLUYO.....	Pág 186
Anexo IV. Evaluación de la práctica docente.....	Pág 191
Anexo V. Plan de Contingencia.....	Pág 194

1. MARCO LEGAL

Se encuentra en el ANEXO I al final del presente documento.

2. PLAN DE ACTUACIÓN DEL DEPARTAMENTO

-Tipo de enseñanza que se imparte:

E.S.O y Bachillerato.

-Materias que se imparten:

- Educación Física 1º E.S.O. Bilingüe.
- Educación Física 2º E.S.O. Bilingüe
- Educación Física 3º E.S.O Bilingüe
- Educación Física 4º E.S.O. Bilingüe.
- Educación Física 1º Bachillerato
- Educación Física 1º Bachillerato (Nocturno)
- Deporte 4º E.S.O
- Atención Educativa (2h)

-Miembros del Departamento:

D. NELSON SERRANO HERNÁNDEZ (Jefe de Departamento):

- Educación Física 4º ESO (Grupos A, B, C, D, E, F)
- Educación Física 1ºBACH (Grupos A y)C
- Deporte 4ºESO

D. Ángel Ramírez Fresneda:

- Educación Física 1º ESO (Grupos A y B)
- Educación Física 3ºESO (Grupos B, C, F)
- Deporte 4ºESO
- Atención Educativa 3ºESO

D. Jorge García Toro:

- Educación Física 2º ESO (Grupos A, B, C, D)
- Educación Física 1ºBACH (Grupos B, D)
- Deporte 4º ESO

Dña María Exposito Córdoba:

- Educación Física 1º ESO (Grupos C, D, E, F)
- Educación Física 2º ESO E
- Educación Física 3ºESO D

D. Vicente:

- Educación Física 2ºESO F
- Educación Física 1º Bachillerato Nocturno
- Deporte 4ºESO
- Educación Física 1º y 2º de Diversificación

La elaboración de esta programación, (aspectos metodológicos actividades extraescolares y complementarias, etc.) **es el resultado de acuerdos comunes del Departamento y para el Departamento.**

El Departamento cumplimenta también al final de curso un cuestionario para evaluar la práctica docente.

3.CONSIDERACIONES GENERALES

La sociedad ha experimentado importantes cambios en la forma de entender la contribución de la Educación Física a la formación de los ciudadanos, demandando como una necesidad del ser humano la atención al desarrollo de las capacidades que, relacionadas con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al equilibrio personal, a las posibilidades de interrelacionarse con los demás y a la utilización creativa del tiempo de ocio.

La enseñanza de la Educación Física, debe ir orientada a crear hábitos en la realización de actividades que pueden perdurar durante toda la vida.

Es preciso recordar, que en estos años, los alumnos se encuentran en los inicios de su adolescencia, en plena crisis de identidad y en un momento decisivo en cuanto a su conocimiento desarrollo fisiológico. La educación física ha de dar respuesta en la medida que le corresponde, consiguiendo la autoaceptación del propio cuerpo con sus posibilidades y limitaciones, estimulando su desarrollo armónico mediante actividades físicas cuidadosamente elegidas que intentan por un lado el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices y por otro, el desarrollo de las relaciones humanas dentro y fuera del instituto, en su incorporación a otros grupos sociales, mundo del trabajo o de la universidad porque consideramos que la práctica deportiva es un buen método para favorecer la integración social.

Por eso, en todos los contenidos se impulsará la **“Prevención de la violencia de género, de la violencia contra las personas con discapacidad, de la violencia terrorista y de cualquier forma de violencia, racismo o xenofobia, incluido el estudio del Holocausto judío como hecho histórico”**.

Además, en concordancia con lo previsto en la **Ley 2/2016, de Marzo, de Identidad y Expresión de Género e Igualdad Social y no Discriminación** de la Comunidad de Madrid, la programación docente comprenderá la sensibilización en cuanto a las normas internacionales de derechos humanos y los principios de igualdad y no discriminación, incluidos los concernientes a la orientación sexual y la identidad de género. En el mismo sentido, y de conformidad con lo dispuesto en la Ley 3/2016, de 22 de Julio, de Protección Integral contra la LGTBifobia y la Discriminación por razón de Orientación e Identidad Sexual en la Comunidad de Madrid, los centros adoptarán las medidas necesarias para evitar y, en su caso, eliminar, contenidos educativos que impliquen discriminación o violencia física o psicológica o puedan inducir a la comisión de delitos de odio basados en la diversidad sexual y de género. La programación docente deberá contener pedagogías adecuadas para el reconocimiento y respeto de las personas LGTBI y sus derechos”.

3.1 CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA LOMLOE

Con la nueva Ley Orgánica 3/2020 y los Reales Decretos 217/2022 para la ESO y 243/2022 para Bachillerato, el fin principal de la Educación Física continúa siendo la educación motriz y la adquisición de competencias que posibiliten la adherencia del alumnado a la actividad física, así como la capacidad de organizar dicha actividad de forma autónoma. La LOMLOE además hace hincapié en el bienestar de los niños y niñas, pues la OMS considera que las escuelas y otros establecimientos educativos son instituciones privilegiadas para el bienestar de los niños y niñas. Por lo tanto, el bienestar nutricional de los niños y niñas en las escuelas debe tener una importancia capital y sentar los cimientos para el bienestar de los menores. Ello también es congruente con la recomendación formulada en 2004 en la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud, por la que se insta a los gobiernos a adoptar políticas que apoyen un régimen alimentario saludable en las escuelas. La promoción de la salud en el ámbito educativo contribuye a que los grupos de población más joven, independientemente de factores como clase social, género, o el nivel educativo alcanzado por sus padres y madres u otras figuras parentales, desarrollen una vida más saludable.

De acuerdo al Real Decreto 65/2022, la Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que en ella comenzaron a abordarse, que pasan, entre otros, por conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes ecosocialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje.

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, junto a los objetivos generales de la etapa, han concretado el marco de actuación para definir la serie de competencias específicas de esta materia. Este nuevo elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la educación física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estos retos para consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud.

La motricidad se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz.

El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que podrán convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en la sociedad actual, así como sus implicaciones en el ámbito económico, político, social y de la salud como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad.

Finalmente, se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

3.2 ELEMENTOS FUNDAMENTALES DEL CURRÍCULO EN LA LOMLOE

Para la ESO, el Decreto 65/2022 (Artículo 12) extrae del Artículo 6.1 de la LOMLOE:

A los efectos de lo dispuesto en esta Ley, se entiende por currículo el conjunto de objetivos, competencias, contenidos, métodos pedagógicos y criterios de evaluación de cada una de las enseñanzas reguladas en la presente Ley. En el caso de las enseñanzas de formación profesional se considerarán parte del currículo los resultados de aprendizaje.

Para la etapa de Bachillerato, el Decreto 64/2022 expone (Artículo 16):

1. De conformidad con lo dispuesto en el artículo 6.1 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, se entiende por currículo del Bachillerato el conjunto de objetivos, competencias, contenidos, métodos pedagógicos y criterios de evaluación de esta etapa educativa.
2. Las orientaciones metodológicas, las competencias específicas asociadas en cada caso con los descriptores fijados en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, que establece las competencias clave de los alumnos al término de la etapa, los criterios de evaluación y los contenidos para cada materia del Bachillerato se recogen en el anexo II del presente decreto.
3. Para la adquisición y desarrollo, tanto de las competencias clave como de las competencias específicas, en las programaciones didácticas de las materias se planificarán actividades que pongan en contexto los procesos de enseñanza y aprendizaje. Los preámbulos de las diferentes materias recogidas en el anexo II incorporan orientaciones para ello.

Además, en todos los reales decretos por los que se establecen las enseñanzas mínimas (Educación Infantil, Real Decreto 95/2022; Educación Primaria, Real Decreto 157/2022; Educación Secundaria Obligatoria, Real Decreto 217/2022; y Bachillerato, Real decreto 243/2022), se dedica el respectivo artículo 2 a definir los elementos curriculares:

- a) **Objetivos:** logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.
- b) **Competencias clave:** desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Las competencias clave aparecen recogidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica y son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la

Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.

c) Competencias específicas: desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia o ámbito. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, el Perfil de salida del alumnado, y por otra, los saberes básicos de las materias o ámbitos y los criterios de evaluación.

d) Criterios de evaluación: referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia o ámbito en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.

e) Saberes básicos (contenidos en la LOE y en el currículo de la Comunidad de Madrid): conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de una materia o ámbito cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.

f) Situaciones de aprendizaje: situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas.

3.3 ESTRUCTURACIÓN DE LOS SABERES BÁSICOS EN EDUCACIÓN FÍSICA (LOMLOE)

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en **seis bloques**. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.

El bloque titulado «Vida activa y saludable» aborda los tres componentes de la salud – física, mental y social– a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando los comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

El segundo bloque, «Organización y gestión de la actividad física», incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

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

El cuarto bloque, «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

El bloque «Manifestaciones de la cultura motriz» engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

Y, por último, **el bloque «Interacción eficiente y sostenible con el entorno»** incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo de distintas situaciones de aprendizaje que incorporen el movimiento como recurso, así como enfoques y proyectos interdisciplinares en la medida en que sea posible. Estas situaciones integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, el tipo y la intención de las actividades planteadas, la organización de los grupos, la consolidación de una autoestima positiva en el alumnado o la creación de una conciencia de grupo-clase. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad más justa y equitativa. Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican; pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan.

4. EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

CARACTERÍSTICAS

La etapa de Educación Secundaria Obligatoria se organiza en materias y comprende dos ciclos, el primero de tres cursos escolares y el segundo de uno. El segundo ciclo o cuarto curso de la Educación Secundaria Obligatoria tendrá un carácter fundamentalmente propedéutico.

Características de la programación de Educación Física en el primer ciclo (1.º 2.º y 3.º de ESO)

El primer ciclo de la Educación Secundaria, que agrupa al alumnado de 12, 13 y 14 años, constituye un salto cualitativo importante entre los dos bloques educativos que conforman nuestro sistema educativo: la Educación Primaria y la Educación Secundaria. Esta etapa formativa coincide con el comienzo de la adolescencia, fase especialmente crítica en el desarrollo madurativo de las personas tanto en los aspectos físicos como sociales y

psicológicos.

Además, nuestros jóvenes se enfrentan a una sociedad cuyas características plantean dificultades añadidas a las propias de esta fase de la vida: la pérdida de puntos de referencia sólidos, el abuso del tiempo dedicado a los medios informáticos y de los videojuegos, la falta de espacios naturales para el desarrollo motor, el sedentarismo, los malos hábitos alimentarios, la falta de motivación para el aprendizaje, la influencia de los medios de comunicación o la preponderancia de los aspectos materiales frente a los factores éticos y morales.

Las actividades que promueve esta programación pretenden facilitar la maduración y la integración de nuestros alumnos en una sociedad difícil para ellos, donde la necesidad de autoafirmación e independencia del mundo adulto empieza a ser una premisa presente en sus vidas. Las sesiones de clase se centran en el alumno, se prima el proceso de aprendizaje frente al resultado final, donde las actuaciones motrices no son el fin del proceso educativo, sino el instrumento o la herramienta con la que el profesor de Educación Física guía el proceso de enseñanza.

Las sesiones de clase del área de Educación Física suponen un intento de respetar el proceso de aprendizaje de cada alumno y una incitación a la participación. También suponen que el alumno se encuentre a gusto realizando las propuestas que desarrolla en nuestras clases cuando la exigencia motriz se adapta a sus posibilidades, facilitando de esta manera su integración en el grupo de clase y, a la vez, la aceptación de los diferentes niveles motrices que se dan en las edades puberales, relacionados en la mayoría de los casos más con la edad biológica de los alumnos que con su edad cronológica.

Las tareas colectivas, las propuestas globales, la búsqueda de soluciones, los aprendizajes individuales, la autoevaluación y la enseñanza recíproca constituyen situaciones habituales en nuestras clases. Las situaciones didácticas basadas en la reproducción de modelos intentan evitarse en la medida de lo posible, aunque pueden facilitar la adquisición de una competencia motriz suficiente para otros aprendizajes significativos y participativos.

Características de la programación de Educación Física en el segundo ciclo (4º de ESO)

El segundo ciclo de la Educación Secundaria se centra en el alumnado de 15 y 16 años. Esta etapa formativa coincide con la plena adolescencia, fase especialmente crítica en el desarrollo madurativo de las personas tanto en los aspectos físicos como sociales y psicológicos.

Las actividades que se desarrollan en el área de Educación Física para estas edades están planificadas teniendo en cuenta las características de estas edades: la creatividad, la originalidad y la inquietud de todo adolescente por conocer cosas nuevas.

Se pretende, por tanto, incidir positivamente en el cambio del desarrollo evolutivo del alumnado: antes de esta etapa el pensamiento era concreto; ahora, en estas edades, comienza la adquisición del pensamiento formal con el que van a poder relacionar los elementos de un problema y desarrollar así su capacidad de análisis, síntesis, comprensión de ideas abstractas, crear hipótesis y razonar a partir de ellas, y luego confrontar las soluciones con la realidad. Este cambio nos va a ser muy útil para poder utilizar, siempre que podamos, metodologías en las que el alumnado deberá solucionar los problemas que nosotros planteemos.

A través de los estilos de enseñanza-aprendizaje basados en el descubrimiento favoreceremos este proceso madurativo de los alumnos, intentando que cuando hayan acabado la ESO hayan adquirido el pensamiento formal.

Un aspecto muy importante que hay que tener en cuenta en estas edades de la adolescencia es el temor a no ser aceptados en su nueva imagen corporal. Al cambiarles

el cuerpo, algunos adolescentes suelen tener gran preocupación por su apariencia física y en muchos casos les crea inseguridades, por esto es típico en estas edades tener algún tipo de complejo con su cuerpo y sus movimientos.

Con una metodología adaptada y pensada en las características individuales de cada alumno se puede contribuir a que estos superen sus complejos e inseguridades, reafirmando su forma de moverse y su imagen corporal aumentando, en definitiva, su autoestima.

Muchas de las actividades que se desarrollan en las clases de Educación Física están enfocadas al trabajo en grupo, lo que fomenta el acercamiento entre el alumnado y teje una red social que va a facilitar la pertenencia a un grupo, que es otra de las características del alumnado de estas edades.

Lejos queda la concepción educativa basada en el “conductismo”, donde todos los alumnos tenían que hacer lo mismo y de la misma forma para llegar a un mismo resultado. No interesaba el proceso, sino el resultado. El alumno llegaba a dominar una serie de automatismos, pero carecía de unos esquemas motrices que pudieran ayudarle a resolver cualquier situación.

Hoy en día, con la concepción educativa basada en el “constructivismo”, somos conscientes de que el conocimiento debe ser construido y elaborado por los mismos alumnos. De esta manera, los profesores nos convertimos en guías del proceso de enseñanza-aprendizaje dotando a nuestros alumnos de estrategias para aprender a aprender, para que cada vez sean más autónomos. Se pretende, de esta manera, que el aprendizaje de nuestros alumnos sea significativo y que lleguen a relacionar el contenido que están aprendiendo con aquellos que ya tenían.

Otro aspecto de los contenidos de este ciclo educativo es la funcionalidad de las actividades físico deportivas propuestas, es decir, que lo que el alumnado aprenda en nuestras clases le sirva en su vida cotidiana. Muchas de las actividades que se proponen en el área de Educación Física ponen en juego los aspectos cognitivos, motrices, afectivos o sociales de los alumnos.

ELEMENTOS CURRICULARES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESO

1º ESO

OBJETIVOS GENERALES

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

COMPETENCIAS CLAVE

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 11.1 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, las competencias clave son las siguientes:

- a) **Competencia en comunicación lingüística.**

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

b) Competencia plurilingüe.

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y

social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

d) Competencia digital.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

f) Competencia ciudadana.

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

g) Competencia emprendedora.

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Cada competencia clave dispone de diferentes **DESCRIPTORES OPERATIVOS**.

La adquisición de cada competencia tiene un carácter necesariamente secuencial y progresivo. Para reforzar y explicitar la fluidez y uniformidad de ese continuum formativo a lo largo de todo el período de educación obligatoria hasta alcanzar el perfil de salida previsto, se incluyen también los descriptores operativos que concretan el progreso esperado en la adquisición de cada competencia.

Por tanto, cada competencia clave se concreta con unos descriptores operativos definen el perfil de salida en educación secundaria.

PERFIL DE SALIDA

El RD 217/2022, en su Artículo 11 expone que el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica fija las competencias clave que el alumnado debe haber adquirido y desarrollado al finalizar la enseñanza básica. Constituye el referente último del desempeño competencial, tanto en la evaluación de las distintas etapas y modalidades de la formación básica, como para la titulación de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria. Fundamenta el resto de decisiones curriculares, así como las estrategias y orientaciones metodológicas en la práctica lectiva.

Además, las enseñanzas mínimas que establece el RD 217/2022 tienen por objeto garantizar el desarrollo de las competencias clave previsto en el Perfil de salida. Los currículos establecidos por las administraciones educativas y la concreción de los mismos que los centros realicen en sus proyectos educativos tendrán, asimismo, como referente dicho Perfil de salida.

El Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica es la herramienta en la que se concretan los principios y los fines del sistema educativo español referidos a dicho periodo. El Perfil identifica y define, en conexión con los retos del siglo XXI, las competencias clave que se espera que los alumnos y alumnas hayan desarrollado al completar esta fase de su itinerario formativo.

El Perfil de salida es único y el mismo para todo el territorio nacional. Es la piedra angular de todo el currículo, la matriz que cohesiona y hacia donde convergen los objetivos de las distintas etapas que constituyen la enseñanza básica. Se concibe, por tanto, como el elemento que debe fundamentar las decisiones curriculares, así como las estrategias y las orientaciones metodológicas en la práctica lectiva. Debe ser, además, el fundamento del aprendizaje permanente y el referente de la evaluación interna y externa de los aprendizajes del alumnado, en particular en lo relativo a la toma de decisiones sobre

promoción entre los distintos cursos, así como a la obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

El Perfil de salida parte de una visión a la vez estructural y funcional de las competencias clave, cuya adquisición por parte del alumnado se considera indispensable para su desarrollo personal, para resolver situaciones y problemas de los distintos ámbitos de su vida, para crear nuevas oportunidades de mejora, así como para lograr la continuidad de su itinerario formativo y facilitar y desarrollar su inserción y participación activa en la sociedad y en el cuidado de las personas, del entorno natural y del planeta. Se garantiza así la consecución del doble objetivo de formación personal y de socialización previsto para la enseñanza básica en el artículo 4.4 de la LOE, con el fin de dotar a cada alumno o alumna de las herramientas imprescindibles para que desarrolle un proyecto de vida personal, social y profesional satisfactorio. Dicho proyecto se constituye como el elemento articulador de los diversos aprendizajes que le permitirán afrontar con éxito los desafíos y los retos a los que habrá de enfrentarse para llevarlo a cabo.

El referente de partida para definir las competencias recogidas en el Perfil de salida ha sido la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. El anclaje del Perfil de salida a la Recomendación del Consejo refuerza el compromiso del sistema educativo español con el objetivo de adoptar unas referencias comunes que fortalezcan la cohesión entre los sistemas educativos de la Unión Europea y faciliten que sus ciudadanos y ciudadanas, si así lo consideran, puedan estudiar y trabajar a lo largo de su vida tanto en su propio país como en otros países de su entorno.

En el Perfil, las competencias clave de la Recomendación europea se han vinculado con los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado y ante los que necesitará desplegar esas mismas competencias clave. Del mismo modo, se han incorporado también los retos recogidos en el documento *Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century* de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015.

La vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella,

asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.

- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

La respuesta a estos y otros desafíos entre los que existe una absoluta interdependencia—necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo. Estos contenidos disciplinares son imprescindibles, porque sin ellos el alumnado no entendería lo que ocurre a su alrededor y, por tanto, no podría valorar críticamente la situación ni, mucho menos, responder adecuadamente. Lo esencial de la integración de los retos en el Perfil de salida radica en que añaden una exigencia de actuación, la cual conecta con el enfoque competencial del currículo: la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.

Estos desafíos implican adoptar una posición ética exigente, ya que suponen articular la búsqueda legítima del bienestar personal respetando el bien común. Requieren, además, trascender la mirada local para analizar y comprometerse también con los problemas globales. Todo ello exige, por una parte, una mente compleja, capaz de pensar en términos sistémicos, abiertos y con un alto nivel de incertidumbre, y, por otra, la capacidad de empatizar con aspectos relevantes, aunque no nos afecten de manera directa, lo que implica asumir los valores de justicia social, equidad y democracia, así como desarrollar un espíritu crítico y proactivo hacia las situaciones de injusticia, inequidad y exclusión.

Tal como se especifica en el Anexo 1 del RD 217/2022, al completar la Enseñanza básica, el alumno o la alumna...

COMP CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCL	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
	CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
	CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
	CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
CP	CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
	CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
	CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.
STEM	STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

	STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
	STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
	STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.
CD	CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
	CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
	CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
	CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
	CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.
CPSAA	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
	CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.

	CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
	CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
	CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.
CC	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
	CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
	CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodpendencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.
CE	CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
	CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
	CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

CCEC	CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
	CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
	CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, y puede abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha

contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y

perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

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

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la

pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

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

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia específica 1.

1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica 2.

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.

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.

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.

Competencia específica 3.

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.

3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

Competencia específica 4.

4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.

4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

Competencia específica 5.

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.

5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable.

– Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

– Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

– 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. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

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.
- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- 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. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un 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-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- 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.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).
- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* o similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

– Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

*La evaluación de los mismos se hará de forma conjunta a la competencia clave/específica relacionada. Debido a que el aprendizaje en sociedad cobra un sentido ineludible en el ámbito de la Educación Física y potenciado mediante la metodología empleada, el alumno será evaluado de cada elemento transversal en una amplia variedad de situaciones e implementando diferentes competencias para su consecución.

Se promoverán en todos los contenidos los siguientes Elementos Transversales:

Comprensión lectora, la cual se favorece a través del vocabulario específico de cada bloque de contenidos. Se trabajará mediante lecturas de artículos, revistas y libros que el alumno debe consultar para realizar sus proyectos/trabajos.

Expresión oral y escrita: mediante la realización de trabajos, elaboración del cuaderno, etc. Además el alumno debe dialogar con los compañeros en las actividades de clase trabajadas mediante enseñanza recíproca, aprendizaje cooperativo, ABP, etc.

Comunicación audiovisual. Mediante presentación de sus trabajos al profesor o grupo/clase.

Tecnologías de la Información y Comunicación, las cuales se utilizan como herramienta de trabajo individual y compartido, y se ponen al servicio del aprendizaje siempre que sean bien usadas.

Desarrollo del espíritu emprendedor, a la hora de llevar a cabo actividades deportivo-recreativas individuales y colectivas de ocio, o bien, de planificar su propia mejora de la condición física. También se manifiesta en situaciones donde debe manifestarse la autosuperación, perseverancia y actitud positiva.

Educación Cívica y constitucional: esta materia es una herramienta buena para facilitar la integración, fomentar el respeto, la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo y aprender a respetar las normas y reglamentos en aquellos deportes individuales y colectivos.

Igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, y de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social.

Prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social. Se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación, se harán equipos mixtos y se incidirá en las clases de Educación Física en una actitud correcta ante estos aspectos. Además se realizará trabajo teórico específico, con énfasis crítico en la historia de la mujer en el deporte.

La actividad física y la dieta equilibrada. A estos efectos, se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar. Además en la signatura de Educación Física se trabajarán contenidos sobre hidratación y alimentación.

En el ámbito de la **educación y la seguridad vial**, se incorporarán elementos curriculares y se promoverán acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico. Es posible llevarlo a cabo mediante charlas impartidas por la Policía

Local o trabajarlo como contenido específico de la asignatura, ya sea de forma práctica mediante uso de bicicletas, patinetes, etc como de forma teórica.

RELACIÓN ENTRE SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

CR EV	SABERES BÁSICOS	CC	CE	Contenidos Transversales	Situaciones de Aprendizaje	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física D. Emociones y relaciones sociales.	CCL STEM CD CPSAA	1,3	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA1 CONDICIÓN FÍSICA Y CALENTAMIENTO	Examen teórico 20% Proyecto grupal (20%) Rúbrica de desempeño motriz (autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación) (40%) Hoja de registro y rúbricas del profesor para actitudes relacionadas con la actividad física/deportes (20%)
1.1,1.2,1.5 / 2.1,2.2 / 3.1,3.2,3.3	D. Emociones y relaciones sociales. E. Manifestaciones de la cultura motriz C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CCL STEM CD CPSAA CE	1,2,3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA2 BALONMANO	
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3 / 4.1,4.2,4.3	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales.	CCL STEM CD CPSAA CC CCEC	1,3,4	Fomento de la creatividad y del espíritu científico. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA3 COMBAS	
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3	A. Vida activa y saludable. D. Emociones y relaciones sociales.	CCL STEM CD CPSAA	1,3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA4 PRIMEROS AUXILIOS	

1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3 / 2.1,2.3,2.4	D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CCL STEM CD CPSAA CE	1,2,3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA5 DEPORTES ALTERNATIVOS
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3 / 4.1,4.2,4.3	A. Vida activa y saludable. D. Emociones y relaciones sociales. E. Manifestaciones de la cultura motriz	CCL STEM CD CPSAA CC CCEC	1,3,4	Fomento de la creatividad y del espíritu científico. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA6 EXPRESIÓN CORPORAL (Dramatización)
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3 / 2.1,2.2,2.3	B. Organización y gestión de la actividad física D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CCL STEM CD CPSAA CE	1,2,3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA7 BALONCESTO
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3	A. Vida activa y saludable.	CCL STEM CD CPSAA	1,3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA8 NUTRICIÓN
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3	A. Vida activa y saludable. D. Emociones y relaciones sociales. E. Manifestaciones de la cultura motriz	CCL STEM CD CPSAA	1,3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA9 JUEGOS POPULARES
1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3 / 2.1,2.2,2.3 / 5.1,5.2	D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	CCL STEM CD CPSAA CE CC	1,2,3,5	Educación para la salud (incluida la salud sexual). Fomento de la creatividad y del espíritu científico.	SA10 ATLETISMO

1.1,1.2,1.4 / 3.1,3.2,3.3 / 2.1,2.2,2.3 / 5.1,5.2	B. Organización y gestión de la actividad física D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CCL STEM CD CPSAA CE CC	1,2,3,5	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA11 BÁDMINTON	
1.1,1.2,1.4 / 2.1,2.2,2.3 / 4.1 4.2 4.3	D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz	CCL STEM CD CPSAA CE CC CCEC	1,2,4	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 12 AERÓBIC NIVEL 1	

TEMPORALIZACIÓN (SITUACIONES DE APRENDIZAJE)

1er Trimestre	SA1 condición física (2ª Semana SEPT-1ªSemana octubre) SA2 balonmano (2ª semana octubre y 3ª Semana octubre) SA3 combas (4ªSemana OCT-2ªSemana noviembre) SA4 Primeros auxilios (3ª semana noviembre- 4ª semana noviembre) 1ª Semana Diciembre: recuperación de pruebas.
2º Trimestre	SA 5 Deportes Alternativos (1ª semana diciembre- 2ª semana diciembre) SA 6 Expresión corporal (3º semana diciembre 2ª semana febrero) SA 7 Nutrición (2ª semana de febrero). SA 8 Aeróbic (3ª semana febrero - 1ª semana de marzo) 2ª semana marzo: Recuperación de pruebas
3er Trimestre	SA 9 Juegos populares (2ª semana de marzo- 3ª semana abril) SA 10 Atletismo (4ª semana Abril- 2ª semana Mayo) SA 11 Bádminton (2ª semana de Mayo- 4ª semana Mayo) SA12 Baloncesto (1ª semana Junio – 3ª semana Junio)

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

CONSIDERACIONES GENERALES

Las orientaciones didácticas parten de la necesidad de motivación intrínseca, de la necesidad del movimiento y el juego para ir evolucionando en la vida. Entendemos que el alumno debe ser tenido en cuenta antes de todo proceso educativo en cuanto a su situación evolutiva, porque lo importante es lo que el alumno progresa en referencia a sí mismo y no sobre parámetros o metas ya establecidas. Cada alumno es distinto y la heterogeneidad del grupo como resultado de diferencias individuales debe ser el argumento de las actividades de aprendizaje.

La responsabilidad del alumno es un valor educativo que debe consolidarse, lo cual, permitirá ser protagonista del aprendizaje, continuar con la actividad físico-deportiva consciente, firme y responsable fuera del entorno escolar.

En el área de Educación Física se trata de buscar una actividad constructiva del alumno, en la cual se conduce el mismo a un proceso de reflexión sobre la actividad practicada. Mediante la constatación periódica de la evolución tanto en sus capacidades físicas como en su habilidad motriz, el alumno ve la efectividad del planteamiento.

Siempre que se pueda se buscará la interconexión con otras áreas de la educación para que ésta se presente al alumno como un contenido más del conocimiento humano.

La práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le dan sentido y significado.

La evaluación individualizada y continua muestra la evolución del alumno y permite por un lado, la observación en el grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro, nos da el punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Tenderemos a una autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación.

Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que deben dirigirse las acciones educativas se concretan en:

- Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud.
- Educación para la mejora corporal.
- Educación para la mejora de la forma física.
- Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas.

El deporte en el área de Educación Física debe de tener un carácter abierto, sin que la participación se supedita a las características del sexo, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación. El objetivo es utilizar su alto valor motivador con criterios educativos y acompañados de prácticas que fomenten la colaboración.

METODOLOGÍA

La metodología utilizada en cada actividad dependerá de la naturaleza de la misma.

Los métodos utilizados en clases prácticas de desarrollo de la condición física, juegos, expresión corporal y otras actividades de carácter motriz serán principalmente el mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, libre exploración, Flipped Classroom, aprendizaje cooperativo, grupos reducidos, grupos de nivel y enseñanza recíproca.

En actividades de carácter investigativo se utilizará el Aprendizaje Basado en Proyectos, Flipped Classroom y Aprendizaje cooperativo preferentemente de forma online, con un doble objetivo:

- Facilitar la adquisición de competencias clave relacionadas con la socialización y el emprendimiento.
- Incrementar el uso de las TIC y TAC con el fin de que el alumnado desarrolle la competencia digital y además maximizar la práctica de actividad física en las sesiones presenciales.

La técnica utilizada será:

Método expositivo: Por parte del profesor en el aula, así como los mismos alumnos cuando transmiten sus conocimientos a los demás compañeros como fruto de su investigación, bajo el paraguas de la metodología Flip Classroom y el aprendizaje cooperativo (enseñanza recíproca), así como en los debates con el resto de la clase y el profesor.

Método demostrativo: El profesor lo realizará mediante sus vídeos explicativos y actividades subidas en el Aulavirtual, el alumnado lo utilizará cuando realice las actividades motrices, exponga sus conclusiones al grupo en el ámbito del trabajo Flip y Aprendizaje Basado en Proyectos, pues siempre se tratará de trabajar de forma cooperativa ya sea presencial o en red.

Método interrogativo: El profesor lanzará preguntas-problema o retos tanto en clase como en el Aulavirtual, con el fin de que el alumno inicie su proceso de investigación. Otras preguntas problema pueden surgir en las situaciones de trabajo en proyectos, debido a su naturaleza práctica y los alumnos deben tomar decisiones unilateralmente o en grupo.

RECURSOS DIDÁCTICOS

No es obligatorio que los alumnos compren libro de texto. Los profesores entregarán los apuntes correspondientes y añadirán actividades teórico-prácticas en el Aula Virtual según la metodología empleada con el fin de la consecución de las diferentes competencias.

Como recursos didácticos para la parte práctica, disponemos de las **instalaciones del centro y de todo el material deportivo** de que dispone el departamento:

GIMNASIO Y PISTAS DEPORTIVAS	MATERIAL
------------------------------	----------

Espaldera. Colchonetas grandes x2. Escalera horizontal. Bancos suecos x12. Colchonetas x30 Barra de equilibrio Saltómetros x2 Campos de futbol x2. Campos de vóley x2. Campos de baloncesto x3. Campo de Fútbol de las Veredillas (en el horario estipulado con el Excmo. Ayto. de Torrejón de Ardoz).	- Balones: futbol sala, vóley, baloncesto y balonmano. - Palas. - Sticks. - Raquetas de bádminton. - Cronómetros. - Freesbees. - Aros. - Cuerdas. - Conos. - Balones medicinales. - Vallas de atletismo antilesión. - Compresor eléctrico. - Pelotas multiuso. - Pulsómetro. - Testigos. - Brújulas. - Mapas prediseñados. - Cronómetros - Petos - Material para desinfección: geles hidroalcoholicos, desinfectantes, balletas y aspersor motorizado - Tablets, ordenadores y demás herramientas para trabajar de modo síncrono-asíncrono mediante TIC-TAC. Las plataformas utilizadas serán preferentemente las pertenecientes a EDUCAMADRID
--	--

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

ACCIONES MOTRICES

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las cualidades motrices.
- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las habilidades específicas y aplicación de la táctica: deportes colectivos.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

- Observación sistemática de las actividades que se realicen en la naturaleza.
- Se tendrá en cuenta la participación en las actividades complementarias y extraescolares relacionadas con este medio.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática para comprobar su interés y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN

- Observación de la actitud de los alumnos en clase.

- Observación de la participación e integración de los alumnos en grupo.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Evaluación de la performance o representación final de la tarea expresiva (bailes, mino, teatro, etc).

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

- Realización de las pruebas o test de Condición Física comprobando los resultados iniciales individuales con los resultados de grupo.
- Observación sistemática en clase del desarrollo de las cualidades físicas.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

* En cada trimestre, los alumnos de la ESO realizarán 1 proyecto y 1 examen teórico, con el fin de profundizar en los contenidos de la asignatura, referidos a los contenidos de cada curso según el RD 65/2022.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, saberes básicos y competencias.

*Contenidos Conceptuales:

Realización de pruebas escritas, trabajos y proyectos grupales.

*Contenidos Procedimentales:

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: **situación real de juego**, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de **coevaluación**: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también.

*Interés y trabajo diario.

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (sí, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los alumnos de ESO siguen los siguientes criterios de calificación. A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **40%** de la nota (20% examen – 20% proyecto). Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.

- La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos de actitud (trabajo y esfuerzo** diario en clase, colaboración, juego limpio, mantenimiento y cuidado de material deportivo, normas de seguridad, vestimenta adecuada, etc) se valora con un **20%** de la nota.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de todas las situaciones de aprendizaje del trimestre sea **un 5 o mayor**.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos por ausencia médica/hospitalización prolongados, los cuales trabajarán a través de tareas y pruebas ONLINE, no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además, prestará su colaboración en clase y realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación, siendo evaluado además de aquellos contenidos motrices que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica, así como de las pruebas escritas, proyectos y trabajos alternativos/complementarios que el profesor estime oportunos para su adecuado progreso.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación, **pudiendo perder así el derecho a evaluación continua**, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio, el cual incluirá contenidos de todo el curso.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Plan de Contingencia (online): En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios digitales, salvo causa justificada, se considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

*** En caso que un alumno cometiera un acto fraudulento copiando durante un examen, usando dispositivos electrónicos, apuntes u otros métodos, dicha prueba será calificada con un 0.**

Asimismo, en caso de sospecha de posible irregularidad, manipulación o copia en pruebas evaluables, contando con indicios fehacientes que, aunque per ser no sean prueba concluyente, fundamenten con solidez no obstante dicha sospecha, se podrá convocar a un alumno/a en el departamento para realizar una prueba del tipo que el profesor considere oportuno.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si el profesor considera que el alumno ha adquirido los contenidos de la evaluación suspensa, el alumno podría recuperar y podrá realizar algún tipo de prueba extra si el profesor lo considera necesario.

Además, el Departamento dispondrá de un documento dentro del Plan Incluyo en el que se reflejen las diferentes actividades, test, pruebas físicas, etc que el alumno con dificultades durante el curso pueda realizar.

El fin último es intentar que estos alumnos alcancen los objetivos y adquieran las competencias del perfil de salida.

Para facilitarlo, el profesor de EF realizará además recuperaciones al término de cada trimestre a los alumnos que hubieran suspendido.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período. En caso de aplicación del Plan de Contingencia (clases online) la parte práctica no se podrá realizar. Cabe destacar que durante el curso 2021/2022 la evaluación extraordinaria fue eliminada de acuerdo a la LOMLOE y la normativa autonómica.

2º ESO

OBJETIVOS GENERALES

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

COMPETENCIAS CLAVE

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 11.1 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, las competencias clave son las siguientes:

a) Competencia en comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

b) Competencia plurilingüe.

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre

lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y

social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

d) Competencia digital.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

f) Competencia ciudadana.

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

g) Competencia emprendedora.

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Cada competencia clave dispone de diferentes DESCRIPTORES OPERATIVOS.

La adquisición de cada competencia tiene un carácter necesariamente secuencial y progresivo. Para reforzar y explicitar la fluidez y uniformidad de ese continuum formativo a lo largo de todo el período de educación obligatoria hasta alcanzar el perfil de salida previsto, se incluyen también los descriptores operativos que concretan el progreso esperado en la adquisición de cada competencia.

Por tanto, cada competencia clave se concreta con unos descriptores operativos definen el perfil de salida en educación secundaria.

PERFIL DE SALIDA

El RD 217/2022, en su Artículo 11 expone que el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica fija las competencias clave que el alumnado debe haber adquirido y desarrollado al finalizar la enseñanza básica. Constituye el referente último del desempeño competencial, tanto en la evaluación de las distintas etapas y modalidades de la formación básica, como para la titulación de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria. Fundamenta el resto de decisiones curriculares, así como las estrategias y orientaciones metodológicas en la práctica lectiva.

Además, las enseñanzas mínimas que establece el RD 217/2022 tienen por objeto garantizar el desarrollo de las competencias clave previsto en el Perfil de salida. Los currículos establecidos por las administraciones educativas y la concreción de los mismos que los centros realicen en sus proyectos educativos tendrán, asimismo, como referente dicho Perfil de salida.

El Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica es la herramienta en la que se concretan los principios y los fines del sistema educativo español referidos a dicho periodo. El Perfil identifica y define, en conexión con los retos del siglo XXI, las competencias clave que se espera que los alumnos y alumnas hayan desarrollado al completar esta fase de su itinerario formativo.

El Perfil de salida es único y el mismo para todo el territorio nacional. Es la piedra angular de todo el currículo, la matriz que cohesiona y hacia donde convergen los objetivos de las distintas etapas que constituyen la enseñanza básica. Se concibe, por tanto, como el elemento que debe fundamentar las decisiones curriculares, así como las estrategias y las orientaciones metodológicas en la práctica lectiva. Debe ser, además, el fundamento del aprendizaje permanente y el referente de la evaluación interna y externa de los aprendizajes del alumnado, en particular en lo relativo a la toma de decisiones sobre promoción entre los distintos cursos, así como a la obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

El Perfil de salida parte de una visión a la vez estructural y funcional de las competencias clave, cuya adquisición por parte del alumnado se considera indispensable para su desarrollo personal, para resolver situaciones y problemas de los distintos ámbitos de su vida, para crear nuevas oportunidades de mejora, así como para lograr la continuidad de su itinerario formativo y facilitar y desarrollar su inserción y participación activa en la sociedad y en el cuidado de las personas, del entorno natural y del planeta. Se garantiza así la consecución del doble objetivo de formación personal y de socialización previsto para la enseñanza básica en el artículo 4.4 de la LOE, con el fin de dotar a cada alumno o alumna de las herramientas imprescindibles para que desarrolle un proyecto de vida personal, social y profesional satisfactorio. Dicho proyecto se constituye como el elemento articulador de los diversos aprendizajes que le permitirán afrontar con éxito los desafíos y los retos a los que habrá de enfrentarse para llevarlo a cabo.

El referente de partida para definir las competencias recogidas en el Perfil de salida ha sido la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. El anclaje del Perfil de salida a la Recomendación del Consejo refuerza el compromiso del sistema educativo español con el objetivo de adoptar unas referencias comunes que fortalezcan la cohesión

entre los sistemas educativos de la Unión Europea y faciliten que sus ciudadanos y ciudadanas, si así lo consideran, puedan estudiar y trabajar a lo largo de su vida tanto en su propio país como en otros países de su entorno.

En el Perfil, las competencias clave de la Recomendación europea se han vinculado con los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado y ante los que necesitará desplegar esas mismas competencias clave. Del mismo modo, se han incorporado también los retos recogidos en el documento *Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century* de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015.

La vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.

- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

La respuesta a estos y otros desafíos entre los que existe una absoluta interdependencia– necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo. Estos contenidos disciplinares son imprescindibles, porque sin ellos el alumnado no entendería lo que ocurre a su alrededor y, por tanto, no podría valorar críticamente la situación ni, mucho menos, responder adecuadamente. Lo esencial de la integración de los retos en el Perfil de salida radica en que añaden una exigencia de actuación, la cual conecta con el enfoque competencial del currículo: la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.

Estos desafíos implican adoptar una posición ética exigente, ya que suponen articular la búsqueda legítima del bienestar personal respetando el bien común. Requieren, además, trascender la mirada local para analizar y comprometerse también con los problemas globales. Todo ello exige, por una parte, una mente compleja, capaz de pensar en términos sistémicos, abiertos y con un alto nivel de incertidumbre, y, por otra, la capacidad de empatizar con aspectos relevantes, aunque no nos afecten de manera directa, lo que implica asumir los valores de justicia social, equidad y democracia, así como desarrollar un espíritu crítico y proactivo hacia las situaciones de injusticia, inequidad y exclusión.

Tal como se especifica en el Anexo 1 del RD 217/2022, al completar la Enseñanza básica, el alumno o la alumna...

COMP CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCL	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
	CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

	CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
	CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
CP	CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
	CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
	CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.
STEM	STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
	STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
	STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
	STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

CD	CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
	CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
	CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
	CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
	CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.
CPSAA	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
	CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
	CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
	CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
	CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.
CC	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
	CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
	CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.
CE	CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
	CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
	CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
CCEC	CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
	CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
	CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, y puede abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de

oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas

manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

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

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad

vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

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

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia específica 1.

1.1. Fijar y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, partiendo de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2. Incorporar progresivamente y con autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.

1.5. Analizar y valorar de manera crítica la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.

1.6. Emplear recursos y aplicaciones digitales variados, reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica 2.

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.

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 de los compañeros y de la persona oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.

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.

Competencia específica 3.

3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.

3.3. Emplear con autonomía habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

Competencia específica 4.

4.1. Organizar y gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.

4.2. Clasificar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.

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.

Competencia específica 5.

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible.

5.2. Practicar y colaborar en la organización de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

CONTENIDOS

A. Vida activa y saludable.

- Salud física.

Refuerzo de determinados conceptos relacionados con la salud, como son la tasa mínima de actividad física diaria y semanal, o la relación entre salud y alimentación. Adaptación del volumen, la intensidad y la frecuencia de la actividad física a las características personales y aproximación a una dieta adaptada a consideraciones individuales.

- Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del núcleo central del cuerpo (*core*; zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.

- Cuidado del cuerpo: diseño de un calentamiento general autónomo. Desarrollo y aplicación de pautas para prevenir y tratar el dolor muscular de origen retardado.

- Salud social.

- Análisis crítico de cualquier estereotipo. Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

- Salud mental.

La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

- Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.

- Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física. Consolidación de técnicas de gestión aplicadas a situaciones de competición basadas en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

- Preparación de la práctica motriz.

- Autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

- Planificación y autorregulación de proyectos motores.
Afianzamiento de los mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- Profundización en el uso de herramientas y recursos digitales para la gestión de la actividad física.
Prevención de accidentes en las prácticas motrices.
- Aplicación y diseño de medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro educativo.
- Calzado deportivo, ropa y ergonomía.
Repaso de las actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.
- Técnica PAS (proteger, ayudar, socorrer).
- Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones.

- Planificación de pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas diversas.
- Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un 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-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:

- Integración del esquema corporal.
- Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en secuencias motrices y/o deportivas diversas.
Capacidades condicionales.
- Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Principios básicos del acondicionamiento físico.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas:
 - Deportes y actividades individuales: habilidades gimnásticas y acrobáticas.
 - Deportes de red y muro: *bossaball* o *futvoley*.
 - Deportes de combate: lucha, judo, karate, *kickboxing* o *taekwondo*.
 - Deportes de invasión: fútbol o fútbol gaélico.
 - Deportes y juegos de blanco y diana: *boccia*, bolos, minigolf o petanca.
 - Creatividad motriz.
 - Resolución de retos y situaciones-problema, con incremento progresivo de su dificultad,

de forma original, tanto individualmente como en grupo.

Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D. Emociones y relaciones sociales.

Gestión emocional.

- El estrés. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

- Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos.

- Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos. Habilidades sociales.

- Respeto a las reglas.

Las reglas de juego como elemento de integración social.

Funciones de arbitraje deportivo.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

Acrosport: figuras, acrobacias y coreografía musical.

La danza como manifestación y patrimonio cultural.

– Deporte y género.

Visibilidad y tratamiento en los medios de comunicación.

Promoción del deporte en igualdad. Comprensión de los retos inclusivos a que se enfrenta la actividad física a fin de que todo el mundo pueda practicarla.

Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

– Influencia del deporte en la cultura actual.

Análisis crítico del deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

Nuevos espacios y prácticas deportivas: características, requisitos, condicionantes, medidas de seguridad, de cuidado y de conservación del entorno de práctica.

- Utilización de espacios naturales desde la motricidad. Escalda y rapel.

- Utilización de espacios urbanos desde la motricidad. *Parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares.

- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano:
adopción crítica de medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con
posibles consecuencias graves en los mismos.

Consumo responsable.

- Autoconstrucción y reciclaje de materiales para la práctica motriz.
- Cuidado del entorno próximo como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

RELACIÓN ENTRE CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, INDICADORES DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS BÁSICAS

Cr. ev.	S. básicos	CC	CE	Cont Transvers	Situac de aprend	Instrum. de evaluación
1.1 1.2 1.3 1.5 1.6 3.1 3.3	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física	CCL STEM CD CPSAA CC	1,3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 1 Condición física y Calentamiento	Examen teórico 20% Proyecto grupal (20%) Rúbrica de desempeño o motriz (autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación) (40%) Hoja de registro y rúbricas del profesor para actitudes relacionadas con la actividad
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	A. Vida activa y saludable. D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CPSAA CE CCL CC	2,3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 2. Fútbol.	
2.1 2.3 3.1	B. Organización y gestión de la actividad física D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CPSAA CE CCL CC	2,3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 3. Judo (Ne Waza) Suelo e introducción Judo pie	
3.3 4.1	B. Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales.	CCL CPSAA CC CCEC	3,4	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 4. Acrosport	
1.6	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable.	CPSAA CD CCL STEM	1	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 5. Nutrición	

2.1 4.2 5.1	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física	CPSAA CE CC CCEC STEM	2,4, 5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 6. Deportes de blanco y diana (petanca, boccia, bolos, minigolf)	física/deportes (20%)
2.1 3.3 5.1	A. Vida activa y saludable. D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC STEM	2,3, 5	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 7. Material autoconstruido.	
2.1 2.2 2.3 3.2 3.3	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física	CPSAA CE CCL CC	2,3	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 8 Habilidades gimnásticas	
1.1 1.2 3.1 3.3/ 5.1, 5.2	B. Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable.	CPSAA CD CCL STEM CC CE	1,3, 5	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 9 Deporte raqueta	
1.2 2.1 5.1	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	CPSAA CD CCL STEM CE CC	1,2, 5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 10. Escalada y Cabuyería	

1.3 1.4 1.5 1.6	A. Vida activa y saludable B. Organización y gestión de la actividad física	STEM CC CE CE	5		SA11. Higiene postural	
1.2 2.1 5.1	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	CPSAA CD CCL STEM CE CC	1,2, 5	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 12. DEPORTES ALTERNATIVOS (Futvoley, Bossaball, ultimate, kinball, etc)	
1.6 / 4.1 4.2 4.3	A. Vida activa y saludable. A. Vida activa y saludable. – Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. B. Organización y gestión de la actividad física. – Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte. – La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.	CPSAA CD CCL STEM CC CCEC	1,4	-Comprensión lectora. -Competencia digital. -Educación emocional y en valores. -Creatividad.	SA 13. DANZAS DEL MUNDO	

TEMPORALIZACIÓN (SITUACIONES DE APRENDIZAJE)

1er Trimestre	SA1 condición física (2ª Semana SEPT-1ªSemana Octubre) SA2 Fútbol (2ª semana octubre y 3ª Semana Octubre) SA3 Judo (4ªSemana OCT-2ªSemana Noviembre) SA4 Acrosport (3ª semana Noviembre- 4ª semana Noviembre) 1ª Semana Diciembre: recuperación de pruebas.
2º Trimestre	SA 5 Nutrición (1ª semana Diciembre- 2ª semana diciembre) SA 6 Deportes de blanco y diana (2ª semana diciembre 3ª semana Enero) SA 7 Material autoconstruido(3ª semana enero- 1ª Semana Febrero). SA 8 Habilidades gimnásticas (2ª semana febrero – 4ª semana febrero).

3er Trimestre	SA 9 Deportes de raqueta(1ª semana y 3ª semana de Marzo) SA 10 Escalada y cabuiería (4ª semana marzo – 1ª semana de abril) SA 11 Higiene postural (2ª- 2ª semana abril) SA 12 Deportes alternativos (2ª semana de abril 1ª semana de mayo) SA 13 Danzas del mundo (2ª semana de mayo – 1ª semana de junio)
---------------	---

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

CONSIDERACIONES GENERALES

Las orientaciones didácticas parten de la necesidad de motivación intrínseca, de la necesidad del movimiento y el juego para ir evolucionando en la vida. Entendemos que el alumno debe ser tenido en cuenta antes de todo proceso educativo en cuanto a su situación evolutiva, porque lo importante es lo que el alumno progresa en referencia a sí mismo y no sobre parámetros o metas ya establecidas. Cada alumno es distinto y la heterogeneidad del grupo como resultado de diferencias individuales debe ser el argumento de las actividades de aprendizaje.

La responsabilidad del alumno es un valor educativo que debe consolidarse, lo cual, permitirá ser protagonista del aprendizaje, continuar con la actividad físico-deportiva consciente, firme y responsable fuera del entorno escolar.

En el área de Educación Física se trata de buscar una actividad constructiva del alumno, en la cual se conduce el mismo a un proceso de reflexión sobre la actividad practicada. Mediante la constatación periódica de la evolución tanto en sus capacidades físicas como en su habilidad motriz, el alumno ve la efectividad del planteamiento.

Siempre que se pueda se buscará la interconexión con otras áreas de la educación para que ésta se presente al alumno como un contenido más del conocimiento humano.

La práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le dan sentido y significado.

La evaluación individualizada y continua muestra la evolución del alumno y permite por un lado, la observación en el grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro, nos da el punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Tenderemos a una autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación.

Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que deben dirigirse las acciones educativas se concretan en:

- Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud.
- Educación para la mejora corporal.
- Educación para la mejora de la forma física.
- Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas.

El deporte en el área de Educación Física debe de tener un carácter abierto, sin que la participación se supedita a las características del sexo, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación. El objetivo es utilizar su alto valor motivador con criterios educativos y acompañados de prácticas que fomenten la colaboración.

METODOLOGÍA

La metodología utilizada en cada actividad dependerá de la naturaleza de la misma.

Los métodos utilizados en clases prácticas de desarrollo de la condición física, juegos, expresión corporal y otras actividades de carácter motriz serán principalmente el mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, libre exploración, Flipped Classroom, aprendizaje cooperativo, grupos reducidos, grupos de nivel y enseñanza recíproca.

En actividades de carácter investigativo se utilizará el Aprendizaje Basado en Proyectos, Flipped Classroom y Aprendizaje cooperativo preferentemente de forma online, con un doble objetivo:

- Facilitar la adquisición de competencias clave relacionadas con la socialización y el emprendimiento.
- Incrementar el uso de las TIC y TAC con el fin de que el alumnado desarrolle la competencia digital y además maximizar la práctica de actividad física en las sesiones presenciales.

La técnica utilizada será:

Método expositivo: Por parte del profesor en el aula, así como los mismos alumnos cuando transmiten sus conocimientos a los demás compañeros como fruto de su investigación, bajo el paraguas de la metodología Flip Classroom y el aprendizaje cooperativo (enseñanza recíproca), así como en los debates con el resto de la clase y el profesor.

Método demostrativo: El profesor lo realizará mediante sus vídeos explicativos y actividades subidas en el Aulavirtual, el alumnado lo utilizará cuando realice las actividades motrices, exponga sus conclusiones al grupo en el ámbito del trabajo Flip y Aprendizaje Basado en Proyectos, pues siempre se tratará de trabajar de forma cooperativa ya sea presencial o en red.

Método interrogativo: El profesor lanzará preguntas-problema o retos tanto en clase como en el Aulavirtual, con el fin de que el alumno inicie su proceso de investigación. Otras preguntas problema pueden surgir en las situaciones de trabajo en proyectos, debido a su naturaleza práctica y los alumnos deben tomar decisiones unilateralmente o en grupo.

RECURSOS MATERIALES

GIMNASIO Y PISTAS DEPORTIVAS	MATERIAL
Espaldera. Colchonetas grandes x2. Escalera horizontal. Bancos suecos x12. Colchonetas x30 Barra de equilibrio Saltómetros x2 Campos de futbol x2. Campos de vóley x2. Campos de baloncesto x3. Campo de Fútbol de las Veredillas (en el horario estipulado con el Excmo. Ayto. de Torrejón de Ardoz).	- Balones: futbol sala, vóley, baloncesto y balonmano. - Palas. - Sticks. - Raquetas de bádminton. - Cronómetros. - Freesbees. - Aros. - Cuerdas. - Conos. - Balones medicinales. - Vallas de atletismo antilesión. - Compresor eléctrico. - Pelotas multiuso. - Pulsómetro. - Testigos. - Brújulas. - Mapas prediseñados. - Cronómetros - Petos - Material para desinfección: geles hidroalcoholicos, desinfectantes, balletas y aspersor motorizado - Tablets, ordenadores y demás herramientas para trabajar de modo síncrono-asíncrono mediante TIC-TAC. Las plataformas utilizadas serán preferentemente las pertenecientes a EDUCAMADRID

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

ACCIONES MOTRICES

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las cualidades motrices.
- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las habilidades específicas y aplicación de la táctica: deportes colectivos.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

- Observación sistemática de las actividades que se realicen en la naturaleza.
- Se tendrá en cuenta la participación en las actividades complementarias y extraescolares relacionadas con este medio.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática para comprobar su interés y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN

- Observación de la actitud de los alumnos en clase.
- Observación de la participación e integración de los alumnos en grupo.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Evaluación de la performance o representación final de la tarea expresiva (bailes, mino, teatro, etc).

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

- Realización de las pruebas o test de Condición Física comprobando los resultados iniciales individuales con los resultados de grupo.
- Observación sistemática en clase del desarrollo de las cualidades físicas.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

* En cada trimestre, los alumnos de la ESO realizarán 1 proyectos y 1 examen teórico, con el fin de profundizar en los contenidos de la asignatura, referidos a los contenidos de cada curso según el RD 65/2022.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, saberes básicos y competencias.

*Contenidos Conceptuales:

Realización de pruebas escritas, trabajos y proyectos grupales.

*Contenidos Procedimentales:

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: **situación real de juego**, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de **coevaluación**: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también.

*Interés y trabajo diario.

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (sí, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los alumnos de ESO siguen los siguientes criterios de calificación. A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **40%** de la nota (20% examen – 20% proyecto). Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.

- La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos de actitud (trabajo y esfuerzo** diario en clase, colaboración, juego limpio, mantenimiento y cuidado de material deportivo, normas de seguridad, vestimenta adecuada, etc) se valora con un **20%** de la nota.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de todas las situaciones de aprendizaje del trimestre sea **un 5 o mayor**.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos por ausencia médica/hospitalización prolongados, los cuales trabajarán a través de tareas y pruebas ONLINE, no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además, prestará su colaboración en clase y realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación, siendo evaluado además de aquellos contenidos motrices que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica, así como de las pruebas escritas, proyectos y trabajos alternativos/complementarios que el profesor estime oportunos para su adecuado progreso.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación,

pudiendo perder así el derecho a evaluación continua, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio, el cual incluirá contenidos de todo el curso.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Plan de Contingencia (online): En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios digitales, salvo causa justificada, se considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

*** En caso que un alumno cometiera un acto fraudulento copiando durante un examen, usando dispositivos electrónicos, apuntes u otros métodos, dicha prueba será calificada con un 0.**

Asimismo, en caso de sospecha de posible irregularidad, manipulación o copia en pruebas evaluables, contando con indicios fehacientes que, aunque per ser no sean prueba concluyente, fundamenten con solidez no obstante dicha sospecha, se podrá convocar a un alumno/a en el departamento para realizar una prueba del tipo que el profesor considere oportuno.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si el profesor considera que el alumno ha adquirido los contenidos de la evaluación suspensa,

el alumno podría recuperar y podrá realizar algún tipo de prueba extra si el profesor lo considera necesario.

Además, el Departamento dispondrá de un documento dentro del Plan Incluyo en el que se reflejen las diferentes actividades, test, pruebas físicas, etc que el alumno con dificultades durante el curso pueda realizar.

El fin último es intentar que estos alumnos alcancen los objetivos y adquieran las competencias del perfil de salida.

Para facilitarlo, el profesor de EF realizará además recuperaciones al término de cada trimestre a los alumnos que hubieran suspendido.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos impartidos durante el curso. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período.* En caso de aplicación del Plan de Contingencia (clases online) la parte práctica no se podrá realizar. *Cabe destacar que durante el curso 2021/2022 la evaluación extraordinaria fue eliminada de acuerdo a la LOMLOE y la normativa autonómica.*

3º ESO

OBJETIVOS GENERALES

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.

- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

COMPETENCIAS CLAVE

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 11.1 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, las competencias clave son las siguientes:

a) Competencia en comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

b) Competencia plurilingüe.

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y

social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

d) Competencia digital.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando

habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

f) Competencia ciudadana.

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

g) Competencia emprendedora.

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Cada competencia clave dispone de diferentes DESCRIPTORES OPERATIVOS.

La adquisición de cada competencia tiene un carácter necesariamente secuencial y progresivo. Para reforzar y explicitar la fluidez y uniformidad de ese continuum formativo a lo largo de todo el período de educación obligatoria hasta alcanzar el perfil de salida

previsto, se incluyen también los descriptores operativos que concretan el progreso esperado en la adquisición de cada competencia.

Por tanto, cada competencia clave se concreta con unos descriptores operativos definen el perfil de salida en educación secundaria.

PERFIL DE SALIDA

El RD 217/2022, en su Artículo 11 expone que el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica fija las competencias clave que el alumnado debe haber adquirido y desarrollado al finalizar la enseñanza básica. Constituye el referente último del desempeño competencial, tanto en la evaluación de las distintas etapas y modalidades de la formación básica, como para la titulación de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria. Fundamenta el resto de decisiones curriculares, así como las estrategias y orientaciones metodológicas en la práctica lectiva.

Además, las enseñanzas mínimas que establece el RD 217/2022 tienen por objeto garantizar el desarrollo de las competencias clave previsto en el Perfil de salida. Los currículos establecidos por las administraciones educativas y la concreción de los mismos que los centros realicen en sus proyectos educativos tendrán, asimismo, como referente dicho Perfil de salida.

El Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica es la herramienta en la que se concretan los principios y los fines del sistema educativo español referidos a dicho periodo. El Perfil identifica y define, en conexión con los retos del siglo XXI, las competencias clave que se espera que los alumnos y alumnas hayan desarrollado al completar esta fase de su itinerario formativo.

El Perfil de salida es único y el mismo para todo el territorio nacional. Es la piedra angular de todo el currículo, la matriz que cohesiona y hacia donde convergen los objetivos de las distintas etapas que constituyen la enseñanza básica. Se concibe, por tanto, como el elemento que debe fundamentar las decisiones curriculares, así como las estrategias y las orientaciones metodológicas en la práctica lectiva. Debe ser, además, el fundamento del aprendizaje permanente y el referente de la evaluación interna y externa de los aprendizajes del alumnado, en particular en lo relativo a la toma de decisiones sobre promoción entre los distintos cursos, así como a la obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

El Perfil de salida parte de una visión a la vez estructural y funcional de las competencias clave, cuya adquisición por parte del alumnado se considera indispensable para su desarrollo personal, para resolver situaciones y problemas de los distintos ámbitos de su vida, para crear nuevas oportunidades de mejora, así como para lograr la continuidad de su itinerario formativo y facilitar y desarrollar su inserción y participación activa en la sociedad y en el cuidado de las personas, del entorno natural y del planeta. Se garantiza así la consecución del doble objetivo de formación personal y de socialización previsto para la enseñanza básica en el artículo 4.4 de la LOE, con el fin de dotar a cada alumno o alumna de las herramientas imprescindibles para que desarrolle un proyecto de vida personal, social y profesional satisfactorio. Dicho proyecto se constituye como el elemento articulador de los diversos aprendizajes que le permitirán afrontar con éxito los desafíos y los retos a los que habrá de enfrentarse para llevarlo a cabo.

El referente de partida para definir las competencias recogidas en el Perfil de salida ha sido la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018,

relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. El anclaje del Perfil de salida a la Recomendación del Consejo refuerza el compromiso del sistema educativo español con el objetivo de adoptar unas referencias comunes que fortalezcan la cohesión entre los sistemas educativos de la Unión Europea y faciliten que sus ciudadanos y ciudadanas, si así lo consideran, puedan estudiar y trabajar a lo largo de su vida tanto en su propio país como en otros países de su entorno.

En el Perfil, las competencias clave de la Recomendación europea se han vinculado con los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado y ante los que necesitará desplegar esas mismas competencias clave. Del mismo modo, se han incorporado también los retos recogidos en el documento *Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century* de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015.

La vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.

- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

La respuesta a estos y otros desafíos entre los que existe una absoluta interdependencia—necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo. Estos contenidos disciplinares son imprescindibles, porque sin ellos el alumnado no entendería lo que ocurre a su alrededor y, por tanto, no podría valorar críticamente la situación ni, mucho menos, responder adecuadamente. Lo esencial de la integración de los retos en el Perfil de salida radica en que añaden una exigencia de actuación, la cual conecta con el enfoque competencial del currículo: la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.

Estos desafíos implican adoptar una posición ética exigente, ya que suponen articular la búsqueda legítima del bienestar personal respetando el bien común. Requieren, además, trascender la mirada local para analizar y comprometerse también con los problemas globales. Todo ello exige, por una parte, una mente compleja, capaz de pensar en términos sistémicos, abiertos y con un alto nivel de incertidumbre, y, por otra, la capacidad de empatizar con aspectos relevantes, aunque no nos afecten de manera directa, lo que implica asumir los valores de justicia social, equidad y democracia, así como desarrollar un espíritu crítico y proactivo hacia las situaciones de injusticia, inequidad y exclusión.

Tal como se especifica en el Anexo 1 del RD 217/2022, al completar la Enseñanza básica, el alumno o la alumna...

COMP CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCL	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
	CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

	CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
	CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
CP	CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
	CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
	CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.
STEM	STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
	STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
	STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
	STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

CD	CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
	CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
	CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
	CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
	CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.
CPSAA	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
	CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
	CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
	CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
	CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.
CC	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
	CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
	CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.
CE	CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
	CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
	CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
CCEC	CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
	CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
	CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, y puede abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de

oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas

manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

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

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad

vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

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

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia específica 1.

1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

Competencia específica 2.

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.

2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

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.

Competencia específica 3.

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.

3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.

Competencia específica 4.

4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

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.

4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

Competencia específica 5.

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.

5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

SABERES BÁSICOS

El Decreto 65/2022 especifica los saberes básicos a partir del RD 217/2022 del siguiente modo:

A. Vida activa y saludable.

– Salud física.

Consolidación del control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación crítica del entrenamiento.

Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).

Afianzamiento de la cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, corrección y estiramientos ante dolores musculares.

Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.

Cuidado del cuerpo: diseño de calentamientos específicos de carácter autónomo, así como de calentamientos destinados a otros.

Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

– Salud social.

Suplementación y dopaje en el deporte. Análisis de riesgos y condicionantes éticos.

– Salud mental.

Exigencias y presiones de la competición.

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.

B. Organización y gestión de la actividad física.

– Elección de la práctica física.

Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.

– Preparación de la práctica motriz.

Mantenimiento, reparación y reciclaje de material deportivo para actividades físicas y deportivas.

Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física y deportiva.

Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos.

- 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.

Uso de herramientas y recursos digitales para la gestión de la actividad física.

-Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

Gestión del riesgo propio y del de los demás.

Medidas individuales y colectivas de seguridad.

-Actuaciones críticas ante accidentes.

Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

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.

– Esquema corporal.

Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil 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.

– Capacidades condicionales.

Desarrollo de las capacidades físicas básicas.

– Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

Deportes y actividades individuales: atletismo, carreras de vallas y de relevos, salto de longitud o lanzamiento de peso, entre otros.

Deportes de red y muro: bádminton o *pickleball*.

Deportes de invasión: baloncesto, *balonkorf*, *netball*, *ultimate* o *vórtel*, entre otros.

Deporte de bate y campo: *kickball*.

– Creatividad motriz.

Creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a través de los recursos disponibles.

D. Emociones y relaciones sociales.

– Gestión emocional.

Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.

– Habilidades sociales.

Estrategias y técnicas de negociación y mediación en contextos motrices: escucha activa y diálogo.

– Respeto a las reglas.

Juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.

Los deportes como seña de identidad cultural.

-Usos comunicativos de la corporalidad.

Técnicas específicas de expresión corporal: danzas, bailes, mimo, dramatización, etc.

-Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos

-Deporte y género.

Evolución histórica.

Igualdad en el acceso al deporte.

Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

-Influencia del deporte en la cultura actual.

Deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

– Normas de uso.

Respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

Consolidación de la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual y sostenible. Análisis crítico y búsqueda activa de diferentes mecanismos de desplazamiento respetuosos con el medio ambiente; patines, uso combinado del transporte público y los desplazamientos a pie, etc.

– Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).

– 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.

– Consumo responsable.

Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

– Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

– Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

*La evaluación de los mismos se hará de forma conjunta a la competencia clave/específica relacionada. Debido a que el aprendizaje en sociedad cobra un sentido ineludible en el ámbito de la Educación Física y potenciado mediante la metodología empleada, el alumnado será evaluado de cada elemento transversal en una amplia variedad de situaciones e implementando diferentes competencias para su consecución.

Se promoverán en todos los contenidos los siguientes Elementos Transversales:

Comprensión lectora, la cual se favorece a través del vocabulario específico de cada bloque de contenidos. Se trabajará mediante lecturas de artículos, revistas y libros que el alumno debe consultar para realizar sus proyectos/trabajos.

Expresión oral y escrita: mediante la realización de trabajos, elaboración del cuaderno, etc. Además, el alumno debe dialogar con los compañeros en las actividades de clase

trabajadas mediante enseñanza recíproca, aprendizaje cooperativo, ABP, etc.

Comunicación audiovisual. Mediante presentación de sus trabajos al profesor o grupo/clase.

Tecnologías de la Información y Comunicación, las cuales se utilizan como herramienta de trabajo individual y compartido, y se ponen al servicio del aprendizaje siempre que sean bien usadas.

Desarrollo del espíritu emprendedor, a la hora de llevar a cabo actividades deportivo-recreativas individuales y colectivas de ocio, o bien, de planificar su propia mejora de la condición física. También se manifiesta en situaciones donde debe manifestarse la autosuperación, perseverancia y actitud positiva.

Educación Cívica y constitucional: esta materia es una herramienta buena para facilitar la integración, fomentar el respeto, la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo y aprender a respetar las normas y reglamentos en aquellos deportes individuales y colectivos.

Igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, y de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social.

Prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social. Se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación, se harán equipos mixtos y se incidirá en las clases de Educación Física en una actitud correcta ante estos aspectos. Además se realizará trabajo teórico específico, con énfasis crítico en la historia de la mujer en el deporte.

La actividad física y la dieta equilibrada. A estos efectos, se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar. Además en la signatura de Educación Física se trabajarán contenidos sobre hidratación y alimentación.

En el ámbito de la **educación y la seguridad vial**, se incorporarán elementos curriculares y se promoverán acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico. Es posible llevarlo a cabo mediante charlas impartidas por la Policía Local o trabajarlo como contenido específico de la asignatura, ya sea de forma práctica mediante uso de bicicletas, patinetes, etc como de forma teórica.

RELACIÓN ENTRE SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

CRI T EVA	SABERES BÁSICOS	CC	CE	Element transvers	SITUACION DE APRENDIZ.	INSTRUMEN TOS DE EVALUACIÓ N
2.3 3.2 3.3	C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales			Competencia digital Educación emocional y valores Igualdad de género	SA1 JUEGOS COOPERATIVOS	Examen teórico 20% Proyecto grupal (20%)

1.2 1.3 1.4 1.6	A.Vida activa y saludable B.Organización y gestión de la actividad física	CCL STEM CPSAA	1	Competencia digital Educación para la salud	SA2 PRIMEROS AUXILIOS	Rúbrica de desempeño motriz (autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación) (40%) Hoja de registro y rúbricas del profesor para actitudes relacionadas con la actividad física/deportes (20%)
1.1 1.2 1.6 2.1 5.1 5.2	A.Vida activa y saludable F.Interacción eficiente y sostenible con el entorno	CCL STEM CPSAA CC	1 2 5	Competencia digital Desarrollo sostenible	SA3 CONDICIÓN FÍSICA Y CALENTAMIENTO	
4.1 4.2 4.3	E.Manifestaciones de la cultura motriz	CC CCEC	4	Competencia digital Igualdad de género	SA4 BAILE/AERÓBIC NIVEL 3 (Creación de coreografías)	
2.3 3.3 4.1	C.Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz	CPSAA CE CCL CC CCEC	2 3 4	Competencia digital Educación en valores	SA5 BALONCESTO	
2.2 3.1	C.Resolución de problemas en situaciones motrices D.Emociones y relaciones sociales	CPSAA CE CCL CC	2 3	Competencia digital Educación emocional y en valores	SA6 JUDO (Ashi Waza) Recordatorio Judo suelo y aprendizaje Judo pie	
2.3 3.2 3.3	C.Resolución de problemas en situaciones motrices D.Emociones y relaciones sociales	CPSAA CE CCL CC	2 3	Competencia digital Educación emocional y valores Igualdad de género	SA7 DEPORTES ALTERNATIVOS	

2.3 3.3 4.1	C.Resolución de problemas en situaciones motrices E.Manifestaciones de la cultura motriz	CPS AA CE CCL CC CCE C	2 3 4	Educación para la salud	SA8 VOLEYBALL	
1.2 1.5 1.6	A.Vida activa y saludable	CCL STE M CD CPS AA	1	Competencia digital Expresión oral	SA9 NUTRICIÓN	
2.2 3.1 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física C.Resolución de problemas en situaciones motrices	CPS AA CE CCL CC	2 3	Competencia digital Respeto mutuo y cooperación entre iguales	SA10 BÁDMINTON/PICKEBALL	
1.1 1.3 2.2	B.Organización y gestión de la actividad física C.Resolución de problemas en situaciones motrices	CCL STE M CD CPS AA CE	1 2	Competencia digital Educación para el consumo	SA11 ATLETISMO	
1.1 1.2 1.6	A.Vida activa y saludable	CCL STE M CD CPS AA	1	Competencia Digital Educación para la salud	SA12 PILATES	

5.1 5.2	F.Interacción sostenible con el entorno	STEM CC CE	5	Competencia digital Desarrollo sostenible	SA13 ORIENTACIÓN	
------------	---	------------------	---	--	---------------------	--

TEMPORALIZACIÓN (SITUACIONES DE APRENDIZAJE)

1er Trimestre	SA1 Juegos cooperativos	2ª-3ª semana SEPTIEMBRE
	SA3 Condición Física	4ª semana SEPTIEMBRE -2ª semana OCTUBRE
	SA2 Primeros auxilios	3ª-4ª semana OCTUBRE
	SA4 BAILE/AERÓBIC	1ª-3ª semana NOVIEMBRE
	SA5 BALONCESTO	4ª semana NOVIEMBRE-2ª semana DICIEMBRE
2º Trimestre	SA6 JUDO	3ª semana DICIEMBRE - 3ª semana ENERO
	SA7 DEPORTES ALTERNATIVOS	4ª - 5ª semana ENERO
	SA8 VOLEYBALL	1ª - 3ª semana FEBRERO
	SA9 NUTRICIÓN	4ª semana FEBRERO-2ª semana MARZO
3er Trimestre	SA10 BÁDMINTON/PICKEBALL	3ª - 4ª semana ABRIL
	SA11 ATLETISMO	5ª semana ABRIL - 2ª semana MAYO
	SA12 PILATES	3ª - 4ª semana MAYO
	SA14 ORIENTACIÓN	1ª - 2ª semana JUNIO

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

CONSIDERACIONES GENERALES

Las orientaciones didácticas parten de la necesidad de motivación intrínseca, de la necesidad del movimiento y el juego para ir evolucionando en la vida. Entendemos que el alumno debe ser tenido en cuenta antes de todo proceso educativo en cuanto a su situación evolutiva, porque lo importante es lo que el alumno progresa en referencia a sí mismo y no sobre parámetros o metas ya establecidas. Cada alumno es distinto y la heterogeneidad del grupo como resultado de diferencias individuales debe ser el argumento de las actividades de aprendizaje.

La responsabilidad del alumno es un valor educativo que debe consolidarse, lo cual, permitirá ser protagonista del aprendizaje, continuar con la actividad físico-deportiva consciente, firme y responsable fuera del entorno escolar.

En el área de Educación Física se trata de buscar una actividad constructiva del alumno, en la cual se conduce el mismo a un proceso de reflexión sobre la actividad practicada. Mediante la constatación periódica de la evolución tanto en sus capacidades físicas como en su habilidad motriz, el alumno ve la efectividad del planteamiento.

Siempre que se pueda se buscará la interconexión con otras áreas de la educación para que ésta se presente al alumno como un contenido más del conocimiento humano.

La práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le dan sentido y significado.

La evaluación individualizada y continua muestra la evolución del alumno y permite, por un lado, la observación en el grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro, nos da el punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Tenderemos a una autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación.

Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que deben dirigirse las acciones educativas se concretan en:

- Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud.
- Educación para la mejora corporal.
- Educación para la mejora de la forma física.
- Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas.

El deporte en el área de Educación Física debe de tener un carácter abierto, sin que la participación se supedita a las características del sexo, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación. El objetivo es utilizar su alto valor motivador con criterios educativos y acompañados de prácticas que fomenten la colaboración.

METODOLOGÍA

La metodología utilizada en cada actividad dependerá de la naturaleza de la misma.

Los métodos utilizados en clases prácticas de desarrollo de la condición física, juegos, expresión corporal y otras actividades de carácter motriz serán principalmente el mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, libre exploración, Flipped Classroom, aprendizaje cooperativo, grupos reducidos, grupos de nivel y enseñanza recíproca.

En actividades de carácter investigativo se utilizará el Aprendizaje Basado en Proyectos, Flipped Classroom y Aprendizaje cooperativo preferentemente de forma online, con un doble objetivo:

- Facilitar la adquisición de competencias clave relacionadas con la socialización y el emprendimiento.
- Incrementar el uso de las TIC y TAC con el fin de que el alumnado desarrolle la competencia digital y además maximizar la práctica de actividad física en las sesiones presenciales.

La técnica utilizada será:

Método expositivo: Por parte del profesor en el aula, así como los mismos alumnos cuando transmiten sus conocimientos a los demás compañeros como fruto de su investigación, bajo el paraguas de la metodología Flipped Classroom y el aprendizaje cooperativo (enseñanza recíproca), así como en los debates con el resto de la clase y el profesor.

Método demostrativo: El profesor lo realizará mediante sus vídeos explicativos y actividades subidas en el Aulavirtual, el alumnado lo utilizará cuando realice las actividades motrices, exponga sus conclusiones al grupo en el ámbito del trabajo Flip y Aprendizaje Basado en Proyectos, pues siempre se tratará de trabajar de forma cooperativa ya sea presencial o en red.

Método interrogativo: El profesor lanzará preguntas-problema o retos tanto en clase como en el Aulavirtual, con el fin de que el alumno inicie su proceso de investigación. Otras preguntas problema pueden surgir en las situaciones de trabajo en proyectos, debido a su naturaleza práctica y los alumnos deben tomar decisiones unilateralmente o en grupo.

RECURSOS DIDÁCTICOS

No es obligatorio que los alumnos compren libro de texto. Los profesores entregarán los apuntes correspondientes y añadirán actividades teórico-prácticas en el Aula Virtual según la metodología empleada con el fin de la consecución de las diferentes competencias.

Como recursos didácticos para la parte práctica, disponemos de las **instalaciones del centro y del material deportivo** de que dispone el departamento:

GIMNASIO Y PISTAS DEPORTIVAS	MATERIAL
------------------------------	----------

Espaldera. Colchonetas grandes x2. Escalera horizontal. Bancos suecos x12. Colchonetas x30 Barra de equilibrio Saltómetros x2 Campos de futbol x2. Campos de vóley x2. Campos de baloncesto x3. Campo de Fútbol de las Veredillas (en el horario estipulado con el Excmo. Ayto. de Torrejón de Ardoz).	- Balones: futbol sala, vóley, baloncesto y balonmano. - Palas. - Sticks. - Raquetas de bádminton. - Cronómetros. - Freesbees. - Aros. - Cuerdas. - Conos. - Balones medicinales. - Vallas de atletismo antilesión. - Compresor eléctrico. - Pelotas multiuso. - Pulsómetro. - Testigos. - Brújulas. - Mapas prediseñados. - Cronómetros - Petos - Material para desinfección: geles hidroalcoholicos, desinfectantes, balletas y aspersor motorizado - Tablets, ordenadores y demás herramientas para trabajar de modo síncrono-asíncrono mediante TIC-TAC. Las plataformas utilizadas serán preferentemente las pertenecientes a EDUCAMADRID
--	--

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

ACCIONES MOTRICES

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las cualidades motrices.
- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las habilidades específicas y aplicación de la táctica: deportes colectivos.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

- Observación sistemática de las actividades que se realicen en la naturaleza.
- Se tendrá en cuenta la participación en las actividades complementarias y extraescolares relacionadas con este medio.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.

- Observación sistemática para comprobar su interés y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN

- Observación de la actitud de los alumnos en clase.
- Observación de la participación e integración de los alumnos en grupo.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Evaluación de la performance o representación final de la tarea expresiva (bailes, mino, teatro, etc).

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

- Realización de las pruebas o test de Condición Física comprobando los resultados iniciales individuales con los resultados de grupo.
- Observación sistemática en clase del desarrollo de las cualidades físicas.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

* En cada trimestre, los alumnos de la ESO realizarán 1 proyectos y 1 examen teórico, con el fin de profundizar en los contenidos de la asignatura, referidos a los contenidos de cada curso según el RD 65/2022.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, saberes básicos y competencias.

*Contenidos Conceptuales:

Realización de pruebas escritas, trabajos y proyectos grupales.

*Contenidos Procedimentales:

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: situación real de juego, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de coevaluación: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también.

*Interés y trabajo diario.

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (si, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los alumnos de ESO siguen los siguientes criterios de calificación. A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **40%** de la nota (20% examen – 20% proyecto). Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.

- La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos de actitud (trabajo y esfuerzo** diario en clase, colaboración, juego limpio, mantenimiento y cuidado de material deportivo, normas de seguridad, vestimenta adecuada, etc) se valora con un **20%** de la nota.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de todas las situaciones de aprendizaje del trimestre sea **un 5 o mayor**.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos por ausencia médica/hospitalización prolongados, los cuales trabajarán a través de tareas y pruebas ONLINE, no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además, prestará su colaboración en clase y realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación, siendo evaluado además de aquellos contenidos motrices que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica, así como de las pruebas escritas, proyectos y trabajos alternativos/complementarios que el profesor estime oportunos para su adecuado progreso.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación, **pudiendo perder así el derecho a evaluación continua**, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio, el cual incluirá contenidos de todo el curso.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Plan de Contingencia (online): En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios digitales, salvo causa justificada, se considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

*** En caso que un alumno cometiera un acto fraudulento copiando durante un examen, usando dispositivos electrónicos, apuntes u otros métodos, dicha prueba será calificada con un 0.**

Asimismo, en caso de sospecha de posible irregularidad, manipulación o copia en pruebas evaluables, contando con indicios fehacientes que, aunque per ser no sean prueba concluyente, fundamenten con solidez no obstante dicha sospecha, se podrá convocar a un alumno/a en el departamento para realizar una prueba del tipo que el profesor considere oportuno.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si

el profesor considera que el alumno ha adquirido los contenidos de la evaluación suspensa, el alumno podría recuperar y podrá realizar algún tipo de prueba extra si el profesor lo considera necesario.

Además, el Departamento dispondrá de un documento dentro del Plan Incluyo en el que se reflejen las diferentes actividades, test, pruebas físicas, etc que el alumno con dificultades durante el curso pueda realizar.

El fin último es intentar que estos alumnos alcancen los objetivos y adquieran las competencias del perfil de salida.

Para facilitararlo, el profesor de EF realizará además recuperaciones al término de cada trimestre a los alumnos que hubieran suspendido.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos impartidos durante el curso. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período.* En caso de aplicación del Plan de Contingencia (clases online) la parte práctica no se podrá realizar. *Cabe destacar que durante el curso 2021/2022 la evaluación extraordinaria fue eliminada de acuerdo a la LOMLOE y la normativa autonómica.*

4º ESO

OBJETIVOS GENERALES

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

COMPETENCIAS CLAVE

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 11.1 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, las competencias clave son las siguientes:

- a) Competencia en comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de

la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

b) Competencia plurilingüe.

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y

social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

d) Competencia digital.

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros

de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

f) Competencia ciudadana.

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

g) Competencia emprendedora.

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Cada competencia clave dispone de diferentes DESCRIPTORES OPERATIVOS. La adquisición de cada competencia tiene un carácter necesariamente secuencial y progresivo. Para reforzar y explicitar la fluidez y uniformidad de ese continuum formativo a lo largo de todo el período de educación obligatoria hasta alcanzar el perfil de salida previsto, se incluyen también los descriptores operativos que concretan el progreso esperado en la adquisición de cada competencia. Por tanto, cada competencia clave se concreta con unos descriptores operativos definen el perfil de salida en educación secundaria.

PERFIL DE SALIDA

El RD 217/2022, en su Artículo 11 expone que el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica fija las competencias clave que el alumnado debe haber adquirido y desarrollado al finalizar la enseñanza básica. Constituye el referente último del desempeño competencial, tanto en la evaluación de las distintas etapas y modalidades de la formación básica, como para la titulación de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria. Fundamenta el resto de decisiones curriculares, así como las estrategias y orientaciones metodológicas en la práctica lectiva.

Además, las enseñanzas mínimas que establece el RD 217/2022 tienen por objeto garantizar el desarrollo de las competencias clave previsto en el Perfil de salida. Los currículos establecidos por las administraciones educativas y la concreción de los mismos que los centros realicen en sus proyectos educativos tendrán, asimismo, como referente dicho Perfil de salida.

El Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica es la herramienta en la que se concretan los principios y los fines del sistema educativo español referidos a dicho periodo. El Perfil identifica y define, en conexión con los retos del siglo XXI, las competencias clave que se espera que los alumnos y alumnas hayan desarrollado al completar esta fase de su itinerario formativo.

El Perfil de salida es único y el mismo para todo el territorio nacional. Es la piedra angular de todo el currículo, la matriz que cohesiona y hacia donde convergen los objetivos de las distintas etapas que constituyen la enseñanza básica. Se concibe, por tanto, como el elemento que debe fundamentar las decisiones curriculares, así como las estrategias y las orientaciones metodológicas en la práctica lectiva. Debe ser, además, el fundamento del aprendizaje permanente y el referente de la evaluación interna y externa de los aprendizajes del alumnado, en particular en lo relativo a la toma de decisiones sobre promoción entre los distintos cursos, así como a la obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

El Perfil de salida parte de una visión a la vez estructural y funcional de las competencias clave, cuya adquisición por parte del alumnado se considera indispensable para su desarrollo personal, para resolver situaciones y problemas de los distintos ámbitos de su vida, para crear nuevas oportunidades de mejora, así como para lograr la continuidad de su itinerario formativo y facilitar y desarrollar su inserción y participación activa en la sociedad y en el cuidado de las personas, del entorno natural y del planeta. Se garantiza así la consecución del doble objetivo de formación personal y de socialización previsto para la enseñanza básica en el artículo 4.4 de la LOE, con el fin de dotar a cada alumno o alumna de las herramientas imprescindibles para que desarrolle un proyecto de vida personal, social y profesional satisfactorio. Dicho proyecto se constituye como el elemento

articulador de los diversos aprendizajes que le permitirán afrontar con éxito los desafíos y los retos a los que habrá de enfrentarse para llevarlo a cabo.

El referente de partida para definir las competencias recogidas en el Perfil de salida ha sido la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. El anclaje del Perfil de salida a la Recomendación del Consejo refuerza el compromiso del sistema educativo español con el objetivo de adoptar unas referencias comunes que fortalezcan la cohesión entre los sistemas educativos de la Unión Europea y faciliten que sus ciudadanos y ciudadanas, si así lo consideran, puedan estudiar y trabajar a lo largo de su vida tanto en su propio país como en otros países de su entorno.

En el Perfil, las competencias clave de la Recomendación europea se han vinculado con los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado y ante los que necesitará desplegar esas mismas competencias clave. Del mismo modo, se han incorporado también los retos recogidos en el documento *Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century* de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015.

La vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y

riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.

– Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.

– Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.

– Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.

– Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

La respuesta a estos y otros desafíos entre los que existe una absoluta interdependencia—necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo. Estos contenidos disciplinares son imprescindibles, porque sin ellos el alumnado no entendería lo que ocurre a su alrededor y, por tanto, no podría valorar críticamente la situación ni, mucho menos, responder adecuadamente. Lo esencial de la integración de los retos en el Perfil de salida radica en que añaden una exigencia de actuación, la cual conecta con el enfoque competencial del currículo: la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.

Estos desafíos implican adoptar una posición ética exigente, ya que suponen articular la búsqueda legítima del bienestar personal respetando el bien común. Requieren, además, trascender la mirada local para analizar y comprometerse también con los problemas globales. Todo ello exige, por una parte, una mente compleja, capaz de pensar en términos sistémicos, abiertos y con un alto nivel de incertidumbre, y, por otra, la capacidad de empatizar con aspectos relevantes, aunque no nos afecten de manera directa, lo que implica asumir los valores de justicia social, equidad y democracia, así como desarrollar un espíritu crítico y proactivo hacia las situaciones de injusticia, inequidad y exclusión.

Tal como se especifica en el Anexo 1 del RD 217/2022, al completar la Enseñanza básica, el alumno o la alumna...

COMP CLAVE	DESCRIPTORES OPERATIVOS
CCL	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
	CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
	CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
	CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
CP	CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
	CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
	CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.
STEM	STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
	STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
	STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
	STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y

	seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.
CD	CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
	CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
	CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
	CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
	CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.
CPSAA	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
	CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
	CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
	CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
	CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.
CC	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
	CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
	CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.
CE	CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
	CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
	CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
CCEC	CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
	CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
	CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, y puede abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la

etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

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

4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el *crossfit*, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

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

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1.1. Estructurar de manera crítica y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.

1.2. Desarrollar y ampliar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, incorporando como hábitos las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios y de carácter complementario.

1.5. Consolidar 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 basándose en criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando y controlando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

2.1. Desarrollar activamente proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y garantizar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

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.

3.1. Practicar, participar y colaborar 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.

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, 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.

3.3. Interactuar de manera comprensiva, relacionándose y entendiéndose, con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices, con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.

4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.

4.2. Consolidar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos.

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 herramientas de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

5.1. Intervenir y planificar 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.

5.2. Diseñar, organizar y colaborar en la dirección de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

SABERES BÁSICOS

B. Vida activa y saludable.

– Salud física.

Diseño de dietas saludables, gestionando de una manera crítica la información publicitaria (supuestos superalimentos, dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica).

Análisis nutricional de los alimentos consumidos.

Consolidación de una cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, desequilibrios, corrección, fortalecimiento y estiramientos ante dolores musculares.

Profundización en pautas para prevenir y tratar el dolor muscular de origen retardado.

Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

– Salud social.

Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. Estudio de la normativa básica de referencia.

– Salud mental.

Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.

B. Organización y gestión de la actividad física.

– Elección crítica y justificada de la práctica física.

Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.

– Preparación de la práctica motriz.

Mantenimiento, reciclado y reparación de material deportivo.

Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos.

– 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. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

Actuaciones específicas ante accidentes: reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).

Consolidación del protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar), así como de técnicas específicas para la identificación y actuación en caso de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

– Toma de decisiones.

Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil 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 y de contacto.

Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo propio 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: 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

– Capacidades condicionales.

Reconocimiento y consolidación de las capacidades físicas básicas.
Planificación, control y evaluación del entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

– Profundización, identificación y corrección de errores en la adquisición de habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas:

Deportes de red y muro: frontenis, pádel palas o paladós.

Deportes de red y muro: fistball o voleibol.

Deportes de bate y campo: béisbol, softbol o rounders.

Deportes de invasión: rugby, rugby tag o touch rugby.

– Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.

– Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial. Desarrollo de estrategias de adaptación.

D. Emociones y relaciones sociales.

- Gestión emocional:
Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Desarrollo de habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Consolidación de los usos comunicativos de la corporalidad, a través de técnicas específicas de expresión corporal como la elaboración de coreografías, etc.

- Deporte y género.

Estereotipos.

Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

- Influencia del deporte en la cultura actual.

Análisis de la relevancia del deporte profesional, así como de su influencia en la cultura actual.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- 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 y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano: consolidación de los valores de cuidado y preservación del entorno.

ELEMENTOS TRANSVERSALES

*La evaluación de los mismos se hará de forma conjunta a la competencia clave/específica relacionada. Debido a que el aprendizaje en sociedad cobra un sentido ineludible en el ámbito de la Educación Física y potenciado mediante la metodología empleada, el alumno será evaluado de cada elemento transversal en una amplia variedad de situaciones e implementando diferentes competencias para su consecución.

Se promoverán en todos los contenidos los siguientes Elementos Transversales:

Comprensión lectora, la cual se favorece a través del vocabulario específico de cada bloque de contenidos. Se trabajará mediante lecturas de artículos, revistas y libros que el alumno debe consultar para realizar sus proyectos/trabajos.

Expresión oral y escrita: mediante la realización de trabajos, elaboración del cuaderno, etc. Además el alumno debe dialogar con los compañeros en las actividades de clase trabajadas mediante enseñanza recíproca, aprendizaje cooperativo, ABP, etc.

Comunicación audiovisual. Mediante presentación de sus trabajos al profesor o grupo/clase.

Tecnologías de la Información y Comunicación, las cuales se utilizan como herramienta de trabajo individual y compartido, y se ponen al servicio del aprendizaje siempre que sean

bien usadas.

Desarrollo del espíritu emprendedor, a la hora de llevar a cabo actividades deportivo-recreativas individuales y colectivas de ocio, o bien, de planificar su propia mejora de la condición física. También se manifiesta en situaciones donde debe manifestarse la autosuperación, perseverancia y actitud positiva.

Educación Cívica y constitucional: esta materia es una herramienta buena para facilitar la integración, fomentar el respeto, la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo y aprender a respetar las normas y reglamentos en aquellos deportes individuales y colectivos.

Igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, y de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social.

Prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social. Se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación, se harán equipos mixtos y se incidirá en las clases de Educación Física en una actitud correcta ante estos aspectos. Además se realizará trabajo teórico específico, con énfasis crítico en la historia de la mujer en el deporte.

La actividad física y la dieta equilibrada. A estos efectos, se promoverá la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar. Además en la signatura de Educación Física se trabajarán contenidos sobre hidratación y alimentación.

En el ámbito de la **educación y la seguridad vial**, se incorporarán elementos curriculares y se promoverán acciones para la mejora de la convivencia y la prevención de los accidentes de tráfico. Es posible llevarlo a cabo mediante charlas impartidas por la Policía Local o trabajarlo como contenido específico de la asignatura, ya sea de forma práctica mediante uso de bicicletas, patinetes, etc como de forma teórica.

Cr. ev.	S. básicos	CC	CE	Cont Transvers	Situac de aprend	Instrum. de evaluación
1.1 1.2 1.3 1.5 1.6 3.1 3.3	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física	CCL STEM CD CPSAA CC	1,3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud	SA 1 Condición física	Examen teórico 20% Proyecto grupal (20%) Rúbrica de desempeño o motriz
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B. Organización y gestión de la actividad física D. Emociones y relaciones sociales. C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CPSAA CE CCL CC	2,3	Fomento espíritu crítico y científico	SA 2. Voleibol	
1.6 4.1 4.2 4.3	E. Manifestaciones de la cultura motriz	CPSAA STEM CCL CC CCEC	1, 6	Creatividad Educación emocional y valores.	SA 3. Danzas del mundo	

3.1 3.2 3.3	C. Resolución de problemas en situaciones motrices	STEM CPSAA	3,5	Expresión oral y escrita.	SA 4. Escalada y orientación	(autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación) (40%) Hoja de registro y rúbricas del profesor para actitudes relacionadas con la actividad física/deportes (20%)
5.1 5.2	F. Interacción eficiente y sostenible en el entorno	CC CE		Creatividad		
1.6	A. Vida activa y saludable.	CPSAA CD CCL STEM	1	Expresión oral y escrita Comprensión lectora Espíritu crítico y científico	SA 5. Nutrición, suplementación y dopaje en el deporte	
2.1 2.2 2.3	B. Organización y gestión de la actividad física	CPSAA	2, 3	Expresión oral y escrita.	SA 6. Tag-rugby	
3.1 3.2 3.3	D. Emociones y relaciones sociales.	CE		Educación emocional y valores.		
3.1 3.2 3.3	C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CCL CC	Igualdad de género			
2.1 2.2 2.3	B. Organización y gestión de la actividad física	CPSAA	2,3	Creatividad	SA 7. Material autoconstruido	
3.1 3.2 3.3	C. Resolución de problemas en situaciones motrices	CE		Expresión oral y escrita		
3.1 3.2 3.3	D. Emociones y relaciones sociales	CCL CC		Educación emocional y valores.		
2.1 2.2 2.3	D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA	2,3	Igualdad de género	SA 8 Béisbol	
3.1 3.2 3.3	A. Vida activa y saludable.	CE		Expresión oral y escrita.		
3.1 3.2 3.3	B. Organización y gestión de la actividad física	CCL CC		Educación emocional y valores.		
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 1.6	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable.	CPSAA CD CCL STEM	1	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud	SA 9 Expresión corporal y postura corporal	

2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3 5.1	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	CPSAA CE CCL CC STEM	2, 3, 5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores.	SA 10. Juegos tradicionales	
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	A. Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Espíritu crítico y científico	SA 11. Deportes de raqueta	
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita Creatividad	SA 12. Deporte adaptado	

RELACIÓN ENTRE SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

TEMPORALIZACIÓN (SITUACIONES DE APRENDIZAJE)

1er Trimestre	SA1 Condición física y sistemas de entrenamiento (2ªSemana SEPT-3ªSemana OCT) SA2 Voleibol(4ªSemana OCT-2ª Semana de NOV) SA3 Danzas del mundo (2ªSemana nov-4ªSemana NOV)
2º Trimestre	SA4 Escalada y Orientación (1ªSemana 3ª semana DIC) SA5 Nutrición (2ªSemana ENE-3ª Semana de FEB) SA6 Tag-Rugby (4ªSemana FEB -2ªSemana MAR) SA7 Material Autoconstruido (3ª Semana – 4ª semana MAR)
3er Trimestre	SA8 Béisbol (2ª semana - 4ª Semana ABRIL) SA9 Expresión corporal y postural (5ª Semana ABRIL) SA10 Juegos tradicionales (1ªSemana MAY - 2ª Semana de MAY) SA11 Deportes de raqueta (3ª semana – 4ª semanaMAYO) SA12 Deporte adaptado (1ª semana - 2ªSemana JUN)

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

CONSIDERACIONES GENERALES

Las orientaciones didácticas parten de la necesidad de motivación intrínseca, de la necesidad del movimiento y el juego para ir evolucionando en la vida. Entendemos que el alumno debe ser tenido en cuenta antes de todo proceso educativo en cuanto a su situación evolutiva, porque lo importante es lo que el alumno progresa en referencia a sí mismo y no sobre parámetros o metas ya establecidas. Cada alumno es distinto y la heterogeneidad del grupo como resultado de diferencias individuales debe ser el argumento de las actividades de aprendizaje.

La responsabilidad del alumno es un valor educativo que debe consolidarse, lo cual, permitirá ser protagonista del aprendizaje, continuar con la actividad físico-deportiva consciente, firme y responsable fuera del entorno escolar.

En el área de Educación Física se trata de buscar una actividad constructiva del alumno, en la cual se conduce el mismo a un proceso de reflexión sobre la actividad practicada. Mediante la constatación periódica de la evolución tanto en sus capacidades físicas como en su habilidad motriz, el alumno ve la efectividad del planteamiento.

Siempre que se pueda se buscará la interconexión con otras áreas de la educación para que ésta se presente al alumno como un contenido más del conocimiento humano.

La práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le dan sentido y significado.

La evaluación individualizada y continua muestra la evolución del alumno y permite por un lado, la observación en el grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro, nos da el punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Tenderemos a una autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación.

Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que deben dirigirse las acciones educativas se concretan en:

- Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud.
- Educación para la mejora corporal.
- Educación para la mejora de la forma física.
- Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas.

El deporte en el área de Educación Física debe de tener un carácter abierto, sin que la participación se supedita a las características del sexo, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación. El objetivo es utilizar su alto valor motivador con criterios educativos y acompañados de prácticas que fomenten la colaboración.

METODOLOGÍA

La metodología utilizada en cada actividad dependerá de la naturaleza de la misma.

Los métodos utilizados en clases prácticas de desarrollo de la condición física, juegos, expresión corporal y otras actividades de carácter motriz serán principalmente el mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, libre exploración, Flipped Classroom, aprendizaje cooperativo, grupos reducidos, grupos de nivel y enseñanza recíproca.

En actividades de carácter investigativo se utilizará el Aprendizaje Basado en Proyectos, Flipped Classroom y Aprendizaje cooperativo preferentemente de forma online, con un doble objetivo:

- Facilitar la adquisición de competencias clave relacionadas con la socialización y el emprendimiento.
- Incrementar el uso de las TIC y TAC con el fin de que el alumnado desarrolle la competencia digital y además maximizar la práctica de actividad física en las sesiones presenciales.

La técnica utilizada será:

Método expositivo: Por parte del profesor en el aula, así como los mismos alumnos cuando transmiten sus conocimientos a los demás compañeros como fruto de su investigación, bajo el paraguas de la metodología Flip Classroom y el aprendizaje cooperativo (enseñanza recíproca), así como en los debates con el resto de la clase y el profesor.

Método demostrativo: El profesor lo realizará mediante sus vídeos explicativos y actividades subidas en el Aulavirtual, el alumnado lo utilizará cuando realice las actividades motrices, exponga sus conclusiones al grupo en el ámbito del trabajo Flip y

Aprendizaje Basado en Proyectos, pues siempre se tratará de trabajar de forma cooperativa ya sea presencial o en red.

Método interrogativo: El profesor lanzará preguntas-problema o retos tanto en clase como en el Aulavirtual, con el fin de que el alumno inicie su proceso de investigación. Otras preguntas problema pueden surgir en las situaciones de trabajo en proyectos, debido a su naturaleza práctica y los alumnos deben tomar decisiones unilateralmente o en grupo.

RECURSOS DIDÁCTICOS

No es obligatorio que los alumnos compren libro de texto. Los profesores entregarán los apuntes correspondientes y añadirán actividades teórico-prácticas en el Aula Virtual según la metodología empleada con el fin de la consecución de las diferentes competencias.

Como recursos didácticos para la parte práctica, disponemos de las **instalaciones del centro y del material deportivo** de que dispone el departamento:

GIMNASIO Y PISTAS DEPORTIVAS	MATERIAL
Espaldera. Colchonetas grandes x2. Escalera horizontal. Bancos suecos x12. Colchonetas x30 Barra de equilibrio Saltómetros x2 Campos de futbol x2. Campos de vóley x2. Campos de baloncesto x3. Campo de Fútbol de las Veredillas (en el horario estipulado con el Excmo. Ayto. de Torrejón de Ardoz).	- Balones: futbol sala, vóley, baloncesto y balonmano. - Palas. - Sticks. - Raquetas de bádminton. - Cronómetros. - Freesbees. - Aros. - Cuerdas. - Conos. - Balones medicinales. - Vallas de atletismo antilesión. - Compresor eléctrico. - Pelotas multiuso. - Pulsómetro. - Testigos. - Brújulas. - Mapas prediseñados. - Cronómetros - Petos - Material para desinfección: geles hidroalcoholicos, desinfectantes, balletas y aspersor motorizado - Tablets, ordenadores y demás herramientas para trabajar de modo síncrono-asíncrono mediante TIC-TAC. Las plataformas utilizadas serán preferentemente las pertenecientes a EDUCAMADRID

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

ACCIONES MOTRICES

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las cualidades motrices.
- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las habilidades específicas y aplicación de la táctica: deportes colectivos.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

- Observación sistemática de las actividades que se realicen en la naturaleza.
- Se tendrá en cuenta la participación en las actividades complementarias y extraescolares relacionadas con este medio.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática para comprobar su interés y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN

- Observación de la actitud de los alumnos en clase.
- Observación de la participación e integración de los alumnos en grupo.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Evaluación de la performance o representación final de la tarea expresiva (bailes, mimo, teatro, etc).

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

- Realización de las pruebas o test de Condición Física comprobando los resultados iniciales individuales con los resultados de grupo.
- Observación sistemática en clase del desarrollo de las cualidades físicas.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

* En cada trimestre, los alumnos de la ESO realizarán 1 proyectos y 1 examen teórico, con el fin de profundizar en los contenidos de la asignatura, referidos a los contenidos de cada curso según el RD 65/2022.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, saberes básicos y competencias.

*Contenidos Conceptuales:

Realización de pruebas escritas, trabajos y proyectos grupales.

*Contenidos Procedimentales:

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: **situación real de juego**, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de **coevaluación**: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también.

*Interés y trabajo diario.

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (sí, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los alumnos de ESO siguen los siguientes criterios de calificación. A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **40%** de la nota (20% examen – 20% proyecto). Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.

- La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos de actitud (trabajo y esfuerzo diario en clase, colaboración, juego limpio, mantenimiento y cuidado de material deportivo, normas de seguridad, vestimenta adecuada, etc)** se valora con un **20%** de la nota.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de todas las situaciones de aprendizaje del trimestre sea **un 5 o mayor**.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos por ausencia médica/hospitalización prolongados, los cuales trabajarán a través de tareas y pruebas ONLINE, no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además, prestará su colaboración en clase y realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación, siendo evaluado además de aquellos contenidos motrices que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica, así como de las pruebas escritas, proyectos y trabajos alternativos/complementarios que el profesor estime oportunos para su adecuado progreso.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación, **pudiendo perder así el derecho a evaluación continua**, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio, el cual incluirá contenidos de todo el curso.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Plan de Contingencia (online): En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios

digitales, salvo causa justificada, se considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

*** En caso que un alumno cometiera un acto fraudulento copiando durante un examen, usando dispositivos electrónicos, apuntes u otros métodos, dicha prueba será calificada con un 0.**

Asimismo, en caso de sospecha de posible irregularidad, manipulación o copia en pruebas evaluables, contando con indicios fehacientes que, aunque per ser no sean prueba concluyente, fundamenten con solidez no obstante dicha sospecha, se podrá convocar a un alumno/a en el departamento para realizar una prueba del tipo que el profesor considere oportuno.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si el profesor considera que el alumno ha adquirido los contenidos de la evaluación suspensa, el alumno podría recuperar y podrá realizar algún tipo de prueba extra si el profesor lo considera necesario.

Además, el Departamento dispondrá de un documento dentro del Plan Incluyo en el que se reflejen las diferentes actividades, test, pruebas físicas, etc que el alumno con dificultades durante el curso pueda realizar.

El fin último es intentar que estos alumnos alcancen los objetivos y adquieran las competencias del perfil de salida.

Para facilitararlo, el profesor de EF realizará además recuperaciones al término de cada trimestre a los alumnos que hubieran suspendido.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos impartidos durante el curso. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período.* En caso de aplicación del Plan de Contingencia (clases online) la parte práctica no se podrá realizar. *Cabe destacar que durante el curso 2021/2022 la evaluación extraordinaria fue eliminada de acuerdo a la LOMLOE y la normativa autonómica.*

5. BACHILLERATO

CARACTERÍSTICAS

La Educación física en esta etapa de educación postobligatoria buscará que el alumnado valore los efectos positivos que tiene para su salud la práctica de actividad física de forma continuada, profundizando en el conocimiento de su propio cuerpo y sus posibilidades motrices. Deberá tener unos fundamentos básicos para poder realizar de forma autónoma actividad física con corrección y seguridad.

La Educación física en bachillerato es la culminación de la progresión de los aprendizajes iniciados en la Educación secundaria obligatoria, que deben ir dirigidos al desarrollo de los procesos de planificación de la propia actividad física favoreciendo de esta manera la autogestión y la autonomía. Asimismo, esta materia puede orientar al alumnado en la dirección de futuros estudios superiores, universitarios y profesionales, relacionados con las ciencias de la actividad física, el deporte y la salud.

En esta sociedad, cada día más sedentaria a causa de los avances tecnológicos y donde los problemas de obesidad van en aumento, buscaremos que el alumnado incorpore un modo de vida activo en el tiempo libre que incluya una actividad física por y para la salud para compensar ese sedentarismo, por lo que intentaremos ofrecer a nuestro alumnado un amplio abanico de actividades para que todos y cada uno de ellos puedan encontrar la que más se adapte a su gustos y necesidades.

El proceso formativo de esta materia se orienta en torno a dos ejes fundamentales: en primer lugar, a la mejora de la salud como responsabilidad individual y como construcción social. En esta concepción tienen cabida tanto el desarrollo de componentes saludables de la educación física como la adopción de actitudes críticas a las prácticas que inciden negativamente en la misma. En segundo lugar, tiene que contribuir a afianzar la autonomía plena del alumnado para satisfacer sus propias necesidades motrices, al facilitarle la adquisición de los procedimientos necesarios para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades. En este sentido, el alumnado de bachillerato no sólo participará en la ejecución de las actividades físicas, sino que, a partir de unas pautas establecidas por el profesorado, colaborará en su organización y planificación, reforzando de esta manera las competencias adquiridas en la etapa anterior.

OBJETIVOS DE ETAPA

De conformidad con el artículo 7 del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que les permitan:

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.

- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su comunidad autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- o) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS

El Anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril establece las competencias clave que se deben adquirir y los descriptores operativos correspondientes:

El Bachillerato tiene como finalidad proporcionar al alumnado formación, madurez intelectual y humana, conocimientos, habilidades y actitudes que le permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y aptitud. Debe, asimismo, facilitar la adquisición y el logro de las competencias indispensables para su futuro formativo y profesional, y capacitarlo para el acceso a la educación superior.

Para cumplir estos fines, es preciso que esta etapa contribuya a que el alumnado progrese en el grado de desarrollo de las competencias que, de acuerdo con el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, debe haberse alcanzado al finalizar la Educación Secundaria Obligatoria. Las competencias clave que se recogen en dicho Perfil de salida son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia plurilingüe.
- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- Competencia digital.

- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia emprendedora.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

Estas competencias clave son la adaptación al sistema educativo español de las establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. Esta adaptación responde a la necesidad de vincular dichas competencias a los retos y desafíos del siglo XXI, así como al contexto de la educación formal y, más concretamente, a los principios y fines del sistema educativo establecidos en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

Si bien la Recomendación se refiere al aprendizaje permanente, que debe producirse a lo largo de toda la vida, el Perfil de salida remite al momento preciso del final de la enseñanza básica. Del mismo modo, y dado que las competencias clave se adquieren necesariamente de forma secuencial y progresiva a lo largo de toda la vida, resulta necesario adecuar las mismas a ese otro momento del desarrollo personal, social y formativo del alumnado que supone el final del Bachillerato. Consecuentemente, en el presente anexo, se definen para cada una de las competencias clave un conjunto de descriptores operativos, que dan continuidad, profundizan y amplían los niveles de desempeño previstos al final de la enseñanza básica, con el fin de adaptarlos a las necesidades y fines de esta etapa postobligatoria.

De la misma manera, en el diseño de las enseñanzas mínimas de las materias de Bachillerato, se mantiene y adapta a las especificidades de la etapa la necesaria vinculación entre dichas competencias clave y los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado. Esta vinculación seguirá dando sentido a los aprendizajes y proporcionará el punto de partida para favorecer situaciones de aprendizaje relevantes y significativas, tanto para el alumnado como para el personal docente.

Con carácter general, debe entenderse que la consecución de las competencias y objetivos del Bachillerato está vinculada a la adquisición y desarrollo de dichas competencias clave. Por este motivo, los descriptores operativos de cada una de las competencias clave constituyen el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de las diferentes materias. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave esperadas en Bachillerato y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

Descriptores operativos de las competencias clave para Bachillerato

A continuación, se definen cada una de las competencias clave y se enuncian los descriptores operativos del nivel de adquisición esperado al término del Bachillerato. Para favorecer y explicitar la continuidad, la coherencia y la cohesión entre etapas, se incluyen también los descriptores operativos previstos para la enseñanza básica.

Es importante señalar que la adquisición de cada una de las competencias clave contribuye a la adquisición de todas las demás. No existe jerarquía entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única materia, sino que todas se concretan en los aprendizajes de las distintas materias y, a su vez, se adquieren y desarrollan a partir de los aprendizajes que se producen en el conjunto de las mismas.

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el

conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

Descriptorios operativos

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

Competencia plurilingüe (CP)

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

Descriptorios operativos

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos.

La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

Descriptores operativos

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

Competencia digital (CD)

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

Descriptores operativos

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.

CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

Descriptores operativos

CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA3.1 Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.

CPSAA3.2 Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuatoriana, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

Competencia ciudadana (CC)

La competencia ciudadana contribuye a que alumnos y alumnas puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

Descriptores operativos

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecoddependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

Competencia emprendedora (CE)

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el

conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

Descriptores operativos

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)

La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

Descriptores operativos

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.

CCEC3.1 Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística.

CCEC3.2 Descubre la autoexpresión, a través de la interacción corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.

CCEC4.1 Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo

personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.

CCEC4.2 Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Siguiendo el Decreto 64/2022, las competencias específicas en Educación Física para el alumnado de Bachillerato son las siguientes:

1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

La adquisición de esta competencia específica se materializa cuando el alumnado toma consciencia de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física y es capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus hábitos de vida atendiendo a sus intereses y objetivos personales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Para materializar estos aprendizajes pueden emplearse distintas fórmulas y contextos de aplicación, que deben seguir trabajándose en relación con la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5 y CE3.

2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de

dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación y crecimiento al enfrentarse a desafíos físicos.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor previamente adquirido por el alumnado de esta etapa le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja posibilitará la focalización de su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación para poder evitarlos. Esto facilitará al alumnado avanzar un paso más hacia la planificación, dirección y supervisión de actividades físicas destinadas a otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico.

Como en etapas anteriores, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, *paladós* o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, etc.) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros), procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: CPSAA1.2, CPSAA4, CE2 y CE3.

3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.

Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Por otro lado, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física (participante, espectador, árbitro, entrenador, etc.) que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones

sociales desde diferentes perspectivas. Además, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se realicen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5 y CC3.

4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite la cultura motriz y que hacen interesante su conservación.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse mediante juegos tradicionales, populares y autóctonos, danzas propias del folklore tradicional, juegos o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle, musical o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Estos contenidos podrían enriquecerse incorporando a las representaciones elementos de crítica social, emociones o educación. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos presentes en la actividad deportiva o sobre la cara oculta del deporte, que esconde intereses económicos y políticos ajenos a la sana competición.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: STEM5, CPSAA1.2, CC1 y CCEC1.

5. Implementar un estilo de vida apropiado y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

A estas alturas de su vida, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida apropiado y comprometida con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa.

Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, el alumnado de Bachillerato deberá participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos que ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el patinaje, el *skate*, el *parkour* o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos abordados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores recogidos en el anexo I del Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4 y CE1.

SABERES BÁSICOS

De acuerdo al Decreto 64/2022, los saberes básicos para Bachillerato en el área de Educación Física son los siguientes:

A. Vida activa y saludable.

– Salud física.

Programa personal de actividad física atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.

Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): estrategias, técnicas y herramientas de medida.

Identificación del tipo y formulación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal.

Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados.

Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable.

Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud.

Dietas equilibradas suficientes según las características físicas y personales. Balance energético.

Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física.

Identificación de problemas posturales básicos: movimientos, posturas, y desequilibrios.

Planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos ante dolores musculares.

Técnicas básicas de descarga postural y relajación.

La musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica) para el entrenamiento de la fuerza y el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas.

Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

Uso de herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Salud social.

Prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud.

Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud.

Ventajas e inconvenientes del deporte profesional.

Historias de vida de deportistas profesionales.

– Salud mental.

Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva y emocional.

Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros.

Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en la publicidad y los medios de comunicación.

Detección y análisis de actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o malas experiencias, con la finalidad de abordar las situaciones planteadas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

– Elección de la práctica física.

Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: (tipo de deporte, materiales necesarios, objetivos de la preparación, actividades y similares).

– Preparación de la práctica motriz.

Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva.

Selección responsable y sostenible del material deportivo.

Análisis crítico de diversas estrategias publicitarias de promoción de la actividad física.

– Planificación y autorregulación de proyectos motores.

Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos sus niveles (motivacional, organizativo, social o similar).

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física según las características de la actividad física.

Gestión del riesgo propio y del de los demás: previsión, organización y planificación de actuaciones frente a los factores de riesgo en actividades físicas.

– Actuaciones críticas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer.

Desplazamientos y transporte de accidentados.

Contenido básico del kit de asistencia (botiquín) de primeros auxilios.

Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).

Protocolos de actuaciones básicas ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

– Toma de decisiones.

Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales.

Análisis conjunto de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades de grupo.

Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.

Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y debilidades del rival.

Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos que se llevan a cabo para conseguir los objetivos del equipo.

– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.

Integración del esquema corporal.

Toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto.

Planificación, control y evaluación del entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas y métodos de entrenamiento.

– Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

– Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades.

Deportes y actividades individuales: atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatín o patinaje, entre otros.

Deportes de bate y campo: béisbol, *kickball*, *rounders* o *softbol*, entre otros.

Deportes y actividades de blanco y diana: *boccia*, bolos, chito, golf, minigolf o petanca, entre otros.

Deportes y actividades de combate: lucha, judo, karate, *kickboxing*, artes marciales mixtas o *taekwondo*, entre otros.

Deportes de invasión: baloncesto, *balonkorf*, balonmano, *colpbol*, fútbol, fútbol gaélico, hockey, *netball*, *rugby*, *rugby tag*, *touch rugby*, *ultimate*, unihockey o *vórtel*, entre otros.

Deportes de red y muro: bádminton, *bossaball*, *fistball*, frontenis, *futvoley*, mini tenis, pádel, palas, paladós, *pickleball* o voleibol, entre otros.

– Creatividad motriz.

Creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

– Gestión emocional.

Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.

– Habilidades sociales.

Estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

– Respeto a las reglas.

Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: *fair-play*, educación en el deporte base y similares.

Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.

Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural.

– Usos comunicativos de la corporalidad.

Técnicas específicas de expresión corporal: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.

– Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.

Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

– Actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo. Influencia de las redes sociales (ejemplos como el *absurdmob*, el *flashmob*, el *smartmob*, etc.).

– Deporte y género.

Estereotipos en contextos físicos y deportivos. Presencia en medios de comunicación.

– Influencia del deporte en la cultura actual.

Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

– Deporte, política y economía.

Análisis crítico de su influencia en la sociedad.

Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean el deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

– Normas de uso.

Promoción y fomento de la movilidad activa, segura y saludable en actividades cotidianas.
El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

– Nuevos espacios y prácticas deportivas.

Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.

Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares).

Utilización de espacios naturales y urbanos desde la motricidad: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, *parkour*, rapel, senderismo, etc.

Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.

– Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares).

Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad.

El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia específica 1.

1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.

1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

Competencia específica 2.

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración-oposición, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

Competencia específica 3.

3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, etc., al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando, de forma coordinada, cualquier imprevisto o

situación que pueda surgir a lo largo del proceso.

3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de las habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos, con actitud reflexiva y crítica ante acciones violentas o discriminatorias.

Competencia específica 4.

4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

4.2. Crear y representar composiciones corporales, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.

Competencia específica 5.

5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

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

RELACIÓN ENTRE SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

C. EVA	SABERES BÁSICOS	CC	CE	CON TRANS	SA	INST DE EVAL.
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 3.1 3.2 3.3	A.Vida activa y saludable B.Organización y gestión de la actividad física C.Resolución de problemas en situaciones motrices	STEM CD CPSAA CE	1,3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud	SA 1 Condición física	Examen teórico (20%) Proyecto grupal (20%) Rúbrica de desempeño motriz (autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación) (40%) Hoja de registro y rúbricas del profesor para actitudes relacionadas con la actividad física/deportes (20%)
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3 5.1	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CC CCL STEM	2,3,5	Creatividad Competencia digital	SA 2. Material autoconstruido.	
4.1 4.2	D. Emociones y relaciones sociales. E. Manifestaciones de la cultura motriz C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CPSAA STEM CC CCEC	4	Expresión oral y escrita. Igualdad de género	SA 3. Expresión corporal (flash move)	
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores.	SA 4. Deportes de red.	

1.1 1.2 1.3 3.2 3.3	A.Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física	STEM CD CPSAA CE	1, 3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 5. Primeros auxilios.
1.1 1.2 1.3 1.5 2.1 2.2 2.3 5.1 5.2	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física F.Interacción sostenible y eficiente con el entorno	STEM CPSAA CD CE CC	1, 2, 5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores.	SA 6. Deportes de blanco y diana
1.1 1.2 3.1 3.3	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física	STEM CD CPSAA CE	1, 3	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Comunicación audiovisual Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 7. Nutrición
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Emprendimiento	SA 8 Deporte invasión.

1.1 1.2 1.3 3.1 3.2 3.3 5.1 5.2	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. F.Interacción sostenible y eficiente con el entorno	STEM CD CPSAA CE CC	1,3,5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Creatividad	SA 9 Escalada y Orientación.	
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	A. Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC STEM CD	1,2,3	Educación emocional y valores. Educación para la salud	SA 10. Atletismo	
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales C.Resolución de problemas en situaciones motrices A. Vida activa y saludable.	STEM CD CPSAA CE	1, 3	Expresión oral y escrita. Emprendimiento	SA 11. Creación de torneos.	
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. C.Resolución de problemas en situaciones motrices A. Vida activa y saludable	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 12. Deportes alternativos.	

2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. C.Resolución de problemas en situaciones motrices A. Vida activa y saludable	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 13. Gimnasia y malabares	
--	---	--------------------------------------	------	---	-----------------------------	--

TEMPORALIZACIÓN (SITUACIONES DE APRENDIZAJE)

1er Trimestre	SA1 Condición física 1.(2ª Semana SEPT-1ªSemana Octubre) SA2 Material autoconstruido.(2ª semana octubre y 3ª Semana Octubre) SA3. Expresión corporal (4ªSemana OCT-1ªSemana Noviembre) SA4. Deportes de red. (2ª semana Noviembre- 3ª semana Noviembre) <u>1ª Semana Diciembre: recuperación de pruebas.</u>
2º Trimestre	SA5. Primeros auxilios.(1ª semana Diciembre- 2ª semana Diciembre) SA6. Deportes de blanco y diana. (3ª semana Diciembre- 1ª semana Enero) SA7. Nutrición(2ª semana enero- 3ª Semana Enero) SA8. Deportes de invasión (4ª semana enero- 4ª Semana Enero) Viaje de esquí con bachillerato última semana enero <u>2a semana de marzo: Recuperación de pruebas</u>
3er Trimestre	SA9 Escalada y Orientación (2ª semana y 2ª semana de Marzo) SA10 Atletismo (3ª semana de Marzo- 4ª semana Marzo) SA11 Creación de torneos (1ª semana Abril- 2ª semana Abril) SA12 Deportes alternativos (3ª semana de Abril- 3ª semana Mayo) SA13 Gimnasia y malabares (4ª semana de Mayo- 1ª semana Junio)

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

ACCIONES MOTRICES

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las cualidades motrices.

- Realización de pruebas prácticas y observación sistemática de la capacidad de ejecución individual de las habilidades específicas y aplicación de la táctica: deportes colectivos.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ADAPTACIÓN AL ENTORNO

- Observación sistemática de las actividades que se realicen en la naturaleza.
- Se tendrá en cuenta la participación en las actividades complementarias y extraescolares relacionadas con este medio.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Observación sistemática para comprobar su interés y trabajo.

ACCIONES MOTRICES EN SITUACIONES DE ÍNDOLE ARTÍSTICA O DE EXPRESIÓN

- Observación de la actitud de los alumnos en clase.
- Observación de la participación e integración de los alumnos en grupo.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales.
- Evaluación de la performance o representación final de la tarea expresiva (bailes, mimo, teatro, etc).

SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA.

- Realización de las pruebas o test de Condición Física comprobando los resultados iniciales individuales con los resultados de grupo.
- Observación sistemática en clase del desarrollo de las cualidades físicas.
- Elaboración de trabajos y proyectos grupales, pruebas escritas de conocimientos.
- Observación sistemática de su interés, esfuerzo y trabajo.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, saberes básicos y competencias.

*Contenidos Conceptuales:

Realización de pruebas escritas, trabajos y proyectos grupales.

***Contenidos Procedimentales:**

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración

de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: **situación real de juego**, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de **coevaluación**: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también.

***Interés y trabajo diario.**

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (sí, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien.

* En cada trimestre, los alumnos de la ESO realizarán 1 proyecto y 1 examen teórico, con el fin de profundizar en los contenidos de la asignatura, referidos a los contenidos de cada curso según el RD 65/2022.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Todos los instrumentos de evaluación, son susceptibles de ser utilizados para evaluar cualquiera de los criterios, saberes básicos y competencias.

***Contenidos Conceptuales:**

Realización de pruebas escritas, trabajos y proyectos grupales.

***Contenidos Procedimentales:**

Instrumentos de valoración objetiva: **Rúbricas**, escalas, baremos, pruebas de valoración de la Condición Física: baterías de Condición Física, (aunque hay que explicar que se evalúa el interés, el esfuerzo y su implicación en la mejora de los resultados, más que los resultados obtenidos.)

Pruebas prácticas de las habilidades motrices y deportivas: **situación real de juego**, gimnasia artística y orientación.

Trabajo en grupos: En ritmo: coreografías y acrosport mediante un procedimiento de **coevaluación**: todos evalúan a todos teniendo presente la evaluación del profesor también.

***Interés y trabajo diario.**

Observación cotidiana: sistemas de observación y registro, sistemáticos y continuos con elementos cuantitativos y cualitativos. Ej.: registros de clase, listas de control, etc.

Registros de observación de trabajo mediante plantillas.

Registro anecdótico: descripción de algún hecho observado, presencia o ausencia de una conducta (sí, no, a veces)

Rúbricas: flojo, regular, bien, muy bien.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los alumnos de ESO siguen los siguientes criterios de calificación. A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos prácticos** se valora con un **40%** de la nota. Test y pruebas prácticas individuales y en grupo.

-La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos teóricos** mediante pruebas objetivas, se valora con un **40%** de la nota (20% examen – 20% proyecto). Se realizarán pruebas técnico-tácticas a los alumnos.

- La nota obtenida de la parte relacionada con **contenidos de actitud (trabajo y esfuerzo** diario en clase, colaboración, juego limpio, mantenimiento y cuidado de material deportivo, normas de seguridad, vestimenta adecuada, etc) se valora con un **20%** de la nota.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media de todas las situaciones de aprendizaje del trimestre sea **un 5 o mayor**.

EXCEPCIONES:

❖ EXENTOS EN LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Salvo los casos por ausencia médica/hospitalización prolongados, los cuales trabajarán a través de tareas y pruebas ONLINE, no existen alumnos exentos de la práctica de la Educación Física. Todos ellos deben asistir a clase obligatoriamente.

Hay que diferenciar entre EXENTOS PERMANENTES O EXENCIÓN TOTAL y los EXENTOS TEMPORALES O EXENCIÓN PARCIAL (más de 15 días).

Los primeros, deberán presentar certificado médico oficial en el que debe constar la enfermedad o lesión que padecen.

La evaluación de estos alumnos se realizará sobre la parte teórica y un trabajo a realizar por evaluación. Por tanto, se les eximirá exclusivamente de la parte práctica del área. Además, prestará su colaboración en clase y realización de tareas organizativas.

Los segundos, deberán presentar un justificante médico (de especialista o de cabecera) donde se indique las posibles tareas que el alumno puede o no realizar para que el profesor actúe en consecuencia. Durante las sesiones, en las unidades didácticas que no pueda realizar la parte práctica, realizará un contenido teórico.

La evaluación en los dos casos, se hará según los siguientes criterios de calificación, siendo evaluado además de aquellos contenidos motrices que se puedan adaptar a las posibilidades del alumno exento de la parte práctica, así como de las pruebas escritas, proyectos y trabajos alternativos/complementarios que el profesor estime oportunos para su adecuado progreso.

❖ OTROS CASOS:

1. Alumnos lesionados de corta duración: (de 1 a 3 sesiones). Se presentará justificante médico. Al no realizar práctica, recogerá en su cuaderno las actividades que se realicen en clase.

2. Faltas de asistencia. Tendrán que ser justificadas por sus padres junto con el justificante médico si es por causa médica, y entregada al día siguiente de dicha falta.

3. Faltas de asistencia injustificadas: según marca el RRI, si el alumno tiene más de un 20% de faltas injustificadas en una evaluación, no podrá aprobar dicha evaluación, **pudiendo perder así el derecho a evaluación continua**, teniendo que presentarse al examen final ordinario de Junio, el cual incluirá contenidos de todo el curso.

El profesor avisará con antelación (principio de curso) al alumno de dicho procedimiento, y si el alumno falta, se informará también a su tutor para evitar en lo posible dicha problemática y cortar a tiempo dicho absentismo.

4. Criterios para la consideración de abandono de la asignatura: Se considerará que un alumno ha abandonado la asignatura cuando suceda alguna de las siguientes circunstancias:

- Faltar a clase injustificadamente
- Negativa sistemática a realizar las actividades propuestas por el profesor manteniendo una actitud pasiva.
- No traer de manera reiterada la ropa adecuada.
- No presentarse a pruebas ni entregar trabajos o dejar reiteradamente los exámenes en blanco.

Medidas a tomar en caso de riesgo de abandono de la asignatura:

Se informará al tutor y Jefatura de Estudios de dicha situación, para que se informe a los padres y se les avise de dicha posibilidad.

5. Faltas graves: insultos, mala educación, falta de respeto tanto al profesor como a cualquier otro alumno, maltrato de material o instalaciones, etc. Se irán acumulando en su ficha de observación.

6. Alumnos que no entreguen tareas, no responden al correo de EducaMadrid, ni se conectan al Aula Virtual en caso de pasar al Plan de Contingencia (online): En el caso de confinamiento y no poder tener contacto con los alumnos, más allá de hacerlo por medios digitales, salvo causa justificada, se considerará como abandono de la asignatura no entregar tareas de forma reiterada y después de la advertencia del profesor.

*** En caso que un alumno cometiera un acto fraudulento copiando durante un examen, usando dispositivos electrónicos, apuntes u otros métodos, dicha prueba será calificada con un 0.**

Asimismo, en caso de sospecha de posible irregularidad, manipulación o copia en pruebas evaluables, contando con indicios fehacientes que, aunque per ser no sean prueba concluyente, fundamenten con solidez no obstante dicha sospecha, se podrá convocar a un alumno/a en el departamento para realizar una prueba del tipo que el profesor considere oportuno.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el

profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si el profesor considera que el alumno ha adquirido los contenidos de la evaluación suspensa, el alumno podría recuperar y podrá realizar algún tipo de prueba extra si el profesor lo considera necesario.

ALUMNOS DE 2º DE BACHILLERATO CON LA MATERIA DE 1º PENDIENTE.

Para aprobar la asignatura los alumnos tienen que ponerse en contacto con el profesor que imparte la materia para acordar la estructura de la prueba, consistente en: realizar dos trabajos MANUSCRITOS sobre:

Sobre **Condición Física**: El trabajo constará de:

1. PORTADA
2. ÍNDICE
3. INTRODUCCIÓN
 - Objetivo del plan de entrenamiento
 - Datos sobre el sujeto al que está dirigido el entrenamiento
4. ENTRENADORES/AS
5. PLAN DE ENTRENAMIENTO DE 4 SEMANAS
6. CONCLUSIÓN
7. BIBLIOGRAFÍA

Sobre **un deporte**, que debe incluir, al menos, los siguientes contenidos:

1. Historia
2. Reglamento.
3. Técnica
4. Táctica.
5. Entrenamiento.
6. Competiciones.
7. Presencia en los Juegos Olímpicos.
8. Deportistas destacados.
9. Bibliografía y fuentes utilizadas.

Se entregarán en las fechas establecidas por el profesor.

Si los alumnos no obtienen calificación positiva en dicho trabajo, deberán presentarse a un examen en convocatoria extraordinaria de junio que se convocará por Jefatura de Estudios. Dicho examen estará relacionado con los contenidos de condición física y los deportes trabajados en el curso suspenso. En el Bachillerato diurno incluirá pruebas prácticas (salvo en el Plan de Contingencia).

La obtención de la nota se realizará teniendo en cuenta la nota del examen teórico y la parte práctica (esta segunda parte solo para el Bachillerato diurno y siempre que no se pase al Plan de Contingencia).

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos de las evaluaciones suspensas. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período. En el Plan de Contingencia la parte práctica se no se podrá realizar.*

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE JUNIO.

Aquellos alumnos que no hayan aprobado el curso en la convocatoria ordinaria, pueden recuperarla mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos correspondientes. Lo mismo ocurrirá para los alumnos que tengan la materia pendiente de cursos anteriores. *En el Plan de Contingencia la parte práctica se no se podrá realizar.*

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA

Los que no han aprobado la materia al final del curso, pueden recuperarla mediante un examen teórico y/o práctico que incluya el contenido impartido durante el curso.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE JUNIO.

El examen para esta convocatoria constará de lo siguiente:

- " Diseño y organización de una carrera de orientación y actividades físico-deportivas para un grupo de personas.
- " Demostrar un nivel mínimo de utilización de recursos técnicos en los deportes: fútbol, baloncesto y voleibol.
- " Participar en una coreografía con base musical.
- " Conocer y poner en práctica un programa de acondicionamiento físico para la mejora de sus propias capacidades físicas. Relacionar el buen estado de dichas capacidades con su salud.

PRUEBAS LIBRES DE BACHILLERATO

Las pruebas libres de bachillerato serán realizadas mediante un examen único de los contenidos mínimos de Educación Física, priorizando los de carácter teórico sobre los

prácticos. Las pruebas tendrán lugar durante las primeras semanas de junio y un alumno aprobará la asignatura cuando la nota de dicha prueba escrita sea igual o superior a 5.

BACHILLERATO SEMIPRESENCIAL PARA PERSONAS ADULTAS

CARACTERÍSTICAS

El Bachillerato para personas adultas se registrará por esta programación y por la Orden 2034/2023 de 9 de junio, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades. Esta asignatura se desarrollará en turno 17:00-22:15 con carácter de enseñanza semipresencial. Semanalmente habrá una hora de tutoría colectiva presencial y otra hora de tutoría colectiva semipresencial a través del aula virtual de EducaMadrid, como apoyo y complemento de las presenciales.

El aula virtual se estructurará por unidades de programación. Servirá para ofrecer al alumnado contenidos, presentaciones, clases por videoconferencia, vídeos, grabaciones, ejercicios prácticos, correcciones de los mismos y/o cualquier otro tipo de materiales necesarios para adquirir las competencias de la etapa. Contará con una guía didáctica que incluya el contenido indicado en la citada Orden y un cuaderno de calificaciones para que el alumnado pueda hacer seguimiento de su proceso de evaluación.

La atención individualizada se realizará de forma telemática a través del correo electrónico EducaMadrid y el servicio de mensajería del aula virtual. En cuanto a los criterios específicos de calificación, el **70%** de la nota responderá al trabajo que se mandará en cada una de las evaluaciones y el **30%** a una o varias pruebas objetivas a través de exámenes y/o preguntas en clase. Además, la asistencia participativa a clase se premiará con un punto más en la nota final de la evaluación.

Además, se realizarán ejercicios de autoevaluación, especialmente para el alumnado con más dificultades de aprendizaje.

SABERES BÁSICOS

De acuerdo al Decreto 64/2022, los saberes básicos para Bachillerato en el área de Educación Física son los siguientes:

A. Vida activa y saludable.

– Salud física.

Programa personal de actividad física atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.

Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): estrategias, técnicas y herramientas de medida.

Identificación del tipo y formulación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal.

Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados.

Generar experiencias positivas de la práctica de la actividad física que logren consolidar un estilo de vida saludable.

Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud.

Dietas equilibradas suficientes según las características físicas y personales. Balance energético.

Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos en función del tipo y las características de la actividad física.

Identificación de problemas posturales básicos: movimientos, posturas, y desequilibrios.

Planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. Métodos y medidas para la corrección, fortalecimiento y estiramientos ante dolores musculares.

Técnicas básicas de descarga postural y relajación.

La musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para el entrenamiento de la fuerza y el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas.

Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

Uso de herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

– Salud social.

Prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud.

Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.

Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud.

Ventajas e inconvenientes del deporte profesional.

Historias de vida de deportistas profesionales.

– Salud mental.

Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva y emocional.

Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros.

Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en la publicidad y los medios de comunicación.

Detección y análisis de actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o malas experiencias, con la finalidad de abordar las situaciones planteadas.

B. Organización y gestión de la actividad física.

– Elección de la práctica física.

Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva: (tipo de deporte, materiales necesarios, objetivos de la preparación, actividades y similares).

– Preparación de la práctica motriz.

Concreción de medidas y pautas de higiene en función de los contextos de práctica de actividad física y deportiva.

Selección responsable y sostenible del material deportivo.

Análisis crítico de diversas estrategias publicitarias de promoción de la actividad física.

– Planificación y autorregulación de proyectos motores.

Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos sus niveles (motivacional, organizativo, social o similar).

– Prevención de accidentes en las prácticas motrices.

Ejercicios preparatorios, preventivos y compensatorios de la musculatura según la actividad física según las características de la actividad física.

Gestión del riesgo propio y del de los demás: previsión, organización y planificación de actuaciones frente a los factores de riesgo en actividades físicas.

– Actuaciones críticas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas.

Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer.

Desplazamientos y transporte de accidentados.

Contenido básico del kit de asistencia (botiquín) de primeros auxilios.

Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA).

Protocolos de actuaciones básicas ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

– Toma de decisiones.

Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales.

Análisis conjunto de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades de grupo.

Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.

Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y debilidades del rival.

Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos que se llevan a cabo para conseguir los objetivos del equipo.

– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.

Integración del esquema corporal.

Toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto.

Planificación, control y evaluación del entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas y métodos de entrenamiento.

– Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

– Organización, desarrollo y participación en eventos físico-deportivos relacionados con dichas actividades.

Deportes y actividades individuales: atletismo, ciclismo urbano, gimnasia, malabares, monopatín o patinaje, entre otros.

Deportes de bate y campo: béisbol, *kickball*, *rounders* o *softbol*, entre otros.

Deportes y actividades de blanco y diana: *boccia*, bolos, chito, golf, minigolf o petanca, entre otros.

Deportes y actividades de combate: lucha, judo, karate, *kickboxing*, artes marciales mixtas o *taekwondo*, entre otros.

Deportes de invasión: baloncesto, *balonkorf*, balonmano, *colpbol*, fútbol, fútbol gaélico, hockey, *netball*, *rugby*, *rugby tag*, *touch rugby*, *ultimate*, unihockey o *vórtel*, entre otros.

Deportes de red y muro: *bádminton*, *bossaball*, *fistball*, frontenis, *futvoley*, mini tenis, pádel, palas, paladós, *pickleball* o voleibol, entre otros.

- Creatividad motriz.

Creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional.

Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.

- Habilidades sociales.

Estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

- Respeto a las reglas.

Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: *fair-play*, educación en el deporte base y similares.

Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.

Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural.

- Usos comunicativos de la corporalidad.

Técnicas específicas de expresión corporal: danzas y bailes tradicionales y urbanos, bailes de salón, técnicas de dramatización, etc.

- Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico-expresiva.

Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

- Actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo. Influencia de las redes sociales (ejemplos como el *absurdmob*, el *flashmob*, el *smartmob*, etc.).

- Deporte y género.

Estereotipos en contextos físicos y deportivos. Presencia en medios de comunicación.

– Influencia del deporte en la cultura actual.

Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

– Deporte, política y economía.

Análisis crítico de su influencia en la sociedad.

Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean el deporte.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

– Normas de uso.

Promoción y fomento de la movilidad activa, segura y saludable en actividades cotidianas.
El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

– Nuevos espacios y prácticas deportivas.

Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. Aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad relacionados con el entorno, los materiales, las condiciones atmosféricas, etc.

Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad, conservación y mantenimiento o similares).

Utilización de espacios naturales y urbanos desde la motricidad: acampada, ciclismo urbano, escalada, orientación, *parkour*, rapel, senderismo, etc.

Diseño, organización y desarrollo de actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano.

– Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares).

Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad.

El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia específica 1.

1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.

1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

Competencia específica 2.

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración-oposición, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.

Competencia específica 3.

3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, etc., al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando, de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda surgir a lo largo del proceso.

3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de las habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos, con actitud reflexiva y crítica ante acciones violentas o discriminatorias.

Competencia específica 4.

4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.

4.2. Crear y representar composiciones corporales, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.

Competencia específica 5.

5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

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

RELACIÓN ENTRE SABERES BÁSICOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SITUACIONES DE APRENDIZAJE E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

TEMPORALIZACIÓN BACHILLERATO NOCTURNO (SITUACIONES DE APRENDIZAJE)

C. EVA	SABERES BÁSICOS	CC	CE	CON TRANS	SA	INST DE EVAL.
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 3.1 3.2 3.3	A.Vida activa y saludable B.Organización y gestión de la actividad física C.Resolución de problemas en situaciones motrices	STEM CD CPSAA CE	1,3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud	SA 1 Condición física	Examen teórico (20%) Proyecto grupal (20%) Rúbrica de desempeño motriz (autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación) (40%) Hoja de registro y rúbricas del profesor para actitudes relacionadas con la actividad física/deportes (20%)
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3 5.1	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CC CCL STEM	2,3,5	Creatividad Competencia digital	SA 2. Material autoconstruido.	
4.1 4.2	D. Emociones y relaciones sociales. E. Manifestaciones de la cultura motriz C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	CPSAA STEM CC CCEC	4	Expresión oral y escrita. Igualdad de género	SA 3. Expresión corporal (flash move)	
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores.	SA 4. Deportes de red.	

1.1 1.2 1.3 3.2 3.3	A.Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física	STEM CD CPSAA CE	1, 3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 5. Primeros auxilios.
1.1 1.2 1.3 1.5 2.1 2.2 2.3 5.1 5.2	D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física F.Interacción sostenible y eficiente con el entorno	STEM CPSAA CD CE CC	1, 2, 5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores.	SA 6. Deportes de blanco y diana
1.1 1.2 3.1 3.3	A. Vida activa y saludable. B. Organización y gestión de la actividad física	STEM CD CPSAA CE	1, 3	Comprensión lectora. Expresión oral y escrita. Comunicación audiovisual Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 7. Nutrición
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. C. Resolución de problemas en situaciones motrices D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Emprendimiento	SA 8 Deporte invasión.

1.1 1.2 1.3 3.1 3.2 3.3 5.1 5.2	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. A. Vida activa y saludable. F.Interacción sostenible y eficiente con el entorno	STEM CD CPSAA CE CC	1,3,5	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Creatividad	SA 9 Escalada y Orientación.	
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	A. Vida activa y saludable. B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales.	CPSAA CE CCL CC STEM CD	1,2,3	Educación emocional y valores. Educación para la salud	SA 10. Atletismo	
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales C.Resolución de problemas en situaciones motrices A. Vida activa y saludable.	STEM CD CPSAA CE	1, 3	Expresión oral y escrita. Emprendimiento	SA 11. Creación de torneos.	
2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. D. Emociones y relaciones sociales. C.Resolución de problemas en situaciones motrices A. Vida activa y saludable	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Expresión oral y escrita. Educación emocional y valores. Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 12. Deportes alternativos.	

2.1 2.2 2.3 3.1 3.2 3.3	B.Organización y gestión de la actividad física. C.Resolución de problemas en situaciones motrices A. Vida activa y saludable	CPSAA CE CCL CC	2, 3	Educación para la salud (incluida la salud sexual).	SA 13. Gimnasia y malabares	
--	---	--------------------------------------	------	---	-----------------------------	--

TEMPORALIZACIÓN

1er Trimestre	SA1 Condición física 1.(2ª Semana SEPT-1ªSemana Octubre) SA2 Material autoconstruido.(2ª semana octubre y 3ª Semana Octubre) SA3. Expresión corporal (4ªSemana OCT-1ªSemana Noviembre) SA4. Deportes de red. (2ª semana Noviembre- 3ª semana Noviembre) <u>1ª Semana Diciembre: recuperación de pruebas.</u>
2º Trimestre	SA5. Primeros auxilios.(1ª semana Diciembre- 2ª semana Diciembre) SA6. Deportes de blanco y diana. (3ª semana Diciembre- 1ª semana Enero) SA7. Nutrición(2ª semana enero- 3ª Semana Enero) SA8. Deportes de invasión (4ª semana enero- 4ª Semana Enero) Viaje de esquí con bachillerato última semana enero <u>2a semana de marzo: Recuperación de pruebas</u>
3er Trimestre	SA9 Escalada y Orientación (2ª semana y 2ª semana de Marzo) SA10 Atletismo (3ª semana de Marzo- 4ª semana Marzo) SA11 Creación de torneos (1ª semana Abril- 2ª semana Abril) SA12 Deportes alternativos (3ª semana de Abril- 3ª semana Mayo) SA13 Gimnasia y malabares (4ª semana de Mayo- 1ª semana Junio)

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS GENERALES:

- Construir aprendizajes significativos y funcionales a partir de lo que sabe el alumnado.
- Priorizar la asimilación de los conocimientos sobre su cantidad.
- Potenciar un clima de aula que favorezca el aprendizaje y la relación interpersonal y afectiva.

EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, se tratará de buscar una concepción constructiva del aprendizaje y la enseñanza del alumno, se buscará un proceso de reflexión sobre la actividad practicada, planteándole interrogantes continuos como: ¿por qué hacemos esto?, ¿para qué nos sirve?, ¿qué caminos utilizamos para llegar a...?. Encontrando respuesta a

estos interrogantes el alumno va construyendo su propia vía, de forma que el profesor actúa como orientador del proceso y no como director total y absoluto del mismo. Utilizaremos aquellos métodos que potencien en el alumno y alumna el sentido del análisis de la información recibida y le obliguen a adecuarla a su propia individualidad.

Mediante la constatación periódica de la evolución tanto de sus capacidades físicas como de su habilidad motriz, el alumno ve la efectividad del planteamiento que va siguiendo y analiza y reflexiona sobre la idoneidad del mismo, planteándose, con la ayuda y el dialogo del profesor, alternativas, de forma que se llegue a establecer especialmente en estos alumnos de BACHILLERATO, un compromiso de aprendizaje AUTÓNOMO Y CONSCIENTE.

El proceso de enseñanza debe ir dirigido a su aplicación en la vida cotidiana, fuera del entorno del centro. La adquisición de hábitos de práctica de actividad física mejora de la calidad de vida de las personas, abriendo un mayor abanico de posibilidades en la utilización del tiempo libre y en la defensa contra enfermedades degenerativas propias de la evolución de la edad, así como una mayor fuerza de voluntad para apartarse de actitudes insanas y perjudiciales para la salud y el bienestar.

El proceso de enseñanza deberá conducir a la autonomía del alumno para que planifique y desarrolle su propia actividad física, tanto en el trabajo de las capacidades físicas como en la organización de forma recreativa de su ocio, invitándole al asociacionismo deportivo, sea o no de forma reglada.

En todo momento, en el desarrollo del currículo, la práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le den sentido y una base sólida y significativa, así como una orientación hacia una actitud positiva y abierta a la actividad física.

En cuanto a estrategias de enseñanza, se dará preferencia a aquellos métodos en los que la reflexión y el análisis por parte de los alumnos sea mayor, dejando los métodos de instrucción directa para tareas muy específicas y puntuales. En cualquier caso, dependerá siempre del objetivo de la sesión y del material e instalaciones a utilizar.

Asimismo se buscará potenciar un clima en el aula que favorezca el aprendizaje y la relación interpersonal y afectiva:

- Reconociendo explícitamente los aspectos positivos del alumno tanto en su proceso de aprendizaje como en la relación personal.
- Fomentando el trabajo en grupo mediante agrupamientos cambiantes y flexibles.
- Reforzando las actitudes básicas del diálogo: expresar ideas y escuchar activamente las expresadas por los demás.
- Favorecer el conocimiento por el alumno de cuál es su estado en el proceso de evaluación.

CRITERIOS METODOLÓGICOS

-Al comenzar el curso, se propondrán al alumno los objetivos generales que se pretende alcanzar.

- Se iniciarán cada una de las unidades didácticas de que conste la programación diciendo al alumno qué objetivos se han de conseguir.

- Se explicará al alumno las actividades que se van a realizar para que pueda conocer el material que va a utilizar y los riesgos, si existen, de las actividades.

- Se enfrentará al alumno con la actividad dándole una gran autonomía siguiendo los principios de metodología activa.

- Se ayudará mediante explicaciones técnicas y demostraciones prácticas, si hubiere lugar a resolver los problemas que él mismo hubiera detectado o se le planteen en la tarea encomendada.

- Se asignarán tareas individuales o grupales dirigidas a recuperar las deficiencias observadas.

Por último, está claro que en función de los grupos y de las tareas a realizar, se usará el mando directo o indirecto, la asignación de tareas o la resolución de problemas. Sin embargo, siguiendo los esquemas del aprendizaje significativo, se utilizarán más los estilos basados en la BÚSQUEDA, sin menospreciar la instrucción directa, fijándonos más en el PROCESO que en el resultado del proceso.

Por tanto, esta metodología, en general está diseñada de tal forma que el alumno:

- Reflexione más, sobre el por qué y el para qué de las actividades que realiza.
- Tenga un mayor autoconocimiento del proceso y el resultado. Para ello, como ya hemos dicho anteriormente, nos basaremos en el conocimiento de partida y del progreso desarrollado por el alumno, haciendo que valore sus propios progresos y los del grupo, adoptándolos como propios y como forma de trabajo.
- Sea más colaborador y la cooperación sea una constante en todos los aspectos de su vida.
- Que sea capaz de comprender que el ejercicio físico tiene un principal objetivo: el que consiga hábitos de higiene y salud a la vez que se debe realizar dicho ejercicio con criterios de seguridad.

Para que el alumno pueda llegar a tener estas peculiaridades la programación deberá tener las siguientes características:

Flexible – activa – participativa – integradora – inductiva – lúdica.

En el contexto de la sociedad actual el proceso formativo que debe guiar la educación física se orienta en torno a dos ejes claros de actuación:

- **La mejora de la salud**, entendida no solo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y como construcción social.
- **La orientación instrumental**, del perfeccionamiento de habilidades específicas: Deportivas (convencionales, en el medio natural y recreativas), de ritmo y expresión, y del medio natural, para el disfrute del tiempo libre.

En atención al carácter propedéutico del bachillerato, esta materia tratara de presentar distintas posibilidades orientadoras en la dirección de futuros estudios, ya sea en carreras universitarias o en ciclos formativos.

TEXTO Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Para Bachillerato no hay libro de texto.

Los profesores correspondientes entregarán los apuntes.

Como recursos didácticos para la parte práctica, disponemos de las **instalaciones del centro y de todo el material deportivo** de que dispone el departamento:

GIMNASIO	PISTAS DEPORTIVAS	MATERIAL
----------	-------------------	----------

Espaldera. Colchonetas grandes x2. Escalera horizontal. Bancos suecos x12. Colchonetas x30 Barra de equilibrio Saltómetros x2	Campos de futbol x2. Campos de vóley x2. Campos de baloncesto x3. Campo de Fútbol de las Veredillas (en el horario estipulado con el Excmo. Ayto. de Torrejón de Ardoz).	- Balones: futbol sala, vóley, baloncesto y balonmano. - Palas. - Sticks. - Raquetas de bádminton. - Cronómetros. - Freesbees. - Aros. - Cuerdas. - Conos. - Balones medicinales. - Vallas de atletismo antilesión. - Compresor eléctrico. - Pelotas multiuso. - Pulsómetro. - Testigos. - Brújulas. - Mapas prediseñados. - Cronómetros - Petos - Material para desinfección: geles hidroalcoholicos, desinfectantes, balletas y aspersor motorizado
---	---	--

Recursos informáticos: (TIC)

Páginas de Internet para la búsqueda de información para cualquier actividad donde sea necesario utilizarlas (trabajos, presentaciones, etc.)

-www.marca.es

-www.Elmundo.salud.es

-www.efdeporte.es

-www.deporteyciencia.com

-www-ondasalud.com

-www.deportes.gou.com

-www.consume.es/deporte-salud

El Departamento cuenta con el Aula Virtual y los correos institucionales de EducaMadrid donde se colgarán los apuntes que sean necesarios.

EVALUACIÓN: PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

PAUTAS DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

*Intentar el máximo grado de cumplimiento de los objetivos y contenidos a impartir durante el curso, siempre que se cuente con el tiempo necesario.

*Basar la metodología más conveniente en función de los grupos a impartir: en 1º Bachillerato: búsqueda de soluciones” y “descubrimiento guiado”.

*Utilizar los procedimientos e instrumentos de evaluación más idóneos y adecuados. Tales como Test de Condición Física como punto de referencia para ver la progresión del alumno, o bien, usar los instrumentos de evaluación en todos los niveles: conceptual, procedimental.

*Adecuación e idoneidad de los planes de recuperación para los alumnos con el área pendiente, teniendo en cuenta que nuestra asignatura es eminentemente práctica.

*Manifestar a los alumnos la importancia del clima de convivencia en el aula, clima de cooperación y respeto

PROCEDIMIENTOS –INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Se pretende:

- Valorar el progreso individual de cada alumno/a, tomando como referencia su situación individual y el trabajo diario que desarrolla.
- Determinar el nivel de conocimientos, capacidades y destrezas alcanzadas, en relación a los objetivos fijados.
- Proporcionar datos en cada momento, del grado de eficacia de proceso enseñanza-aprendizaje.

La evaluación requiere un **seguimiento** de cada uno de los alumnos reflejando sus puntos fuertes, débiles y de las propuestas a realizar. Haremos un estudio sistemático del proceso de enseñanza-aprendizaje, para ello, utilizaremos los procedimientos de valoración objetiva y subjetiva, observando el progreso cotidiano del alumno en lo que se refiere a su trabajo y actitud para valorar así, el grado de adquisición de los objetivos generales.

A continuación especificaremos los **procedimientos, instrumentos** y técnicas que vamos a aplicar para la evaluación de nuestros alumnos de bachillerato:

- Las técnicas y procedimientos básicamente son cuatro: observación (de la conducta, valores que utiliza, actitudes que desarrolla, nivel de integración,...), interrogación (utilizando cuestionarios, entrevistas, dinámicas,... para conocer el entorno familiar, sus opiniones, valores, intereses, motivación,...), análisis de las realizaciones de los alumnos (cuadernos, ejercicios, trabajos individuales, en equipo,...), y las pruebas específicas (prácticas y teóricas).
- Los instrumentos de evaluación: test, baterías, escalas de desarrollo, listas de control, registros anecdóticos, muestreos, cuestionarios, entrevistas, etc.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Los alumnos de Bachillerato siguen los siguientes criterios de calificación. (Aunque en determinados momentos (según actitud y conocimientos del grupo) se pueda utilizar una mayor flexibilidad con estos apartados en cuanto a porcentajes se refiere.). A la hora de valorar al alumno se tendrá en cuenta:

Para el Bachillerato nocturno:

El 100% de la nota vendrá de la parte teórica de la asignatura. El 80% de la nota responderá al trabajo que se mandará en cada una de las evaluaciones y el 20% a una o varias pruebas objetivas a través de exámenes y/o preguntas en clase. Además, la asistencia participativa a clase se premiará con un punto más en la nota final de la evaluación.

Un alumno tendrá aprobada la evaluación, cuando la nota media del conjunto de situaciones de aprendizaje de cada trimestre sea igual o superior a 5.

❖ FALTAS DE ASISTENCIA:

1. Ausencia a algún examen durante la evaluación continua:

- No se debe faltar a ningún examen. No asistir es equivalente a entregarlo en blanco y por lo tanto se calificará con cero puntos.
- Si algún alumno/a debe faltar por causa grave a algún examen, debe ponerse en contacto con el profesor/a, tutor o Jefatura de Estudios en cuanto se conozca el hecho que da lugar a la ausencia.
- En el primer día que ese alumno/a se incorpore al Centro debe aportar un justificante que acredite la ausencia de forma rigurosa.
- Ese mismo día o cualquier día posterior el alumno/a se examinará con una prueba de dificultad similar a la de sus compañeros, sin previo aviso, cuando el profesor haya podido elaborar la nueva prueba, se den las circunstancias adecuadas de tiempo y las garantías necesarias para su realización.
- Si no es posible realizar el examen en las condiciones adecuadas antes de la Junta de Evaluación, figurará un suspenso provisional. Cuando se pueda realizar el examen con las garantías requeridas, se calculará la nota definitiva de ese trimestre, que será la que se utilice para calcular la media final de curso, al tratarse de evaluación continua.
- En caso del examen de evaluación final del curso o recuperación final del curso, cabe la posibilidad que sean imposibles las condiciones para su repetición antes de la Junta de Evaluación final, en cumplimiento del horario laboral y lectivo de los profesores afectados.

2. Faltas de asistencia. Debido a la semipresencialidad, Educación Física tendrá 2h de clase semanales, una presencial y otra no presencial. Es aconsejable que el alumno no falte a clase con el fin de entender las tareas que el profesor envía a través del aula virtual de educamadrid. En este escenario de semipresencialidad, el profesor tutorizará al grupo en esa hora asignada a trabajar de forma remota y estará disponible para el alumnado para solucionar dudas a través del Aulavirtual/Educamadrid.

*** En caso que un alumno cometiera un acto fraudulento copiando durante un examen, usando dispositivos electrónicos, apuntes u otros métodos, dicha prueba será calificada con un 0.**

Asimismo, en caso de sospecha de posible irregularidad, manipulación o copia en pruebas evaluables, contando con indicios fehacientes que, aunque per ser no sean prueba concluyente, fundamenten con solidez no obstante dicha sospecha, se podrá convocar a un alumno/a en el departamento para realizar una prueba del tipo que el profesor considere oportuno.

SISTEMAS DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

En nuestra asignatura la evaluación es continua y debe ser así para detectar los problemas cuando se produzcan y poder dar respuesta inmediata.

Los procesos de aprendizaje son individuales. Por todo esto, las actividades de refuerzo y apoyo para los alumnos con evaluaciones pendientes las realizamos día a día ya que el profesor lleva un estudio individualizado de cada alumno y realiza un seguimiento del mismo, trabajando y reforzando, en casos particulares, el contenido que más dificultad conlleva para el alumno ante las pruebas a recuperar.

Debido a la no transversalidad de los contenidos en Educación Física, ya que los contenidos impartidos en una evaluación pueden ser completamente diferentes a los de la siguiente, si

el profesor considera que el alumno ha superado los contenidos impartidos, el alumno podría recuperar la evaluación suspensa. El profesor podrá realizar pruebas específicas para comprobar el grado de adquisición de los contenidos. En el caso que los contenidos no fueran equivalentes el alumno debería esperar a las recuperaciones de junio para ser evaluado de dichos contenidos.

ALUMNOS DE 2º DE BACHILLERATO CON LA MATERIA DE 1º PENDIENTE. (DIURNO Y NOCTURNO)

Para aprobar la asignatura los alumnos tienen que ponerse en contacto con el profesor que imparte la materia para acordar la estructura de la prueba, consistente en: realizar dos trabajos MANUSCRITOS sobre:

Sobre **Condición Física**: El trabajo constará de:

1. PORTADA
2. ÍNDICE
3. INTRODUCCIÓN
 - Objetivo del plan de entrenamiento
 - Datos sobre el sujeto al que está dirigido el entrenamiento
4. ENTRENADORES/AS
5. PLAN DE ENTRENAMIENTO DE 4 SEMANAS
6. CONCLUSIÓN
7. BIBLIOGRAFÍA

Sobre **un deporte**, que debe incluir, al menos, los siguientes contenidos:

1. Historia
2. Reglamento.
3. Técnica
4. Táctica.
5. Entrenamiento.
6. Competiciones.
7. Presencia en los Juegos Olímpicos.
8. Deportistas destacados.
9. Bibliografía y fuentes utilizadas.

Se entregarán en las fechas establecidas por el profesor.

Si los alumnos no obtienen calificación positiva en dicho trabajo, deberán presentarse a un examen en convocatoria extraordinaria de junio que se convocará por Jefatura de Estudios. Dicho examen estará relacionado con los contenidos de condición física y los deportes trabajados en el curso suspenso.

La obtención de la nota se realizará teniendo en cuenta la nota del examen teórico y la parte práctica (esta segunda parte solo para el Bachillerato diurno y siempre que no se pase al Escenario 3).

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA DE JUNIO

Aquellos alumnos que no hayan aprobado la materia al final del curso podrán recuperar mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos de las evaluaciones

suspensas. *Los alumnos que perdieran el derecho a evaluación continua podrán realizar un examen final de la asignatura en este período. Si se aplicara el Plan de Contingencia, esta parte práctica no se podrá realizar.*

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE JUNIO.

Aquellos alumnos que no hayan aprobado el curso en la convocatoria ordinaria, pueden recuperarla mediante un examen teórico-práctico que incluirá los contenidos correspondientes. Lo mismo ocurrirá para los alumnos que tengan la materia pendiente de cursos anteriores. *En el Plan de Contingencia la parte práctica se no se podrá realizar.*

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA ORDINARIA

Los que no han aprobado la materia al final del curso, pueden recuperarla mediante un examen teórico y/o práctico que incluya el contenido impartido durante el curso.

RECUPERACIÓN DE LA MATERIA EN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE JUNIO.

El examen para esta convocatoria constará de lo siguiente:

- ✓ Diseño y organización de una carrera de orientación y actividades físico-deportivas para un grupo de personas.
- ✓ Demostrar un nivel mínimo de utilización de recursos técnicos en los deportes: fútbol, baloncesto y voleibol.
- ✓ Participar en una coreografía con base musical.
- ✓ Conocer y poner en práctica un programa de acondicionamiento físico para la mejora de sus propias capacidades físicas. Relacionar el buen estado de dichas capacidades con su salud.

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La atención a la diversidad es reconocida como uno de los pilares fundamentales del sistema educativo, por ello el planteamiento del currículo estará concebido de forma abierta y flexible, con el fin de que se pueda ir desarrollando todo un continuo de adaptaciones, de acuerdo con las características diversas de los contextos de alumnos y alumnas a los que ha de llegar. En el área de Educación Física y dado su carácter práctico, muchas veces, las diferencias entre los alumnos son muy grandes: diferente grado de maduración física, caracteres hereditarios, diferencias entre sexos, diferencias previas en el ámbito motor. Todo esto, hace que sea prácticamente imposible dar a todos los alumnos un mismo tratamiento.

Mediante la evaluación inicial, se refleja un diversificado marco de capacidades y características que serán tenidas en cuenta por el Profesor como punto de partida para una metodología individualizada, facilitando el desarrollo mediante adaptaciones concretas de la programación a cada grupo determinado de alumnos, según sus propias necesidades de evolución, así como el de la utilización de los distintos recursos de ayuda al alumno.

El profesorado deberá establecer los niveles individuales de ejecución de los diferentes alumnos/as, atendiendo a sus características propias, intentando ajustar, no sólo las capacidades físicas, sino también, las cualidades de ejecución motriz.

La evaluación individualizada y continua muestra la evolución del alumno/a y permite, por un lado, la observación del grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro, nos da un punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La enseñanza individualizada y las adaptaciones curriculares están presentes en la programación, ya que se pretende y se pide a cada alumno que trabaje según su nivel y capacidad.

Un caso específico de nuestra área son aquellos alumnos/as con limitaciones físicas de carácter transitorio o permanente. En estos casos, el departamento pondrá a su disposición material y recursos suficientes, para que mediante la adaptación curricular correspondiente, estos alumnos/as puedan progresar adecuadamente su nivel de formación.

La realidad educativa ofrece una heterogeneidad cada vez mayor del alumnado, y estas diferencias serán el punto de partida para las actividades de aprendizaje. Habrá que identificar las características de cada alumno y del grupo como punto de partida para ayudarlos a progresar. Se realizarán las adaptaciones necesarias para facilitar que cada alumno llegue a los objetivos propuestos. La atención a la diversidad tiene una doble función: por un lado, favorece una educación más individualizada y, por otro, la aceptación por parte de todo el alumnado de que todo el mundo no es igual y que hace falta aceptar y respetar esas diferencias.

El profesor debe tener presente que la calidad del movimiento debe ser exigido al alumno según su capacidad y nunca en términos de rendimiento deportivo.

El profesor de Educación Física debe tratar más que nadie de impartir la docencia de acuerdo con la diversidad de capacidades del alumnado, y esto es realmente lo que se está realizando.

El área de Educación Física dispone de muchos recursos para atender a la diversidad de alumnos, en la medida de lo posible:

- Organización de alumnos por nivel.
- Organización de alumnos por grupos.
- Desdoblar grupos.
- Atender a alumnos por separado en determinados momentos.

6. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La atención a la diversidad es reconocida como uno de los pilares fundamentales del sistema educativo, por ello el planteamiento del currículo estará concebido de forma abierta y flexible, con el fin de que se pueda ir desarrollando todo un continuo de adaptaciones, de acuerdo con las características diversas de los contextos de alumnos y alumnas a los que ha de llegar.

En el área de Educación Física y, dado su carácter práctico, muchas veces, las diferencias entre los alumnos son muy grandes:

- Diferente grado de maduración física.
- Caracteres hereditarios.
- Diferencias entre sexos.
- Diferencias previas en el ámbito motor.

Todo esto, hace que sea prácticamente imposible dar a todos los alumnos un mismo tratamiento.

Mediante la evaluación inicial, se refleja un diversificado marco de capacidades y características que serán tenidas en cuenta por el Profesor como punto de partida para una metodología individualizada, facilitando el desarrollo mediante adaptaciones concretas de la programación a cada grupo determinado de alumnos, según sus propias necesidades de evolución, así como el de la utilización de los distintos recursos de ayuda al alumno.

El profesorado deberá establecer los niveles individuales de ejecución de los diferentes alumnos/as, atendiendo a sus características propias, intentando ajustar, no sólo las capacidades físicas, sino también, las cualidades de ejecución motriz.

La evaluación individualizada y continua muestra la evolución del alumno/a y permite, por un lado, la observación del grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro, nos da un punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La enseñanza individualizada y las adaptaciones curriculares están presentes en la programación, ya que se pretende y se pide a cada alumno que trabaje según su nivel y capacidad.

Un caso específico de nuestra área son aquellos alumnos/as con limitaciones físicas de carácter transitorio o permanente. En estos casos, el Departamento pondrá a su disposición material y recursos suficientes, para que, mediante la adaptación curricular correspondiente, estos alumnos/as puedan progresar adecuadamente su nivel de formación.

La realidad educativa ofrece una heterogeneidad cada vez mayor del alumnado, y estas diferencias serán el punto de partida para las actividades de aprendizaje. Habrá que identificar las características de cada alumno y del grupo como punto de partida para ayudarlos a progresar. Se realizarán las adaptaciones necesarias para facilitar que cada alumno llegue a los objetivos propuestos. La atención a la diversidad tiene una doble función: por un lado, favorece una educación más individualizada y, por otro, la aceptación por parte de todo el alumnado de que todo el mundo no es igual y que hace falta aceptar y respetar esas diferencias.

El profesor debe tener presente que la calidad del movimiento debe ser exigido al alumno según su capacidad y nunca en términos de rendimiento deportivo.

El ejercicio debe ser un recurso para educar al alumno para una vida activa, normal y sana. En otras palabras, que sepa como mantener en perfecto funcionamiento todo su cuerpo de acuerdo con el estadio en que se encuentre su evolución como ser humano, que desarrolla una vida laboral y una vida de ocio en perfecta armonía entre su mente y su cuerpo.

El profesor de Educación Física debe tratar más que nadie de impartir la docencia de acuerdo con la diversidad de capacidades del alumnado, y esto es realmente lo que se está realizando.

El área de Educación Física dispone de muchos recursos para atender a la diversidad de alumnos, en la medida de lo posible:

- Organización de alumnos por nivel.
- Organización de alumnos por grupos.
- Desdoblar grupos.
- Atender a alumnos por separado en determinados momentos.

Hay que señalar que el Departamento tiene desarrollado un Plan de Atención a la Diversidad (PLAN INCLUYO, ver ANEXO) con material que puede ser utilizado para señalar aquellos aspectos relacionados con este tema. Hemos incluido como prioritario en nuestra programación para su concreción en el aula lo siguiente:

ADAPTACIONES CURRICULARES SIGNIFICATIVAS PARA LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

Los criterios para las adaptaciones curriculares serán los siguientes:

En las juntas de evaluación inicial, con la información recogida en las aulas, se determinará en cada caso concreto si el alumno necesita o no adaptación curricular, y si esa adaptación ha de ser significativa o no.

Las adaptaciones no significativas se realizan a todos los niveles. Se procurará atender a su diversidad de forma más individualizada en la medida de lo posible.

Se solicitará la colaboración y asesoramiento del departamento de Orientación, si algún alumno de esta área necesitara una adaptación curricular significativa, es decir que afecte a la metodología, evaluación o actividades del área.

7. ANEXOS

ANEXO I. Marco legislativo

- **LOE**, Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo, de Educación.
- **LOMCE**, Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa.
- **LOMLOE**, Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación
- **Ley 2/2010**, de 15 de junio, de Autoridad del Profesor.
- **Real Decreto 243/2022**, de 5 de abril, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato, BOE de 6 de abril de 2022.
- **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, BOE de 30 de marzo de 2022.
- **Decreto 64/2022**, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo del Bachillerato. BOCM de 26 de julio de 2022.
- **Decreto 65/2022**, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. BOCM de 26 de julio de 2022.
- **Decreto 29/2022**, de 18 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se regulan determinados aspectos sobre la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional, así como en las enseñanzas de personas adultas que conduzcan a la obtención de los títulos de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y de Bachiller. BOCM de 20 de mayo de 2022.
- **Orden 1513/2015**, de 22 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se desarrolla la autonomía de los centros educativos en la organización de los planes de estudio del Bachillerato en la Comunidad de Madrid. BOCM de 25 de mayo de 2015.
- **Orden 1493/2015**, de 22 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regula la evaluación y la promoción de los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo, que cursen segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria y Enseñanza Básica Obligatoria, así como la flexibilización de la

duración de las enseñanzas de los alumnos con altas capacidades intelectuales en la Comunidad de Madrid. BOCM de 15 de junio de 2015.

- **Orden 972/2017**, de 7 de abril, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regulan los institutos bilingües español-inglés de la Comunidad de Madrid. BOCM de 27 de abril de 2017.
- **Instrucciones** sobre la aplicación de medidas para la evaluación de los alumnos con **dislexia, otras dificultades específicas de aprendizaje o trastorno por déficit de atención e hiperactividad** en las enseñanzas de Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato reguladas en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación de 12 de diciembre de 2014.
- **Orden 2435/2017**, de 3 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regulan las pruebas para la obtención del título de Bachiller destinadas a personas mayores de veinte años en la Comunidad de Madrid. BOCM de 17 de julio de 2017.
- **Orden 190/2023**, de 30 de enero, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se desarrolla la organización y el currículo del programa de diversificación curricular de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad de Madrid
- **Orden 2649/2017**, de 17 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regulan las pruebas libres para la obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria destinadas a personas mayores de dieciocho años en la Comunidad de Madrid. BOCM de 28 de julio de 2017.
- **Orden 2784/2017**, de 26 de julio, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regula para la Comunidad de Madrid la evaluación en las enseñanzas para la obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria por personas adultas en sus regímenes presencial, semipresencial y a distancia, y los documentos de aplicación. BOCM de 4 de agosto de 2017.
- **Orden 2876/2018**, de 27 de julio, de la Consejería de Educación e Investigación, por la que se establece el currículo de inglés avanzado de Educación Secundaria Obligatoria en institutos y centros privados concertados bilingües español-inglés de la Comunidad de Madrid, y de Bachillerato, en institutos bilingües español-inglés de la Comunidad de Madrid. BOCM de 24 de agosto de 2018.
- **Orden 2453/2018**, de 25 de julio, de la Consejería de Educación e Investigación, que regula la formación permanente, la dedicación y la innovación del personal docente no universitario de la Comunidad de Madrid. BOCM de 3 de agosto de 2018.

- **Decreto 32/2019**, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid. BOCM de 15 de abril de 2019.
- **Orden 457/2023**, de 17 de febrero, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se concreta el procedimiento para el ejercicio de la autonomía de los centros docentes que impartan la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato en la Comunidad de Madrid.
- **Instrucciones** y recomendaciones sobre **protección de datos** personales para los centros docentes públicos de la Comunidad de Madrid de 8 de septiembre de 2020.
- **Circular** de la D. G. de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial sobre la **oferta de materias optativas** para el curso 2023-2024, en los centros docentes que impartan Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y Bachillerato de 13 de febrero de 2023.
- **Decreto 23/2023**, de 22 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la atención educativa a las diferencias individuales del alumnado en la Comunidad de Madrid. BOCM el 24 de marzo de 2023.
- **Real Decreto 205/2023**, de 28 de marzo, por el que se establecen medidas relativas a la transición entre planes de estudios, como consecuencia de la aplicación de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. BOE de 29 de marzo de 2023.
- **Circular** de la D. G. de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial sobre **determinados aspectos de ordenación y organización** de las enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato para el curso académico 2023-2024 de 13 de abril de 2023.
- **Real Decreto 286/2023**, de 18 de abril, por el que se regula la asignación de materias en Educación Secundaria Obligatoria y en Bachillerato a las especialidades de distintos cuerpos de funcionarios docentes, y se modifican diversas normas relativas al profesorado de enseñanzas no universitarias. BOE de 19 de abril de 2023.
- **Orden 1712/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en la Educación Secundaria Obligatoria. BOCM de 31 de mayo de 2023.
- **Orden 1736/2023**, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se establecen los catálogos de materias optativas que

los centros podrán incorporar a su oferta educativa en la Educación Secundaria Obligatoria y en el Bachillerato en la Comunidad de Madrid, BOCM de 31 de mayo de 2023.

- **ORDEN 1476/2025**, de 4 de mayo, del Consejero de Educación, Ciencia y Universidades, por la que se establece el calendario escolar para el curso 2025/2026 en los Centros Educativos no Universitarios Sostenidos con Fondos Públicos de la Comunidad de Madrid.
- **Instrucciones** de la Viceconsejería de Política y Organización Educativa, sobre **comienzo del curso escolar 2025-2026** en centros docentes públicos no universitarios de la Comunidad de Madrid.
- **Instrucciones** de la D. G. de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial por las que se establece el modelo de **consejo orientador** en la educación secundaria obligatoria y se fijan determinados aspectos para su adecuada cumplimentación de 5 de junio de 2023.
- **Instrucciones** de la D. G. de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial para la aplicación del R. D. 205/2023, de 28 de marzo, por el que se establecen medidas relativas a la **transición entre planes de estudios**, como consecuencia de la aplicación de la Ley orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación de 13 de junio 2023.
- **Orden 2034/2023**, de 9 de junio, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regula la ordenación y organización de la oferta específica del Bachillerato para las personas adultas en la Comunidad de Madrid. BOCM del 19 de junio de 2023.
- **Orden 2067/2023**, de 11 de junio, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en el Bachillerato. BOCM de 21 de junio de 2023.
- **INSTRUCCIONES** de la dirección general de educación secundaria, formación profesional y régimen especial sobre las enseñanzas del bachillerato para **personas adultas** en los centros docentes públicos de la comunidad de madrid en el curso académico 2025/2026
- **Instrucciones** de la D. G. de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial por las que se concretan determinados aspectos de la **matrícula** en bachillerato y las propuestas para la obtención del título de bachiller desde otras enseñanzas de 22 de junio de 2023.

- **Instrucciones** de la Dirección General de Bilingüismo y Calidad de la Enseñanza sobre la **organización de las Enseñanzas en colegios públicos e institutos bilingües** español-inglés de la Comunidad de Madrid para el curso escolar 2025-2026
- **Instrucciones** de la D.G. de Educación Secundaria, Formación Profesional y Régimen Especial para la admisión al Curso de Preparación de las **Pruebas de Acceso** a Ciclos Formativos de Grado Superior impartido en centros públicos de Educación Secundaria de la Comunidad de Madrid. Curso 2023/2024 de 20 de septiembre de 2023.
- **Acuerdo** de 13 de septiembre de 2023, del Consejo de Gobierno, por el que se procede a la **corrección de errores** del Decreto 64/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo del bachillerato. BOCM de 15 de septiembre de 2023.

ANEXO II. Actividades complementarias y extraescolares (itinerarios didácticos)

***Actividades ofrecidas por el Ayuntamiento de Torrejón en Joaquín Blume:**

Combinado de Actividades Recreativas: Orientación, Escalada, Tiro al arco, y Slack-line.
2º ESO. Educación Física Días 10 y 11 de diciembre - DURACIÓN: Media mañana

***Semana de Esquí con estancia en hotel (Pirineo Catalán, Estación La Masella):**

Todos los grupos de **1ºBACHILLERATO y todos los cursos de 1º ESO**

*Última semana de enero DURACIÓN: lunes a viernes.

***Carrera de la Constitución Torrejón de Ardoz (primeros de diciembre)**

Todos los alumnos del centro se podrán inscribir libremente - DURACIÓN: Media mañana

***Patinaje sobre hielo y otras actividades en Mágicas Navidades de Torrejón de Ardoz (diciembre)**

Todos los cursos de **1ºESO**, en días alternos dependiendo de la capacidad de las instalaciones, pudiendo dividir la asistencia 2 o 3 grupos por día. DURACIÓN: Media mañana

***Kayak por el río en Aranjuez (aprox. el día 10 de mayo)**

Todos los grupos de **3ºESO** el mismo día

DURACIÓN: Todo el día (llegada al centro 17:00 aprox)

*** Charlas-taller sobre salud general y prevención, con preferencia sobre nutrición en la etapas juveniles, así como actuaciones ante emergencias con uso de Resucitación Cardiopulmonar. DURACIÓN: 2h aprox**

Alumnos de la **ESO**

ANEXO III. Plan INCLUYO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

El Plan Incluyo representa un compromiso institucional hacia una educación inclusiva que busca garantizar una educación inclusiva y equitativa para cada estudiante, reconociendo y valorando sus diferencias individuales como parte esencial del proceso educativo. Su impacto va más allá de las aulas, involucrando a toda la comunidad educativa en la construcción de un futuro educativo más equitativo, diverso y de calidad. El reconocimiento a las diferencias individuales del alumnado caracteriza a una sociedad plural y constituye un valor positivo en términos educativos.

Las capacidades, habilidades, fortalezas, ritmos, intereses de aprendizaje, cultura, edad y competencia curricular, así como otras circunstancias sociales o personales de los alumnos, constituyen una realidad educativa única que debe ser analizada y atendida desde el respeto y la comprensión a las diferencias.

Con el objeto de proporcionar una educación adecuada a todo el alumnado, la atención a las diferencias individuales deberá constituir el marco de referencia en todos los procesos de enseñanza y aprendizaje, pues todo el alumnado es susceptible de manifestar, en algún momento de su escolaridad, diferentes necesidades educativas.

El I.E.S. Las Veredillas atiende a la diversidad de su alumnado en un plan específico de atención a las diferencias individuales que incorporará a su proyecto educativo y que se denominará Plan Incluyo.

- a) Favorecer la detección e identificación de barreras para el aprendizaje y la participación del alumnado, de cara a facilitar entornos de aprendizaje adecuados.
- b) Fijar las medidas de atención a las diferencias individuales, ordinarias y específicas que, en función de la condición personal del alumno, nuestro centro, los recursos y las enseñanzas que impartimos, se puedan aplicar.
- c) Determinar criterios de organización y gestión que permitan la puesta en práctica de procesos de enseñanza y aprendizaje ajustados a la realidad de nuestro centro.
- d) Facilitar la participación y un óptimo desarrollo de todos y cada uno de los alumnos escolarizados en nuestro centro educativo.

De conformidad con el Decreto 23/2023, de 22 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se regula “la atención educativa a las diferencias individuales del alumnado en la Comunidad de Madrid”, proyecta ofrecer una respuesta equitativa y ajustada a las

diferencias individuales del alumnado y, para ello requiere contemplar distintos escenarios de aprendizaje, tales como adaptaciones del currículo, aplicación de metodologías didácticas abiertas y participativas que incorporen el diseño y la utilización de materiales diversos, organización de espacios que permitan diferentes agrupamientos de alumnos, modalidades de escolarización más ajustadas a las necesidades individuales y a la condición del alumno y flexibilización de tiempos escolares o de duración de las enseñanzas. Este proyecto de decreto pretende asegurar un sistema educativo inclusivo en todos los niveles educativos, así como la enseñanza a lo largo de la vida y garantizar un puesto escolar a los alumnos con discapacidad, prestando atención a la diversidad de necesidades educativas del alumnado con discapacidad mediante la regulación de apoyos y ajustes razonables. Se podrán realizar adaptaciones que se aparten significativamente de los criterios de evaluación y los contenidos del currículo cuando se precise de ellas para facilitar a estos alumnos la accesibilidad al currículo. Dichas adaptaciones se realizarán buscando el máximo desarrollo posible de las competencias. Para el alumnado con dificultades específicas de aprendizaje, el equipo docente identificará a aquellos alumnos cuyo progreso no es adecuado y analizarán sus causas. El Departamento de Orientación valorará las dificultades específicas de aprendizaje y orientará la intervención educativa conforme a la información recabada. De esta forma, el equipo docente establecerá medidas de refuerzo educativo que se adoptarán en cualquier momento del curso escolar, tan pronto como se detecten las necesidades.

Los criterios para la atención a las diferencias individuales serán los siguientes:

1. En las Juntas de evaluación inicial a finales del mes de septiembre, se recogerá la información correspondiente al alumnado ACNEAE, se determinará en cada caso concreto si esa adaptación ha de ser significativa o no.

Alumnado ACNEAE (alumnado con necesidad específica de apoyo educativo):

-DEA (dificultades específicas de aprendizaje: TDA-H / dislexia /disortografía/ disgrafía/discalculia)

-ACNEES (alumnado con necesidades educativas especiales: discapacidad intelectual/ visual/ auditiva/ motora/conductual/ tea/ tel)

2. **Las adaptaciones no significativas (medidas para acneae)** especificarán la adaptación en materiales, método y evaluación. Habrá registro de la misma con copias correspondientes al Departamento de Orientación para incluir en raíces, y otra copia para el profesor/a responsable del alumno en la asignatura. Todo ello deberá estar elaborado antes de mediados de octubre.

Adaptación de acceso (Ubicar al alumno/a cerca de un compañero/a con buenas habilidades sociales y musicales)

Adaptación en los materiales (Usar esquemas y gráficos. Realizar un glosario de términos nuevos que le aparecen o le vayan a aparecer en las asignaturas. Proporcionar esquemas a los alumnos antes de dar la materia. Proporcionar partituras con el nombre de las notas debajo)

Adaptación en la metodología (Combinar trabajos más estimulantes con otros menos motivadores. Tutoría entre iguales. Buscar alumnado con habilidades musicales que le ayude en el aprendizaje. Utilizar el refuerzo positivo. Dar información verbal y visual simultáneamente. Elegir las melodías o ritmos más sencillos en la práctica instrumental; así como los instrumentos más adecuados. Fomentar su trabajo en grupo y la relación con el resto de los compañeros Potenciar sus habilidades musicales y /u otras delante de los compañeros para su integración en el grupo)

Adaptación en la evaluación (Utilizar frases cortas y claras en la formulación de las preguntas. Diseñar preguntas breves y cerradas. Leerle las preguntas del examen. Fomentar y valorar en mayor medida la parte práctica si resultara favorable y conveniente. En la parte práctica adaptar las pruebas (ritmos, melodías) así como la elección de instrumentos conforme a sus posibilidades Repetir las pruebas prácticas varias veces, si resultara favorable y conveniente)

3 ADAPTACIÓN CURRICULAR INDIVIDUALIZADA Y SIGNIFICATIVA (ACIS) (anexo III.b) **En las adaptaciones curriculares significativas**, figurarán las adaptaciones necesarias para la adquisición de los objetivos de etapa y las competencias. La terminología “de competencias específicas” se refiere al curso de secundaria presente, actual. En los criterios de evaluación contenidos se especifica el nivel curricular de la adaptación Se trabajará en coordinación con el Departamento de Orientación. El jefe/a de departamento firmará y supervisará la adaptación correspondiente. Habrá registro de la misma con copias correspondientes al Departamento de Orientación para incluir en raíces, y otra copia para el profesor/a responsable del alumno en la asignatura. Todo ello deberá estar elaborado antes de mediados de octubre.

4. Para los alumnos/as de altas capacidades se prepararán una batería de actividades de multinivel y diversas, para ofrecérselas. Previamente se ha convocado al alumnado con altas capacidades para ver sus intereses y en función de ellos los departamentos trabajaremos en un proyecto común interdepartamental relacionado con un tema conductor. Principio de curso en el primer trimestre.

5. El alumnado de incorporación tardía, tendrán una prueba inicial para determinar su

nivel curricular. Esta prueba inicial será nada más incorporarse al instituto.

ANEXO V.a INFORME DE EVALUACIÓN INICIAL DEL ALUMNO CON INTEGRACIÓN TARDÍA EN EL SISTEMA EDUCATIVO ESPAÑOL DEL EQUIPO DOCENTE DEL CURSO QUE LE CORRESPONDERÍA CURSAR POR EDAD

6. Planes de refuerzo, establecimiento de los planes de refuerzo rellorando el anexo II.b que estará en el departamento junto a la información relativa a la forma de recuperar la materia pendiente. Enviando al departamento de orientación el anexo II.c cumplimentado para su distribución a los tutores/as y éstos a su vez a los padres y tutores legales. Mes de octubre.

-ANEXO II.b PLAN DE REFUERZO Para aquellos/as alumnos/as que han promocionado de curso con la materia pendiente de superar

-ANEXO II.c PLAN DE REFUERZO DE [MATERIA/ÁMBITO] DE [1º/2º/3º] DE LA ESO
(Información para el alumno y sus padres o tutores legales)

7. **Anexo II a.** (registro de medidas ordinarias): Lo realiza los **tutores** con toda la información dada por Jefatura de Estudios (listados de grupo-clase, alumnado repetidor, con pendientes, etc)

8. **Anexo II d** (plan personalizado): Lo **realizan los tutores** por cada alumno que ha repetido en su grupo-clase.

9. Registro de alumnado con dificultades específicas y alumnado sensible (repetidores) en la materia por parte del profesorado del departamento de forma temprana para conseguir una mejora de resultados. Principio de curso en el primer trimestre.

Adaptación en los materiales Proporcionar esquemas aclaratorios de los materiales. Ofrecer ayuda extra para las posibles dudas. Sentar al alumno cerca del profesor. Utilizar el refuerzo positivo

Adaptación en la práctica Preguntar en clase con más frecuencia Ofrecer ayuda extra para las posibles dudas Utilizar el refuerzo positivo Fomentar su trabajo en grupo y la relación con el resto de los compañeros Otras posibles acciones: Llamar a la familia. Hablar con el tutor/a .Absentismo. Mandar tareas cooperativas en la clase (repartir, recoger instrumentos etc.) fomento relación afectiva. Marcar con rotulador fluorescente en el cuaderno para tener un mayor control.

Las medidas de atención a la Diversidad acordadas en este Departamento:

- Establecimiento de distintos niveles de profundización en los contenidos.
- Selección de recursos y estrategias metodológicas.
- Adaptación de materiales curriculares.

- Diversificación de estrategias, actividades e instrumentos de evaluación de los aprendizajes.
- Actividades de recuperación.

Por lo tanto proponemos las siguientes medidas para atender a la diversidad de nuestros alumnos y alumnas:

- Evaluación diagnóstica para observar el nivel general y particular del alumnado y detectar posibles problemas iniciales.
- Comunicación con el resto del equipo docente para intercambiar lo detectado en el grupo, tomando nota de las observaciones de los casos que parecen más difíciles. Se tomarán las primeras medidas y se establecerá, junto al Departamento de Orientación, el seguimiento más adecuado.
- Realizar adaptaciones individuales, en función de las decisiones tomadas en la evaluación diagnóstica.

Desde el punto de la Educación Física:

1. **Integración de Alumnos/as inmigrantes:** Colaboración con el Departamento de Orientación para la integración de los alumnos inmigrantes.
2. **Alumnos-as con necesidades educativas especiales:** En general los alumnos con necesidades educativas especiales son alumnos que les gusta utilizar material manipulable y que responden mejor a contenidos prácticos que teóricos, alumnos que presentan mayor interés por actividad física. No obstante, se podrá adaptar la metodología de acuerdo a las capacidades del alumno, así como adaptar el baremo de las pruebas físicas y motrices.
3. Tutoría entre iguales: Ayuda de unos compañeros a otros en la práctica. **Se van a establecer “profesores ayudantes”** alumnos que tienen más capacidades para ayudar a los alumnos con mayores dificultades.

ASPECTO CONSIDERADO	BREVE EXPLICACIÓN
Establecimiento de distintos niveles de profundización de los contenidos	Cada vez que se explica algún contenido nuevo se procura adaptarlo a los conocimientos previos y a las capacidades de todo el alumnado
Selección de recursos y estrategias metodológicas	Cuando un alumno/a no comprende algún contenido se adapta la estrategia para hacerlo comprensible
Adaptación de materiales curriculares	Se facilitará la accesibilidad a las tareas mediante vías alternativas de presentación de las mismas. En EF, en las prácticas físicas se podrá facilitar la ejecución motriz con materiales que permitan completar la tarea con éxito.
Diversificación de estrategias, actividades e instrumentos de evaluación en los aprendizajes Trabajo cooperativo y colaborativo	Los alumnos más avanzados en EF ayudan a aquellos que tienen más dificultades Trabajos en grupos con diferentes roles y atendiendo aptitudes motrices. Así trabajan todos/as de forma cooperativa para conseguir un mayor éxito

ANEXO IV. Evaluación de la práctica docente

CUESTIONARIO PARA EVALUAR LA PRÁCTICA DOCENTE POR LOS DEPARTAMENTOS

1. EVALUACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN Y CLIMA DEL AULA

INDICADOR DE LOGRO	VALORACIÓN 1:100% 2:50-75% 3:0-25%	OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA
1. Los criterios seguidos por el profesor para la agrupación de alumnos han resultado adecuados		
2. La disposición del alumnado en las aulas ha facilitado una metodología participativa.		
3. Se han utilizado distintas formas de agrupamiento para el trabajo de los alumnos		
4. Los alumnos han participado en las decisiones organizativas y de convivencia del aula.		
5. Se ha explicado a Los alumnos la utilidad de sus aprendizajes.		
6. Las relaciones entre los profesores y alumnos en general han sido buenas.		
7. Se ha hecho un seguimiento con WAFD de la asistencia a clase de los alumnos.		
8. Se han utilizado las observaciones de WAFD para las familias		
9. Se ha utilizado el carnet por puntos de la agenda escolar		

2. EVALUACIÓN DE LA ADECUACIÓN DE OBJETIVOS Y CONTENIDOS.

INDICADOR	VALORACIÓN 1:100% 2:50-75% 3:0-25%	OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA
1. La secuencia por cursos de los contenidos de la E.S.O. ha resultado coherente.		
2. La secuencia y organización de los contenidos en Bachillerato ha resultado adecuada a en la práctica		
3. Se ha cumplido la programación de las distintas áreas y materias. .		
4. La planificación y distribución temporal de las distintas unidades didácticas ha sido adecuada a las característica de los grupos		

3. EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA Y DEL PROCESO DE EVALUACIÓN.

INDICADOR	VALORACIÓN 1:100% 2:50-75% 3:0-25%	OBSERVACIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA
1. Las actividades de aprendizaje corresponden a los objetivos previstos.		
2. Se han desarrollado de acuerdo con los criterios y principios metodológicos planificados en equipo.		
3. Se ha desarrollado una metodología activa y participativa.		
4. Se han realizado actividades encaminadas a la motivación de los alumnos.		
5. Se ha partido de los conocimientos previos de los alumnos y se ha realizado una evaluación inicial.		
6. Las actividades de aprendizaje están referenciadas a los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje de los bloques de las diferentes materias.		
7. Se ha potenciado la participación de alumnos y alumnas evitando tareas diferenciadas por razón de sexo o la utilización de materiales discriminatorios.		
8. Se han utilizado diversas estrategias metodológicas.		
9. Se han planificado y realizado actividades diversificadas de acuerdo con los intereses y capacidades de los alumnos.		

10. Se ha atendido al carácter aplicado de los contenidos y su orientación a la adquisición de las competencias		
11. Se han desarrollado las actividades extraescolares y complementarias previstas.		
12. Los profesores han introducido innovaciones metodológicas y han resultado útiles.		
13. La evaluación se ha planteado como un proceso continuo y formativo en el que se obtienen referencias y datos del progreso de los alumnos.		
14. La evaluación final del alumno ha tenido en cuenta los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje		
15. La evaluación inicial ha servido para adecuar la atención a la diversidad de los alumnos.		
16. Los instrumentos de evaluación han sido variados y adaptados a la metodología.		
17. Los alumnos han sido informados de los contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y criterios de calificación que iban a ser utilizados.		
18. El programa de recuperación para alumnos de Bachillerato con materias pendientes han sido las adecuadas.		
19. El programa de recuperación para alumnos de ESO con materias pendientes han sido las adecuadas.		
20. El procedimiento adoptado para comunicar los resultados de la evaluación de los alumnos a las familias ha resultado adecuado.		
21. Se han atendido y resuelto las reclamaciones verbales y escritas.		

ANEXO V. Plan de Contingencia

Ante cualquier evento que suponga al normal desarrollo de las clases presenciales, algo que afecta especialmente al área de Educación Física debido a su carácter eminentemente práctico, se deberán tener en cuenta 2 aspectos clave:

METODOLOGÍA

El profesorado encargado de cada grupo se encargará de poner a disposición de los alumnos todas las tareas necesarias en la plataforma de Educamadrid y se asegurará que sigue el proceso de enseñanza-aprendizaje de cada alumno, con plena disponibilidad ante dudas o comunicaciones entre profesor y alumno, así como padres/madres/tutores.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los criterios cambiarán debido a la imposibilidad de evaluar al alumno presencialmente de la parte práctica de la asignatura, y el 100% de la nota corresponderá con la entrega de tareas, participación, trabajos o proyectos. La no entrega de cada tarea sería evaluada con

un 0 y haría media con el resto de tareas. El profesor previamente asignará el porcentaje de calificación de cada tarea o actividad sujeta a evaluación y lo publicará en la plataforma.