

ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA

ESO Y 1º BACHILLERATO

INTRODUCCIÓN

La Educación Física, a través del desarrollo de la competencia motriz, establece la integración de los conceptos, procedimientos y actitudes vinculados al cuerpo, al movimiento y su relación con el entorno. El enfoque de esta materia, no sólo debe contribuir al desarrollo motriz, sino también a la adquisición de todas aquellas conductas que mejoren la salud y con ello el bienestar físico, psíquico y emocional del alumnado como personas integrantes de una sociedad de bienestar. De este modo, la Educación Física aporta solución a uno de los principales problemas de salud de la sociedad actual, caracterizada por un alto porcentaje de hábitos sedentarios y desequilibrios alimenticios.

El currículum de la Educación Física dentro la Educación Secundaria, debe contemplar en primer lugar una coordinación directa y equilibrada con el desarrollo curricular de la educación primaria, en segundo lugar establecer la progresión adecuada respecto a la etapa anterior y en tercer lugar tener presente las posibilidades que ofrece al alumnado, por una parte su carácter propedéutico, y por otra la posibilidad de que sea una etapa terminal en la escolarización de algunos alumnos/as. Teniendo estas premisas presentes, la Educación Física se estructura de forma cíclica y acumulativa en cinco bloques que se detallan a continuación con una visión genérica de la misma:

Bloque 1: Condición Física y salud. El trabajo de las cualidades físicas a través de métodos concretos que deben conocer, contribuye a la mejora de la salud, a la vez que incide en la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones, con especial interés a la prevención de las enfermedades cardiovasculares derivadas de hábitos inadecuados. Además, el conocimiento de las diferentes partes de la sesión y el trabajo autónomo que se fomenta en el calentamiento y la vuelta a la calma permite orientar al alumnado hacia la realización individual de actividades en su tiempo de ocio y disfrutar de su cuerpo en movimiento desde un prisma saludable y adecuado.

Bloque 2: Juegos y deportes. Este bloque sigue siendo, también en la educación secundaria, uno de los pilares de la materia. La participación en los diferentes deportes y la resolución de las situaciones deportivas obliga al alumno a una toma de decisiones continua tanto a nivel motriz como cognitivo, a la vez que mejora las actitudes de colaboración, diálogo y trabajo en equipo para la consecución de metas comunes. Este contenido permite así demostrar las propias capacidades, superar dificultades a partir del esfuerzo personal y competir sin actitudes de rivalidad con sus propios compañeros y compañeras. Merece especial consideración el desarrollo curricular específico del deporte autóctono, la pelota valenciana, que además contribuye al conocimiento del patrimonio cultural del entorno donde viven.

Bloque 3: Actividades adaptadas al medio. Los contenidos relacionados con las actividades adaptadas al medio tienen su inicio en la etapa de primaria con una orientación participativa y de respeto al medio en el cual se practican. Así pues, estimulada la participación, es momento de crear en el alumno/a mayores retos como la colaboración en la organización de dichas actividades y el desarrollo de una actitud crítica y respetuosa con el medio natural, fomentando el uso adecuado del entorno y la reducción del impacto medioambiental mediante la aplicación de medidas preventivas y de seguridad ante posibles riesgos.

Bloque 4: Expresión Corporal y comunicación. Las actividades de expresión corporal y comunicación favorecen la desinhibición y la exteriorización de sentimientos y emociones al mismo tiempo que se consolidan como elementos básicos de la comunicación, la relación con los demás y la expresión. Dentro de este bloque y para esta etapa educativa se estimula la creatividad del alumno/a en relación al montaje de danzas y coreografías sencillas, en primer lugar desde una perspectiva de colaboración y en segundo lugar aumentando la complejidad de las tareas hacia una vertiente más participativa y relacionada con la toma de decisiones desde un espíritu más creativo y emprendedor.

Bloque 5: Elementos transversales a la asignatura. Este bloque común a toda la materia debe estar coordinado con el trabajo específico de la misma, sólo así la

referencia del trabajo competencial y la formación integral del alumno es un objetivo asumible por el sistema educativo. La inclusión social, la empatía, la colaboración y el trabajo en equipo para la resolución de tareas entran a formar parte del individuo en sociedad. Esto implica una serie de comportamientos como el respeto y la tolerancia, entre otros, relacionados y desarrollados desde la Educación Física.

Nuestra materia se relaciona con las competencias clave de formas diversas. Con la competencia de aprender a aprender mediante la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación, fomentando la autonomía individual y de grupo. En referencia a las competencias sociales y cívicas, el cumplimiento de las normas y reglamentos, contribuye a la aceptación de los códigos de conducta y el respeto por una convivencia cívica. Además también contribuye a que los alumnos/as respeten las diferencias y limitaciones de los diferentes participantes, siguiendo unas normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades. En relación a la competencia de sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor, la Educación Física, otorga el protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva en los diferentes tipos de actividades físicas, así como en la planificación de prácticas que mejoren su nivel de condición física.

Respecto a la competencia de conciencia y expresiones culturales, la Educación Física contribuye a la apreciación y comprensión de los hechos culturales, como los juegos y deportes tradicionales, las actividades artísticas y expresivas o la danza, como parte del patrimonio cultural popular, incidiendo también en la adquisición de una actitud abierta hacia la integración y la diversidad cultural. La competencia matemática y las competencias básicas en ciencia y tecnología se desarrollan a través de actividades en las que los alumnos y las alumnas identifican, valoran y planifican la mejora de su nivel de condición física, aplicando diferentes cálculos para el control de la intensidad como la frecuencia cardíaca, el cálculo de intensidades del ejercicio físico adecuadas a los parámetros de salud, el cálculo del consumo energético y la aportación alimenticia necesaria para determinadas actividades físicas. La competencia digital se desarrolla a través de diferentes propuestas donde el alumnado debe utilizar y aplicar de forma adecuada las nuevas tecnológicas para investigar, desarrollar y exponer diferentes temas acerca de los contenidos de la materia.

Finalmente la competencia en comunicación lingüística se mejora tanto en el glosario de la materia con conceptos específicos de la misma, como en las lecturas que se deriven de la materia y a la exposición de trabajos documentados. Todo ello ayudará a mejorar tanto la comprensión lectora, como la expresión oral y escrita dentro de la materia.

En relación a los criterios de evaluación y a los contenidos, se establece una relación entre ambos y una progresión conjunta para que el contenido sea el medio que proporciona el aprendizaje que se desea conseguir. Solo así, la evaluación adquiere un sentido coherente mediante la asimilación de los contenidos a través del diseño de tareas por parte del docente para la consecución de las competencias. Se consigue, de esta manera, una concordancia inequívoca de los elementos del currículo, contenidos, criterios de evaluación y competencias clave. Todo lo expuesto apoyado en un planteamiento metodológico y didáctico actualizado y coherente (aprendizaje cooperativo, aprendizaje situado, aprendizaje por proyectos, etc).

La Educación Física en el Bachillerato continúa la progresión de los aprendizajes de las etapas anteriores y proporciona al alumnado los recursos y competencias necesarias para favorecer la autogestión y la autonomía. De este modo, la Educación Física actúa en dos direcciones, por un lado plantea diversidad de propuestas enfocadas al desarrollo de las capacidades motrices, ampliando y afianzando los conocimientos teóricos y prácticos de las capacidades físicas y coordinativas, así como el control de los riesgos asociados a este tipo de actividades; y por otro lado, otras de carácter transversal, como organizar y programar, desarrollando la mejora de las estrategias apropiadas para la solución de las diferentes situaciones motrices y el análisis crítico de los productos que oferta el mercado en relación con la materia. Todas estas propuestas, se centran en la salud como eje de actuación primordial, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y colectiva.

Atendiendo al carácter propedéutico del Bachillerato y adaptándose a la evolución que ha experimentado esta materia a nivel profesional y académico, la Educación Física ofrece distintas alternativas para que el alumnado valore los diferentes estudios universitarios, de formación profesional y enseñanzas deportivas así como las profesiones relacionadas con la actividad física y el deporte.

La continuidad también es evidente en la transversalidad, ya que incide en una progresión de los contenidos que complementan la educación física para la

consecución de la competencias clave.

Contenidos y criterios de evaluación del área de Educación Física

Curso 1º ESO

Bloque 1: Condición Física y Salud. Curso 1º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Pruebas de valoración de las capacidades físicas: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, velocidad de reacción y flexibilidad como medio para determinar el equilibrio entre los valores obtenidos y la mejora de la condición física y la contribución de esta a la salud y al bienestar personal. Control de la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca: la toma de pulsaciones. Cálculo de la zona de actividad saludable (ZAS). Utilización de las nuevas tecnologías aplicadas al desarrollo y control del esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física.</p> <p>Sistemas metabólicos de obtención de energía: anaeróbico y aeróbico. Características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables como: intensidad del esfuerzo, progresión en la práctica, orientada al proceso, satisfactoria, acorde con la edad y características personales.</p> <p>El aparato locomotor: movimientos articulares y acciones musculares. Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en actividades cotidianas. Relación entre hidratación y práctica de actividad física.</p> <p>Capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad. Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla con un trabajo adecuado.</p> <p>Juegos y actividades de mejora de la resistencia aeróbica, de fuerza general y flexibilidad buscando la cooperación del alumnado en su práctica.</p> <p>El calentamiento: concepto y fases. La vuelta a la calma como una parte fundamental de la sesión, valorando su importancia como medio de prevención de lesiones.</p> <p>Clasificación y puesta en práctica de ejercicios de calentamiento general y de vuelta a la calma, relacionándolos con la parte principal de la sesión.</p>	<p>BL.1.1. Establecer la relación de las capacidades físicas con los sistemas metabólicos de obtención de energía, y el control de la intensidad de la actividad física, mediante pruebas de valoración utilizando estos conocimientos para mejorar su salud y su condición física.</p>	<p>CMCT CD</p>
	<p>BL.1.2. Aumentar de forma saludable utilizando pautas personalizadas el nivel de las capacidades físicas, a partir de un diagnóstico inicial, utilizando métodos de práctica acordes con sus posibilidades anatómicas, fisiológicas y motrices mostrando una actitud de autoexigencia.</p>	<p>CMCT SIEE</p>
	<p>BL.1.3. Clasificar adecuadamente las actividades de calentamiento y vuelta a la calma, relacionándolas con la parte principal de la sesión y ponerlas en práctica graduando progresivamente su intensidad.</p>	<p>CMCT SIEE</p>
	<p>BL.1.4. Identificar las actitudes y estilos de vida saludables relacionados con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte y reconocerlas en su vida personal y en el contexto social actual.</p>	<p>CMCT SIEE</p>

<p>Normas del calentamiento: completo, progresivo, respirar con normalidad, moderado, suficiente y ordenado.</p> <p>Vuelta a la calma: progresiva, de más a menos intensidad y específica según el ejercicio realizado utilizando estiramientos, juegos sensitivos y actividades de relajación.</p> <p>Relación de los estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio y la actividad físico deportiva y artístico expresiva.</p> <p>Práctica habitual de actividad físico deportiva y artístico expresiva en su vida personal y en el contexto social actual.</p> <p>Efectos negativos que tienen sobre la salud el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.</p> <p>Prácticas que tienen efectos negativos para la salud como los ejercicios contraindicados, el sedentarismo, trastornos de la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, dieta desequilibrada), la obsesión por el resultado y el abuso de ejercicio (sobrentrenamiento).</p>		
---	--	--

Bloque 2: Juegos y deportes. Curso 1º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Adquisición de habilidades básicas gimnásticas globales: desplazamientos, saltos, equilibrios, giros, trepas, etc.</p> <p>Explicación y realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos de un deporte individual, como por ej. actividades acuáticas, actividades atléticas, etc.</p> <p>Utilización de figuras, en función de sus posibilidades motrices desarrollando actitudes no competitivas de cooperación y participación.</p> <p>El movimiento coordinado: equilibrio y agilidad, como base para la experimentación de golpes, lanzamientos y recepciones de móviles con una y dos manos.</p> <p>Práctica de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los juegos como el colpbol y deportes de colaboración-oposición como p.ej. el baloncesto y fútbol-sala y de oposición como p.ej. las actividades de lucha, etc.</p>	<p>BL.2.1. Realizar habilidades individuales básicas implicadas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas, y preservar la seguridad individual y colectiva mientras las realiza.</p> <p>BL.2.2. Resolver situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios aplicando pautas estratégicas de ataque y defensa comunes a los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición del nivel educativo.</p> <p>BL.2.3. Realizar golpes específicos de la pelota valenciana con distintos móviles, aplicándolos a un juego de equipo como el raspall básico y practicar juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo.</p>	<p>SIEE CSC</p> <p>CSC CAA</p> <p>CSC CEC CAA</p>

<p>Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados como p.ej. el goalball para desarrollar comportamientos inclusivos entre el alumnado.</p> <p>Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte como dinámica de grupos y disfrute personal.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.</p> <p>Golpes específicos de la pelota valenciana con distintos móviles, aplicándolos a un juego de equipo como el raspall básico.</p> <p>Historia de la Pelota Valenciana, como parte de un patrimonio cultural que hace falta preservar.</p> <p>Juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo: de percepción, de persecución, de saltar y montar, de habilidad y lanzamiento, etc.</p> <p>Los juegos populares y tradicionales para potenciar la inclusión y respeto a las tradiciones y la multiculturalidad.</p>		
---	--	--

Bloque 3: Actividades adaptadas al medio. Curso 1º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Aspectos a considerar en la organización de actividades físico-deportivas en el propio centro o en entornos cercanos: senderismo, orientación, las rutas en bicicleta, las acampadas, los grandes juegos, actividades de escalada, de multiaventura y las actividades acuáticas.</p> <p>Elementos importantes del paisaje y de la toponimia: flora y fauna del entorno próximo, como lugar para la realización de dichas actividades.</p> <p>Posibilidades de práctica que ofrece el propio centro y el entorno próximo.</p> <p>Técnicas básicas de las actividades realizadas: senderismo, orientación, bicicleta, acampada, escalada, actividades acuáticas.</p> <p>Revisión y respeto de las normas para la conservación y mejora del propio centro y el entorno próximo, en la práctica de actividades físico deportivas, estableciendo normas de seguridad en función del lugar de realización y del</p>	<p>BL.3.1. Colaborar en la organización de alguna actividades físico - deportivas inclusivas en el propio centro o en entornos cercanos como rutas en bicicleta, acampadas, los grandes juegos, actividades de escalada, de multiaventura y las actividades acuáticas, como formas de ocio activo.</p> <p>BL.3.2. Realizar actividades físico-deportivas inclusivas del nivel educativo adaptadas al medio, en el propio centro o en entornos cercanos aplicando las técnicas adecuadas y respetar el lugar de realización.</p>	<p>CMCT SIEE</p> <p>CMCT CAA</p>

<p>tipo de actividad. Confección de mapas básicos y sus posibilidades de utilización en la práctica de orientación. Colaboración en la organización y realización de recorridos con dichos mapas en el propio centro.</p>		
---	--	--

Bloque 4: Expresión corporal y comunicación. Curso 1º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Colaboración en la planificación de sencillos montajes artísticos individuales o colectivos. Participación en sencillos montajes artísticos comunicando emociones, sentimientos e ideas con desinhibición y creatividad. Utilización de técnicas de expresión corporal que combinen espacio, ritmo e intensidad: mimo, drama, baile, danza, etc. Aplicación de la respiración como un elemento del ritmo y del bienestar individual. Empleo de un método de relajación (Jacobson, Yoga, Eutonía, Schultz, masaje) para controlar el propio cuerpo y ser aplicado a distintas situaciones prácticas de la vida. Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información. Planificación de textos orales. Prosodia. Uso intencional de la entonación y las pausas. Normas gramaticales. Propiedades textuales de la situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje. Situaciones de interacción comunicativa (conversaciones, entrevistas, coloquios, debates, etc.). Estrategias lingüísticas y no lingüísticas: inicio, mantenimiento y conclusión; cooperación, normas de cortesía, fórmulas de tratamiento, etc. Respeto en el uso del lenguaje. Glosario términos conceptuales del nivel educativo. Estrategias de comprensión lectora: antes, durante y después de la lectura.</p>	<p>BL.4.1. Colaborar en la planificación de sencillos montajes artísticos individuales o colectivos y participar en los mismos comunicando emociones, sentimientos e ideas con desinhibición y creatividad, por medio de técnicas de expresión corporal que combinen espacio, ritmo e intensidad.</p> <p>BL.4.2. Interpretar textos orales del nivel educativo procedentes de fuentes diversas utilizando las estrategias de comprensión oral para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.3. Expresar oralmente textos previamente planificados, del ámbito personal, académico, social o profesional, con una pronunciación clara, aplicando las normas de la prosodia y la corrección gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.4 Participar en intercambios comunicativos del ámbito personal, académico, social o profesional aplicando las estrategias lingüísticas y no lingüísticas del nivel educativo propias de la interacción oral utilizando un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.5. Reconocer la terminología conceptual de la asignatura y del nivel educativo y utilizarla correctamente en actividades orales y escritas del ámbito personal, académico, social o profesional.</p>	<p>CEC SIEE CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p>

<p>Tipos de texto. Estrategias de expresión escrita: planificación, escritura, revisión y reescritura. Formatos de presentación. Aplicación de las normas ortográficas y gramaticales (signos de puntuación, concordancia entre los elementos de la oración, uso de conectores oracionales, etc.). Propiedades textuales en situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje.</p>	<p>BL.4.6. Leer textos de formatos diversos y presentados en soporte papel y digital, utilizando las estrategias de comprensión lectora del nivel educativo para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.7. Escribir textos del ámbito personal, académico, social o profesional en diversos formatos y soportes, cuidando sus aspectos formales, aplicando las normas de corrección ortográfica y gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p>
--	--	---

Bloque 5: Elementos transversales a la asignatura. Curso 1º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Exposición y práctica de juegos y deportes recreativos que permitan satisfacer las necesidades personales en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas, concienciando de la importancia de estas actividades como marco de relación con los demás y de fomento de la amistad y compañerismo en el ámbito personal, social y cultural. Colaboración en el diseño de actividades deportivas en el centro. Comprensión del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como una actitud contra los demás. Sensibilizando de la importancia de la deportividad por encima de la búsqueda desmesurada de resultados. Elección de algunas actividades físico-deportivas identificando los riesgos que conllevan. Identificación de los protocolos para activar servicios de emergencia y de protección del entorno. Aplicación de las medidas preventivas y de seguridad de las actividades planteadas. Primeros auxilios. Iniciativa e innovación Autoconocimiento. Valoración de fortalezas y debilidades. Autorregulación de emociones, control de la ansiedad e incertidumbre y capacidad de automotivación. Resiliencia, superar obstáculos y fracasos.</p>	<p>BL.5.1. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, y participar en deportes adaptados y otras actividades expresivas del nivel educativo mostrando actitudes de empatía y colaboración.</p> <p>BL.5.2. Identificar las dificultades y riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico expresivas, relacionándolas con sus características y las interacciones motrices, y aplicar medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p> <p>BL.5.3. Tener iniciativa para emprender y proponer acciones siendo consciente de sus fortalezas y debilidades, mostrar curiosidad e interés durante el desarrollo de tareas y proyectos y actuar con flexibilidad buscando soluciones alternativas en el nivel educativo.</p> <p>BL.5.4. Buscar y seleccionar información del nivel educativo de forma contrastada en diversas fuentes, organizar la información obtenida mediante diversos procedimientos de síntesis, citando adecuadamente su procedencia y registrarla y almacenarla de forma cuidadosa.</p>	<p>CSC</p> <p>SIEE</p> <p>SIEE</p> <p>CD CAA CCLI</p>

<p>Perseverancia, flexibilidad. Pensamiento alternativo. Sentido crítico. Herramientas digitales de búsqueda y visualización. Búsqueda en p.ej. banco de sonidos, páginas web especializadas en educación física, diccionarios y enciclopedias on-line, bases de datos especializadas, etc. Almacenamiento de la información digital. Valoración de los aspectos positivos de las TIC para la búsqueda y contraste de información. Estrategias de búsqueda y selección de la información. Procedimientos de síntesis de la información Procedimientos de presentación de contenidos Procedimientos de cita y paráfrasis. Bibliografía y webgrafía Uso de las herramientas más comunes de las TIC para colaborar y comunicarse con el resto del grupo con la finalidad de planificar el trabajo, aportar ideas constructivas propias, comprender las ideas ajenas...; compartir información y recursos; y construir un producto o meta colectivo. Correo electrónico. Módulos cooperativos en entornos personales de aprendizaje como blogs, foros, wikis... Hábitos y conductas en la comunicación y en la protección del propio individuo y de otros de las malas prácticas como el ciberacoso. Análisis del público destinatario y adaptación de la comunicación en función del mismo. Realización, formateado sencillo e impresión de documentos de texto. Diseño de presentaciones multimedia. Identificación del reto que supone competir con los demás, fundamentando sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admitiendo la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos con solidaridad, tolerancia, respeto y amabilidad. Valora y atiende escuchando de forma activa las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, relacionando dinámicas de grupos con la forma de resolución de conflictos. Plantea sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. Responsabilidad y eficacia en la resolución de tareas. Asunción de distintos roles en equipos de trabajo. Pensamiento de perspectiva.</p>	<p>BL.5.5. Crear y editar contenidos digitales del nivel educativo utilizando aplicaciones informáticas, colaborar en entornos virtuales de aprendizaje y aplicar buenas formas de conducta en la comunicación (prevención y denuncia de malas prácticas).</p> <p>BL.5.6. Participar en equipos de trabajo para conseguir metas comunes en las tareas del nivel educativo asumiendo diversos roles con eficacia y responsabilidad, apoyar a sus compañeros/as demostrando empatía y reconociendo sus aportaciones y utilizar el dialogo para resolver conflictos con deportividad.</p> <p>BL.5.7. Planificar tareas o proyectos, individuales o colectivos del nivel educativo, haciendo una previsión de recursos y tiempos ajustada a los objetivos propuestos, adaptarlo a cambios e imprevistos transformando las dificultades en posibilidades, evaluar con ayuda de guías el proceso y el producto final y comunicar de forma personal los resultados obtenidos.</p>	<p>CD CSC</p> <p>CAA SIEE CSC</p> <p>SIEE CAA</p>
---	--	---

<p>Diálogo igualitario. Conocimiento de estructuras y técnicas de aprendizaje cooperativo. Pensamiento medios-fin. Estrategias de planificación, organización y gestión. Selección de la información, técnica y recursos materiales. Estrategias de supervisión y resolución de problemas. Evaluación de procesos y resultados. Valoración del error como oportunidad. Habilidades de comunicación.</p>		
---	--	--

Curso 2ºESO

Bloque 1: Condición física y salud Curso 2º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Pruebas de valoración de las capacidades físicas: resistencia aeróbica, fuerza resistencia, velocidad de reacción y flexibilidad como medio para determinar el equilibrio entre los valores obtenidos y la mejora de la condición física y la contribución de esta a la salud y al bienestar personal. Control de la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca: la toma de pulsaciones. Cálculo de la zona de actividad saludable (ZAS). Utilización de las nuevas tecnologías aplicadas al desarrollo y control del esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física.</p> <p>Sistemas metabólicos de obtención de energía: anaeróbico y aeróbico. Características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables como: intensidad del esfuerzo, progresión en la práctica, orientada al proceso, satisfactoria, acorde con la edad y características personales.</p> <p>El aparato locomotor: movimientos articulares y acciones musculares. Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en actividades cotidianas. Relación entre hidratación y práctica de actividad física.</p> <p>Capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad. Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla con un trabajo adecuado.</p> <p>Juegos y actividades de mejora de la resistencia aeróbica, de fuerza general y</p>	<p>BL.1.1. Establecer la relación de las capacidades físicas con los sistemas metabólicos de obtención de energía y el control de la intensidad de la actividad física, mediante pruebas de valoración utilizando estos conocimientos para mejorar su salud y su condición física.</p> <p>BL.1.2. Describir el nivel de sus capacidades físicas a partir de un diagnóstico inicial, incrementándolas de forma saludable utilizando pautas personalizadas y métodos de práctica acordes con sus posibilidades anatómicas, fisiológicas y motrices, aplicando las nuevas tecnologías para controlar los procesos de adaptación al esfuerzo, mostrando una actitud de autoexigencia.</p> <p>BL.1.3. Participar en la organización de las actividades colectivas del calentamiento y vuelta a la calma, relacionándolas con la parte principal de la sesión y ponerlas en práctica graduando progresivamente su intensidad.</p> <p>BL.1.4. Describir las actitudes y estilos de vida saludables relacionados con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte y evidenciar su presencia en su vida personal y en el contexto social actual.</p>	<p>CMCT</p> <p>CMCT CD SIEE</p> <p>CMCT SIEE</p> <p>SIEE CMCT</p>

<p>flexibilidad, buscando sensibilizar al alumnado de la importancia de su práctica.</p> <p>El calentamiento: organización de actividades colectivas de calentamiento general.</p> <p>Ejercicios de calentamientos adecuados a cada fase y aplicando las normas del mismo.</p> <p>Vuelta a la calma: progresiva, de más a menos intensidad y específica según el ejercicio realizado utilizando estiramientos, juegos sensitivos y actividades de relajación.</p> <p>Relación de los estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad físico deportiva y artístico expresiva y la prevención de enfermedades.</p> <p>Práctica habitual de actividad físico deportiva y artístico expresiva en su vida personal y en el contexto social actual.</p> <p>Prácticas que tienen efectos negativos para la salud como los ejercicios contraindicados, el sedentarismo, trastornos de la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, dieta desequilibrada), la obsesión por el resultado y el abuso de ejercicio (sobrentrenamiento).</p>		
---	--	--

Bloque 2: Juegos y deportes. Curso 2º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Ejecución de distintas combinaciones de habilidades gimnásticas y acrobáticas: desplazamientos saltos, equilibrios, trepas, giros, etc.</p> <p>Aplicación de las habilidades específicas a los juegos y deportes individuales, aspectos técnico - tácticos, como por ej. actividades acuáticas, actividades atléticas, etc.</p> <p>Práctica de figuras no competitivas afianzando el equilibrio en diferentes posturas y situaciones desarrollando actitudes de cooperación y participación.</p> <p>Movimientos coordinados como el lanzamiento y recepción de móviles con diferentes trayectorias, en posición estática y en desplazamiento.</p> <p>Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los juegos como el colpbol y deportes de colaboración-oposición como p.ej.</p>	<p>BL.2.1. Realizar habilidades individuales específicas implicadas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas del nivel educativo y, mostrar mientras las realiza, actitudes de esfuerzo y superación preservando la seguridad individual y colectiva.</p> <p>BL.2.2. Resolver situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios aplicando pautas estratégicas de ataque y defensa comunes a los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición del nivel educativo.</p> <p>BL.2.3. Realizar con corrección diferentes golpes específicos de la pelota valenciana y aplicarlos a el nyago y sus variantes y practicar los juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo.</p>	<p>SIEE</p> <p>CSC CAA</p> <p>CSC CEC</p>

<p>balonmano y voleibol y de oposición como p.ej. bádminton, etc Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados como por ej. voleibol sentado para desarrollar comportamientos inclusivos entre el alumnado. Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte como dinámica de grupos y disfrute personal. Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente. Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica. Utilización de los diferentes golpes específicos de la pelota valenciana, aplicándose a un juego específico como el nyago y sus variantes. Las instalaciones de pelota valenciana, como parte de un patrimonio cultural que hace falta preservar. Juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo: de saltar y montar, de habilidad y lanzamiento, de cuerda y goma, de pelota, etc Los juegos populares y tradicionales para potenciar la inclusión y respeto a las tradiciones y la multiculturalidad.</p>		
---	--	--

Bloque 3: Actividades adaptadas al medio. Curso 2º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Actividades respetuosas con el medio natural: las rutas en bicicleta senderismo, orientación, las acampadas, los grandes juegos en la naturaleza, actividades de escalada y de multiaventura y las actividades acuáticas. Relación del paisaje y la toponimia con el patrimonio natural y cultural de la Comunitat Valenciana, como lugar para la realización de dichas actividades. Posibilidades de práctica que ofrece el entorno próximo. Técnicas básicas de las actividades realizadas: senderismo, orientación, bicicleta, acampada, escalada, actividades acuáticas. Revisión y respeto de las normas para la conservación y mejora del entorno próximo, en la práctica de actividades físico deportivas, estableciendo normas de seguridad y primeros auxilios en función del lugar de realización</p>	<p>BL.3.1.Colaborar en la organización alguna de las siguientes actividades físico - deportivas inclusivas en entornos cercanos, como las rutas en bicicleta, las acampadas, los grandes juegos en la naturaleza, actividades de escalada, de multiaventura y las actividades acuáticas, como formas de ocio activo, teniendo en cuenta el paisaje y la toponimia del entorno en que se realizan.</p> <p>BL.3.2. Realizar actividades físico-deportivas inclusivas del nivel educativo adaptadas al medio, en entornos cercanos aplicando las técnicas adecuadas, regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades y mostrar hábitos de conservación y protección del entorno mientras las realizan.</p>	<p>CMCT SIEE</p> <p>CMCT SIEE</p>

<p>y del tipo de actividad.</p> <p>Confección de mapas básicos y sus posibilidades de utilización en la práctica de orientación. Colaboración en la organización y realización de recorridos con dichos mapas en entornos cercanos.</p> <p>Búsqueda de información y exposición de las actividades adaptadas al medio. Realización de un listado de los usos y abusos que se hacen del medio urbano y natural, en la práctica de actividades físico deportivas.</p>		
---	--	--

Bloque 4: Expresión corporal y comunicación. Curso 2º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Elaboración, a partir de una propuesta dada, de sencillos montajes artísticos individuales o colectivos.</p> <p>Participación en montajes artísticos individuales o colectivos, comunicando emociones, sentimientos e ideas con desinhibición y creatividad. Técnicas de expresión corporal: mimo, drama, danza, sensopercepción, etc</p> <p>Participación en actividades grupales, como danzas y bailes, en las que se combinan el espacio, el ritmo y la intensidad.</p> <p>Empleo de un método de relajación (Jacobson, Yoga, Eutonia, Schultz, masaje) para controlar el propio cuerpo y ser aplicado a distintas situaciones prácticas de la vida.</p> <p>Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información.</p> <p>Planificación de textos orales</p> <p>Prosodia. Uso intencional de la entonación y las pausas.</p> <p>Normas gramaticales</p> <p>Propiedades textuales de la situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión.</p> <p>Respeto en el uso del lenguaje.</p> <p>Situaciones de interacción comunicativa (conversaciones, entrevistas, coloquios, debates, etc.)</p> <p>Estrategias lingüísticas y no lingüísticas: inicio, mantenimiento y conclusión; cooperación, normas de cortesía, fórmulas de tratamiento, etc.</p> <p>Respeto en el uso del lenguaje.</p>	<p>BL.4.1. Elaborar, con supervisión, sencillos montajes artísticos individuales o colectivos y participar en los mismos comunicando emociones, sentimientos e ideas con desinhibición y creatividad, por medio de técnicas de expresión corporal que combinen espacio, ritmo e intensidad, fundamentalmente integradas en bailes y danzas.</p> <p>BL.4.2. Interpretar textos orales del nivel educativo procedentes de fuentes diversas utilizando las estrategias de comprensión oral para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.3 Expresar oralmente textos previamente planificados, del ámbito personal, académico, social o profesional, con una pronunciación clara, aplicando las normas de la prosodia y la corrección gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.4 Participar en intercambios comunicativos del ámbito personal, académico, social o profesional aplicando las estrategias lingüísticas y no lingüísticas del nivel educativo propias de la interacción oral utilizando un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.5 Reconocer la terminología conceptual de la asignatura y del nivel</p>	<p>CEC CAA SIEE</p> <p>CCLI CA</p> <p>CCLI CA</p> <p>CCLI CA</p> <p>CCLI</p>

<p>Glosario términos conceptuales del nivel educativo. Estrategias de comprensión lectora: antes, durante y después de la lectura. Tipos de texto. Estrategias de expresión escrita: planificación, escritura, revisión y reescritura. Formatos de presentación. Aplicación de las normas ortográficas y gramaticales (signos de puntuación, concordancia entre los elementos de la oración, uso de conectores oracionales, etc.) Propiedades textuales en situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje.</p>	<p>educativo y utilizarla correctamente en actividades orales y escritas del ámbito personal, académico, social o profesional.</p> <p>BL.4.6. Leer textos de formatos diversos y presentados en soporte papel y digital, utilizando las estrategias de comprensión lectora del nivel educativo para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.7. Escribir textos del ámbito personal, académico, social o profesional en diversos formatos y soportes, cuidando sus aspectos formales, aplicando las normas de corrección ortográfica y gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CA</p> <p>CCLI CA</p> <p>CCLI CAA</p>
---	---	--

Bloque 5: Elementos transversales a la asignatura. Curso 2º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Demostración y práctica de actividades lúdicas y deportivas individuales y colectivas, de ocio y recreación: los deportes lúdicos, los juegos populares, los juegos cooperativos, los juegos de confianza, aceptando la importancia de estas actividades como marco de relación con los demás y de fomento de la amistad y compañerismo en el ámbito personal, social y cultural. Participación en la organización de actividades deportivas en el centro. Aceptación del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como una actitud contra los demás. Rechazando la búsqueda desmesurada de resultados y dando importancia a la deportividad. Relación de las actividades físico-deportivas con las dificultades y riesgos que conllevan. Especificación de los protocolos para activar servicios de emergencia y de protección del entorno. Enumeración de las medidas preventivas y de seguridad de las actividades planteadas. Primeros auxilios. Iniciativa e innovación</p>	<p>BL.5.1. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, y participar en deportes adaptados y otras actividades expresivas del nivel educativo mostrando actitudes de empatía y colaboración.</p> <p>BL.5.2. Identificar las dificultades y riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico expresivas, relacionándolas con sus características y las interacciones motrices, y aplicar medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p> <p>BL.5.3. Tener iniciativa para emprender y proponer acciones siendo consciente de sus fortalezas y debilidades, mostrar curiosidad e interés durante el desarrollo de tareas y proyectos y actuar con flexibilidad buscando soluciones alternativas en el nivel educativo.</p> <p>BL.5.4. Buscar y seleccionar información del nivel educativo de forma contrastada en diversas fuentes, organizar la información obtenida</p>	<p>CSC</p> <p>SIEE</p> <p>SIEE</p> <p>CD CAA</p>

<p>Autoconocimiento. Valoración de fortalezas y debilidades Autorregulación de emociones, control de la ansiedad e incertidumbre y capacidad de automotivación. Resiliencia, superar obstáculos y fracasos. Perseverancia, flexibilidad. Pensamiento alternativo. Sentido crítico. Herramientas digitales de búsqueda y visualización. Búsqueda en p.ej. banco de sonidos, páginas web especializadas en educación física, diccionarios y enciclopedias on-line, bases de datos especializadas etc. Almacenamiento de la información digital. Valoración de los aspectos positivos de las TIC para la búsqueda y contraste de información. Estrategias de búsqueda y selección de la información. Procedimientos de síntesis de la información Procedimientos de presentación de contenidos Procedimientos de cita y paráfrasis. Bibliografía y webgrafía. Uso de las herramientas más comunes de las TIC para colaborar y comunicarse con el resto del grupo con la finalidad de planificar el trabajo, aportar ideas constructivas propias, comprender las ideas ajenas...; compartir información y recursos; y construir un producto o meta colectivo. Correo electrónico. Módulos cooperativos en entornos personales de aprendizaje como blogs, foros, wikis... Hábitos y conductas en la comunicación y en la protección del propio individuo y de otros de las malas prácticas como el ciberacoso. Análisis del público destinatario y adaptación de la comunicación en función del mismo. Realización, formateado sencillo e impresión de documentos de texto. Diseño de presentaciones multimedia. Identificación del reto que supone competir con los demás, fundamentando sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admitiendo la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos con solidaridad, tolerancia, respeto y amabilidad. Valora y atiende escuchando de forma activa las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, relacionando dinámicas de grupos con la forma de resolución de conflictos. Plantea sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p>	<p>mediante diversos procedimientos de síntesis, citando adecuadamente su procedencia y registrarla y almacenarla de forma cuidadosa.</p> <p>BL.5.5. Crear y editar contenidos digitales del nivel educativo utilizando aplicaciones informáticas, colaborar en entornos virtuales de aprendizaje y aplicar buenas formas de conducta en la comunicación (prevención y denuncia de malas prácticas).</p> <p>BL.5.6 Participar en equipos de trabajo para conseguir metas comunes en las tareas del nivel educativo asumiendo diversos roles con eficacia y responsabilidad, apoyar a sus compañeros/as demostrando empatía y reconociendo sus aportaciones y utilizar el dialogo para resolver conflictos con deportividad.</p> <p>BL.5.7. Planificar tareas o proyectos, individuales o colectivos del nivel educativo, haciendo una previsión de recursos y tiempos ajustada a los objetivos propuestos, adaptarlo a cambios e imprevistos transformando las dificultades en posibilidades, evaluar con ayuda de guías el proceso y el producto final y comunicar de forma personal los resultados obtenidos.</p> <p>BL.5.8. Reconocer los estudios y profesiones del ámbito de la actividad física y el deporte, vinculados con los conocimientos del nivel educativo e identificar las competencias que demandan para relacionarlas con sus fortalezas y preferencias.</p>	<p>CCLI</p> <p>CD CSC CSC</p> <p>CAA SIEE CSC</p> <p>SIEE CAA</p> <p>SIEE</p>
---	--	---

<p>Responsabilidad y eficacia en la resolución de tareas. Asunción de distintos roles en equipos de trabajo. Pensamiento de perspectiva. Diálogo igualitario. Conocimiento de estructuras y técnicas de aprendizaje cooperativo. Pensamiento medios-fin. Estrategias de planificación, organización y gestión. Selección de la información, técnica y recursos materiales. Estrategias de supervisión y resolución de problemas. Evaluación de procesos y resultados. Valoración del error como oportunidad. Habilidades de comunicación. Entornos laborales, profesiones y estudios vinculados con los conocimientos de la Educación Física. Autoconocimiento de fortalezas y debilidades.</p>		
--	--	--

Curso 3º ESO

Bloque 1: Condición física y salud. Curso 3º ESO

Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Adaptación y aplicación del control de la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad saludable, en la práctica de actividad físico deportiva. Relación con los sistemas de obtención de energía (aeróbico y anaeróbico) y con los hábitos alimenticios. Utilización de las nuevas tecnologías para controlar los procesos de adaptación al esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física. Aplicación de las pruebas de valoración de la condición física para determinar su nivel inicial y su progreso después del trabajo específico aplicando métodos de mejora de las capacidades físicas y su contribución a la salud. Características que deben tener las actividades físicas saludables: intensidad del esfuerzo, progresión en la práctica, orientada al proceso y a la satisfacción personal, acorde con la edad y características personales. El aparato locomotor: músculos más importantes y acciones que ejecutan.</p>	<p>BL.1.1 Analizar la relación de las capacidades físicas con los sistemas metabólicos de obtención de energía, y el control de la intensidad de la actividad física, mediante pruebas de valoración utilizando estos conocimientos para mejorar su salud y condición física.</p> <p>BL.1.2. Explicar el nivel de sus capacidades físicas a partir de un diagnóstico inicial, incrementándolas de forma saludable, utilizando métodos de mejora de acuerdo con las posibilidades anatómicas, fisiológicas y motrices aplicando las nuevas tecnologías para controlar los procesos de adaptación al esfuerzo, mostrando una actitud de autoexigencia.</p> <p>BL.1.3. Organizar actividades colectivas del calentamiento y vuelta a la calma, relacionándolas con la parte principal de la sesión y dirigir su puesta en práctica graduando progresivamente su intensidad.</p>	<p>CMCT'</p> <p>CMCT CD SIEE</p> <p>CMTC CAA SIEE</p>

<p>Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas realizadas. Alimentación y actividad física: equilibrio entre la ingesta y el gasto calórico. Valoración de la alimentación como factor decisivo de la salud personal en la adolescencia.</p> <p>Practica de forma regular, sistemática y autónoma de actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>Adaptación y práctica de las capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad, en función de la propia condición física y las posibilidades anatómicas, fisiológicas y motrices.</p> <p>Métodos de mejora de las capacidades físicas relacionadas con la salud: carrera continua, autocargas, Stretching, etc.</p> <p>Organización y dirección de calentamientos específicos graduando su intensidad.</p> <p>Recopilación de ejercicios adaptados al calentamiento específico, a la parte principal de la sesión y la vuelta a la calma.</p> <p>La imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte, la prevención de enfermedades y adicciones, como forma de comportamiento que posibilitan actitudes y estilos de vida saludables.</p> <p>Relación de los estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad físico deportiva y artístico expresiva y la prevención de enfermedades.</p> <p>Análisis crítico de los efectos negativos que tienen sobre la salud el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.</p> <p>Práctica habitual de actividad físico deportiva y artístico expresiva en su vida personal y en el contexto social actual.</p> <p>Análisis crítico de las prácticas que tienen efectos negativos para la salud como los ejercicios contraindicados, el sedentarismo, trastornos de la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, dieta desequilibrada), la obsesión por el resultado y el abuso de ejercicio (sobrentrenamiento).</p>	<p>BL1.4. Analizar la relación entre las actitudes y estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte, la prevención de enfermedades y adicciones y evidenciar estas conductas y sus beneficios en su vida personal y en el contexto social actual.</p>	<p>SIEE CMCT</p>
---	---	----------------------

Bloque 2: Juegos y deportes. Curso 3º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>El factor cualitativo del movimiento: los mecanismos de percepción, decisión y ejecución de los deportes individuales, respecto al modelo</p>	<p>BL.2.1. Realizar habilidades individuales específicas implicadas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no</p>	<p>CSC SIEE</p>

<p>técnico planteado.</p> <p>Aplicación de las habilidades específicas a los juegos y deportes individuales, aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios como por ej. actividades acuáticas y actividades atléticas, respetando las normas y reglas establecidas, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. Práctica de figuras afianzando el equilibrio en diferentes posturas y situaciones, desarrollando actitudes de cooperación y participación, fomentando actitudes no competitivas (p.ej. acrogimnasia) .</p> <p>El movimiento coordinado y su aplicación en la práctica mediante la realización de actividades circenses como juegos malabares, diábolo, juegos acrobáticos y de equilibrio y actividades de patinaje, mejorando su nivel técnico, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de juegos como p.ej. el Softball, deportes de colaboración-oposición como p.ej. Unihockey y rugby imagen, y de oposición como p.ej. las actividades de lucha.</p> <p>Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados como p.ej boccia para desarrollar comportamientos inclusivos en el alumnado.</p> <p>Actividades lúdicas y deportivas colectivas, de ocio y recreación: los deportes alternativos, los juegos con material reciclado, los juegos cooperativos, los juegos de confianza, valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.</p> <p>Los golpes específicos y los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de las modalidades de pelota valenciana como raspall al carrer y trinquet, nyago y frare.</p> <p>Aspectos sociológicos y culturales de la pelota valenciana en la actualidad.</p> <p>Juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo: de percepción y velocidad de reacción, de palmas y choque de manos, de fuerza, de pelota, etc</p>	<p>competitivas del nivel educativo, y mostrar mientras las realiza actitudes de autoexigencia preservando la seguridad individual y colectiva.</p> <p>BL.2.2. Solucionar situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición, del nivel educativo aplicando con autonomía, las estrategias más adecuadas en función de los estímulos más relevantes.</p> <p>BL.2.3.Utilizar los golpes específicos y los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de pelota valenciana en raspall al carrer y trinquet, nyago y frare y practicar juegos populares de nuestro entorno y del mundo.</p>	<p>CSC CAA</p> <p>CSC CEC CAA</p>
--	--	---

Los juegos populares y tradicionales para potenciar la inclusión y respeto a las tradiciones y la multiculturalidad.		
--	--	--

Bloque 3: Actividades adaptadas al medio. Curso 3º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Selección y organización, con supervisión del docente de algunas de las siguientes actividades inclusivas y respetuosas con el entorno y el medio natural: senderismo, orientación, las rutas en bicicleta, las acampadas, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve, actividades de escalada y de multiaventura y las actividades acuáticas.</p> <p>Valoración del paisaje y de la toponimia y del patrimonio natural y cultural de la Comunitat Valenciana.</p> <p>Técnicas básicas de las actividades realizadas: orientación, bicicleta, acampada, escalada, actividades acuáticas, deslizamientos en la nieve regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades y promoviendo acciones para preservar el entorno y el medio natural y reducir el impacto ambiental (evitar residuos y fomentar su recogida).</p> <p>Normas de seguridad y primeros auxilios en función del lugar de realización y del tipo de actividad.</p> <p>Confección de mapas básicos y sus posibilidades de utilización en la práctica de orientación. Colaboración en la organización y realización de recorridos con dichos mapas en el medio natural.</p>	<p>BL.3.1. Organizar con supervisión del docente, actividades físico - deportivas inclusivas en el medio natural, como senderismo, orientación y otras actividades, como formas de ocio activo, teniendo en cuenta el paisaje y la toponimia del entorno en que se realizan.</p> <p>BL.3.2. Realizar actividades físico-deportivas inclusivas del nivel educativo en el medio natural, aplicando las técnicas adecuadas, regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades y mostrar hábitos de conservación y protección de medio natural mientras las realizan.</p>	<p>CMCT SIEE</p> <p>CMCT SIEE</p>

Bloque 4: Expresión corporal y comunicación. Curso 3º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Diseño de bailes y danzas de forma individual y grupal, a partir de una propuesta dada, combinando espacio y ritmo.</p> <p>Representación de actividades expresivas de forma individual y grupal, como medio de comunicación.</p> <p>Representación de las danzas y bailes de forma grupal, como elementos que posibilitan la desinhibición y fomentan la creatividad.</p> <p>Técnicas corporales, combinando espacio y ritmo, como medio de</p>	<p>BL.4.1. Diseñar, a partir de una propuesta dada, sencillos montajes artísticos individuales o colectivos y representarlos utilizando técnicas de expresión corporal con desinhibición y creatividad.</p> <p>BL.4.2. Interpretar textos orales del nivel educativo procedentes de fuentes diversas utilizando las estrategias de comprensión oral para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de</p>	<p>CEC CAA</p> <p>CCLI CAA</p>

<p>comunicación de sentimientos y emociones. Análisis de los distintos métodos de relajación (Jacobson, Yoga, Eutonia, Schultz, masaje) y elección del que queremos aplicar. Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información. Planificación de textos orales. Prosodia. Uso intencional de la entonación y las pausas. Normas gramaticales. Propiedades textuales de la situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje. Situaciones de interacción comunicativa (conversaciones, entrevistas, coloquios, debates, etc.). Estrategias lingüísticas y no lingüísticas: inicio, mantenimiento y conclusión; cooperación, normas de cortesía, fórmulas de tratamiento, etc. Respeto en el uso del lenguaje. Glosario términos conceptuales del nivel educativo. Estrategias de expresión escrita: planificación, escritura, revisión y reescritura. Formatos de presentación. Aplicación de las normas ortográficas y gramaticales (signos de puntuación, concordancia entre los elementos de la oración, uso de conectores oracionales, etc.). Propiedades textuales en situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lengua. Estrategias de comprensión lectora: antes, durante y después de la lectura. Tipos de texto.</p>	<p>sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.3 Expresar oralmente textos previamente planificados, del ámbito personal, académico, social o profesional, con una pronunciación clara, aplicando las normas de la prosodia y la corrección gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.4 Participar en intercambios comunicativos del ámbito personal, académico, social o profesional aplicando las estrategias lingüísticas y no lingüísticas del nivel educativo propias de la interacción oral utilizando un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.5. Reconocer la terminología conceptual de la asignatura y del nivel educativo y utilizarla correctamente en actividades orales y escritas del ámbito personal, académico, social o profesional.</p> <p>BL.4.6. Leer textos de formatos diversos y presentados en soporte papel y digital, utilizando las estrategias de comprensión lectora del nivel educativo para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.7. Escribir textos del ámbito personal, académico, social o profesional en diversos formatos y soportes, cuidando sus aspectos formales, aplicando las normas de corrección ortográfica y gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p>
--	---	---

Bloque 5: Elementos transversales a la asignatura. Curso 3º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
Práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas adaptadas	BL.5.1. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y	CSC

<p>como forma de inclusión social, mostrando tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>Organización de actividades deportivas en el centro, en colaboración con sus iguales, respetando las aportaciones de los demás y asumiendo las responsabilidades que se deriven de dicha organización.</p> <p>Valoración del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición en los deportes de adversario como una estrategia del juego y no como una actitud contra los demás. Rechazo de la búsqueda desmesurada de resultados y dar importancia a la deportividad, utilizando dinámicas de grupos como forma de resolución de conflictos.</p> <p>Analiza las dificultades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p> <p>Iniciativa e innovación.</p> <p>Autoconocimiento. Valoración de fortalezas y debilidades.</p> <p>Autorregulación de emociones, control de la ansiedad e incertidumbre y capacidad de automotivación. Resiliencia, superar obstáculos y fracasos.</p> <p>Perseverancia, flexibilidad.</p> <p>Pensamiento alternativo.</p> <p>Sentido crítico.</p> <p>Herramientas digitales de búsqueda y visualización. Búsqueda en [pe. banco de sonidos, páginas web especializadas en educación física, diccionarios y enciclopedias on-line, bases de datos especializadas...]. Almacenamiento de la información digital. Valoración de los aspectos positivos de las TIC para la búsqueda y contraste de información.</p> <p>Estrategias de búsqueda y selección de la información.</p> <p>Procedimientos de síntesis de la información.</p> <p>Procedimientos de presentación de contenidos.</p> <p>Procedimientos de cita y paráfrasis. Bibliografía y webgrafía.</p> <p>Uso de las herramientas más comunes de las TIC para colaborar y comunicarse con el resto del grupo con la finalidad de planificar el trabajo, aportar ideas constructivas propias, comprender las ideas ajenas...;</p>	<p>artístico-expresivas como formas de inclusión social, y participar en deportes adaptados y otras actividades expresivas del nivel educativo mostrando actitudes de empatía y colaboración.</p> <p>BL.5.2. Analizar las dificultades y riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico expresivas, relacionándolas con sus características y las interacciones motrices, y aplicar medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.</p> <p>BL.5.3. Tener iniciativa para emprender y proponer acciones siendo consciente de sus fortalezas y debilidades, mostrar curiosidad e interés durante el desarrollo de tareas y proyectos y actuar con flexibilidad buscando soluciones alternativas en el nivel educativo.</p> <p>BL.5.4. Buscar y seleccionar información del nivel educativo de forma contrastada en diversas fuentes, organizar la información obtenida mediante diversos procedimientos de síntesis, citando adecuadamente su procedencia y registrarla y almacenarla de forma cuidadosa.</p> <p>BL.5.5. Crear y editar contenidos digitales del nivel educativo utilizando aplicaciones informáticas, colaborar en entornos virtuales de aprendizaje y aplicar buenas formas de conducta en la comunicación (prevención y denuncia de malas prácticas).</p> <p>BL.5.6. Participar en equipos de trabajo para conseguir metas comunes en las tareas del nivel educativo asumiendo diversos roles con eficacia y responsabilidad, apoyar a sus compañeros/as demostrando empatía y reconociendo sus aportaciones y utilizar el diálogo para resolver conflictos con deportividad.</p> <p>BL.5.7. Planificar tareas o proyectos, individuales o colectivos del nivel educativo, haciendo una previsión de recursos y tiempos ajustada a los objetivos propuestos, adaptarlo a cambios e imprevistos transformando las dificultades en posibilidades, evaluar con ayuda de guías el proceso y el producto final y comunicar de forma personal los resultados obtenidos.</p> <p>BL.5.8. Reconocer los estudios y profesiones del ámbito de la actividad</p>	<p>SIEE</p> <p>SIEE</p> <p>CD CAA CCLI</p> <p>CD CSC</p> <p>CAA SIEE CSC</p> <p>SIEE CAA</p> <p>SIEE</p>
--	---	--

<p>compartir información y recursos; y construir un producto o meta colectivo. Correo electrónico. Módulos cooperativos en entornos personales de aprendizaje como blogs, foros, wikis... Hábitos y conductas en la comunicación y en la protección del propio individuo y de otros de las malas prácticas como el ciberacoso. Análisis del público destinatario y adaptación de la comunicación en función del mismo.</p> <p>Realización, formateado sencillo e impresión de documentos de texto.</p> <p>Diseño de presentaciones multimedia.</p> <p>Identificación del reto que supone competir con los demás, fundamentando sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admitiendo la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos con solidaridad, tolerancia, respeto y amabilidad.</p> <p>Valora y atiende escuchando de forma activa las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, relacionando dinámicas de grupos con la forma de resolución de conflictos.</p> <p>Plantea sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>Responsabilidad y eficacia en la resolución de tareas.</p> <p>Asunción de distintos roles en equipos de trabajo.</p> <p>Pensamiento de perspectiva</p> <p>Diálogo igualitario.</p> <p>Conocimiento de estructuras y técnicas de aprendizaje cooperativo.</p> <p>Pensamiento medios-fin</p> <p>Estrategias de planificación, organización y gestión.</p> <p>Selección de la información técnica y recursos materiales.</p> <p>Estrategias de supervisión y resolución de problemas.</p> <p>Evaluación de procesos y resultados.</p> <p>Valoración del error como oportunidad.</p> <p>Habilidades de comunicación.</p> <p>Entornos laborales, profesiones y estudios vinculados con los conocimientos de la Educación Física.</p> <p>Autoconocimiento de fortalezas y debilidades.</p>	<p>física y el deporte, vinculados con los conocimientos del nivel educativo e identificar las competencias que demandan para relacionarlas con sus fortalezas y preferencias.</p>	
--	--	--

Bloque 1: Condición física y salud. Curso 4º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Características de las actividades físicas saludables: intensidad del esfuerzo, progresión en la práctica, orientada al proceso y a la satisfacción personal, acorde con la edad y características personales.</p> <p>Aplicación de las pruebas de valoración de las capacidades físicas para determinar su nivel inicial y su progreso después de un trabajo específico.</p> <p>Actividades y ejercicios de resistencia, tonificación, y flexibilidad, aplicando autónomamente técnicas y métodos de mejora de las capacidades físicas.</p> <p>Valoración de dichos métodos para mejorar dichas capacidades físicas, aliviar tensiones de la vida cotidiana y compensar los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>El aparato locomotor: músculos más importantes y acciones que ejecutan.</p> <p>Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas realizadas. Alimentación y actividad física: equilibrio entre la ingesta y el gasto calórico. Valoración de la alimentación como factor decisivo de la salud personal en la práctica de actividad física.</p> <p>Adaptar y aplicar la toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad en función de la actividad a realizar. Demostración y aplicación de las nuevas tecnologías para controlar los procesos de adaptación al esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física.</p> <p>Adaptación y práctica de las capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, fuerza general y flexibilidad, en función de la propia condición física y las posibilidades anatómicas, fisiológicas y motrices.</p> <p>Métodos de mejora de las capacidades físicas relacionadas con la salud: carrera continua, autocargas, Stretching, etc</p> <p>Práctica autónoma de calentamientos específicos, en función de la parte principal de la sesión.</p> <p>Relación de los estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad físico deportiva y artístico expresiva y la prevención de enfermedades.</p> <p>Análisis crítico de los efectos negativos que tienen sobre la salud el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.</p> <p>Práctica habitual de actividad físico deportiva y artístico expresiva en su vida personal y en el contexto social actual.</p>	<p>BL.1.1 Mejorar de forma autónoma y saludable su condición física a partir de una evaluación personal de sus capacidades físicas utilizando actividades y ejercicios de resistencia, de tonificación y flexibilidad y una adecuada hidratación y alimentación en función de su nivel y evaluarla utilizando las nuevas tecnologías, identificando las adaptaciones orgánicas.</p> <p>BL.1.2. Diseñar de forma autónoma actividades en las fases de activación y recuperación, relacionándolas con la parte principal de la sesión y ponerlas en práctica graduando progresivamente su intensidad.</p> <p>BL.1.3 Debatir sobre la relación entre las actitudes y estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte, la prevención de enfermedades y adicciones y los hábitos positivos y negativos y sus efectos sobre la condición física y la salud, y evaluar su práctica habitual en su vida personal y en el contexto social.</p>	<p>CMCT SIEE CD</p> <p>CMTC SIEE</p> <p>CMCT SIEE</p>

Análisis crítico de las prácticas que tienen efectos negativos para la salud como los ejercicios contraindicados, el sedentarismo, trastornos de la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, dieta desequilibrada), la obsesión por el resultado y el abuso de ejercicio (sobreentrenamiento). Actitud crítica frente a su tratamiento en los medios de comunicación.		
---	--	--

Bloque 2: Juegos y deportes. Curso 4º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Creación y práctica de coreografías afianzando el equilibrio en diferentes posturas y situaciones, desarrollando actitudes de cooperación y participación no competitivas, priorizando la seguridad individual y colectiva.</p> <p>Composición de movimientos coordinados aplicándolos en la práctica mediante la realización de actividades circenses como juegos malabares, diábolo, juegos acrobáticos, de equilibrio y actividades de patinaje, mejorando su nivel técnico, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.</p> <p>Determinación del propio nivel de competencia motriz en diferentes actividades deportivas individuales, como por ej. actividades acuáticas y actividades atléticas con respeto a las reglas y aspectos técnicos de dichas actividades.</p> <p>Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de colaboración-oposición como p.ej. fútbol-sala, balonmano, voleibol, baloncesto, unihockey y rugby imagen, y de oposición como deportes de pala y raqueta, etc.</p> <p>Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados como p.ej. goalball, voleibol sentado, boccia y bádminton sentado para desarrollar comportamientos inclusivos en el alumnado.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición : enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición :</p>	<p>BL.2.1. Realizar con eficacia y precisión habilidades individuales específicas integradas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas del nivel educativo y mostrar mientras las realiza actitudes de colaboración, preservando la seguridad individual y colectiva.</p> <p>BL.2.2. Resolver situaciones motrices que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración-oposición, del nivel educativo, aplicando con autonomía las estrategias más adecuadas en función de los estímulos más relevantes.</p> <p>BL.2.3. Adaptar con corrección los golpes específicos, la táctica (traure y restar) y el reglamento de pelota valenciana en las modalidades de raspall al carrer, al trinquet, a ratlles, nyago y frare.</p>	<p>CSC SIEE</p> <p>CSC SIEE CAA</p> <p>CSC CEC SIEE</p>

<p>participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.</p> <p>Actividades lúdicas y deportivas colectivas, de ocio y recreación: los deportes alternativos, los juegos con material reciclado, los juegos cooperativos, los juegos de confianza, valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>Los diferentes golpes específicos, la táctica (traure y restar) y el reglamento de pelota valenciana en las modalidades de raspall al carrer, al trinquet, a ratlles, nyago y frare,</p> <p>La lengua y la pelota valenciana.</p>		
---	--	--

Bloque 3: Actividades adaptadas al medio. Curso 4º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Organización y realización de alguna de las siguientes actividades inclusivas y respetuosas con el medio natural: las rutas en bicicleta, senderismo, orientación, las acampadas, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve, actividades de escalada y de multiaventura y las actividades acuáticas.</p> <p>Valoración del paisaje y de la toponimia y del patrimonio natural y cultural de la Comunitat Valenciana.</p> <p>Características de las actividades de adaptación al medio y su riesgo, describiendo los protocolos para activar servicios de emergencia y de protección del entorno, adoptando las medidas preventivas y de seguridad propias de estas actividades sobre todo en entornos no estables. Primeros auxilios.</p> <p>Diseño y realización de pequeños recorridos utilizando los mapas topográficos y la brújula en carreras de orientación en el medio natural.</p> <p>Técnicas básicas de las actividades realizadas: orientación, bicicleta, acampada, escalada, actividades acuáticas, deslizamientos en la nieve regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades y promoviendo acciones para preservar el entorno y el medio natural y reducir el impacto ambiental (evitar residuos y fomentar su recogida).</p>	<p>BL.3.1. Organizar actividades físicas y deportivas inclusivas y respetuosas con el entorno y el medio natural como senderismo, orientación y otras actividades, como formas de ocio activo, teniendo en cuenta el paisaje y la toponimia del entorno en que se realizan.</p> <p>BL.3.2. Realizar actividades físico- deportivas inclusivas del nivel educativo en el medio natural con eficacia y precisión, mostrando hábitos de conservación y protección del medio ambiente, y aplicar protocolos de seguridad y primeros auxilios.</p>	<p>CMCT SIEE</p> <p>CMCT SIEE</p>

Bloque 4: Expresión corporal y comunicación. Curso 4º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Diseño de sencillos montajes artísticos individuales o colectivos combinando espacio y ritmo.</p> <p>Representación, con desinhibición y creatividad, de sencillos montajes artísticos, seleccionando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p> <p>Combina ritmos con el movimiento de segmentos corporales y con distintas formas de utilizar el espacio.</p> <p>Diseño y ejecución de bailes y danzas, combinando espacio, ritmo y intensidad, como elementos que posibilitan la desinhibición y fomentan la creatividad.</p> <p>Aplicación de un método de relajación: Schultz, Jacobson, Yoga, Eutonia o masajes, hacia otro compañero/a, teniendo en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.</p> <p>Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información.</p> <p>Planificación de textos orales.</p> <p>Prosodia. Uso intencional de la entonación y las pausas.</p> <p>Normas gramaticales.</p> <p>Propiedades textuales de la situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión.</p> <p>Respeto en el uso del lenguaje.</p> <p>Situaciones de interacción comunicativa (conversaciones, entrevistas, coloquios, debates, etc.).</p> <p>Estrategias lingüísticas y no lingüísticas: inicio, mantenimiento y conclusión; cooperación, normas de cortesía, fórmulas de tratamiento, etc.</p> <p>Respeto en el uso del lenguaje.</p> <p>Glosario términos conceptuales del nivel educativo.</p> <p>Estrategias de comprensión lectora: antes, durante y después de la lectura.</p> <p>Tipos de texto.</p>	<p>BL.4.1. Diseñar, de forma autónoma, sencillos montajes artísticos individuales o colectivos y representarlos con desinhibición y creatividad, seleccionando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p>	<p>CEC SIEE CAA</p>
	<p>BL.4.2. Interpretar textos orales del nivel educativo procedentes de fuentes diversas utilizando las estrategias de comprensión oral para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p>	<p>CCLI CAA</p>
	<p>BL.4.3 Expresar oralmente textos previamente planificados, del ámbito personal, académico, social o profesional, con una pronunciación clara, aplicando las normas de la prosodia y la corrección gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CCLI CAA</p>
	<p>BL.4.4 Participar en intercambios comunicativos del ámbito personal, académico, social o profesional aplicando las estrategias lingüísticas y no lingüísticas del nivel educativo propias de la interacción oral utilizando un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CCLI CAA</p>
	<p>BL.4.5. Reconocer la terminología conceptual de la asignatura y del nivel educativo y utilizarla correctamente en actividades orales y escritas del ámbito personal, académico, social o profesional.</p>	<p>CCLI CAA</p>
	<p>BL.4.6. Leer textos de formatos diversos y presentados en soporte papel y digital, utilizando las estrategias de comprensión lectora del nivel educativo para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p>	<p>CCLI CAA</p>

<p>Estrategias de expresión escrita: planificación, escritura, revisión y reescritura. Formatos de presentación. Aplicación de las normas ortográficas y gramaticales (signos de puntuación, concordancia entre los elementos de la oración, uso de conectores oracionales, etc.). Propiedades textuales en situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lengua.</p>	<p>BL.4.7. Escribir textos del ámbito personal, académico, social o profesional en diversos formatos y soportes, cuidando sus aspectos formales, aplicando las normas de corrección ortográfica y gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CCLI CAA</p>
--	---	---------------------

Bloque 5: Elementos transversales a la asignatura. Curso 4º ESO		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Colabora en la planificación y organización de actividades físico deportivas y artístico expresivas, considerando los riesgos asociados y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Presenta propuesta creativas, con supervisión del profesor, en la utilización de materiales y equipamientos de las actividades físico deportivas y artístico expresivas practicadas, atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. Asume la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas, utilizando convenientemente el equipo personal, los materiales y espacios de práctica. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Práctica de primeros auxilios. Adopta medidas preventivas durante la práctica de actividades físico deportivas y artístico-expresivas, para evitar las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas. Iniciativa e innovación. Autoconocimiento. Valoración de fortalezas y debilidades. Autorregulación de emociones, control de la ansiedad e incertidumbre y capacidad de automotivación. Resiliencia, superar obstáculos y fracasos. Perseverancia, flexibilidad.</p>	<p>BL.5.1. Colaborar en la planificación y organización de actividades físico deportivas y artístico expresivas considerando, los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, actuando de forma responsable.</p> <p>BL.5.2. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y adoptar medidas preventivas para evitar las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la su propia seguridad y la de otros participantes.</p> <p>BL.5.3. Tener iniciativa para emprender y proponer acciones siendo consciente de sus fortalezas y debilidades, mostrar curiosidad e interés durante el desarrollo de tareas y proyectos y actuar con flexibilidad buscando soluciones alternativas en el nivel educativo.</p> <p>BL.5.4. Buscar y seleccionar información del nivel educativo de forma contrastada en diversas fuentes, organizar la información obtenida mediante diversos procedimientos de síntesis, citando adecuadamente su procedencia y registrarla y almacenarla de forma cuidadosa.</p> <p>BL.5.5. Crear y editar contenidos digitales del nivel educativo utilizando aplicaciones informáticas, colaborar en entornos virtuales de aprendizaje y</p>	<p>SIEE CSC</p> <p>SIEE</p> <p>SIEE</p> <p>CD CAA CCLI</p> <p>CD CSC</p>

<p>Pensamiento alternativo. Sentido crítico. Herramientas digitales de búsqueda y visualización. Búsqueda en [pe. banco de sonidos, páginas web especializadas en educación física, diccionarios y enciclopedias on-line, bases de datos especializadas...]. Almacenamiento de la información digital. Valoración de los aspectos positivos de las TIC para la búsqueda y contraste de información. Estrategias de búsqueda y selección de la información. Procedimientos de síntesis de la información. Procedimientos de presentación de contenidos. Procedimientos de cita y paráfrasis. Bibliografía y webgrafía. Uso de las herramientas más comunes de las TIC para colaborar y comunicarse con el resto del grupo con la finalidad de planificar el trabajo, aportar ideas constructivas propias, comprender las ideas ajenas...; compartir información y recursos; y construir un producto o meta colectivo. Correo electrónico. Módulos cooperativos en entornos personales de aprendizaje como blogs, foros, wikis... Hábitos y conductas en la comunicación y en la protección del propio individuo y de otros de las malas prácticas como el ciberacoso. Análisis del público destinatario y adaptación de la comunicación en función del mismo. Realización, formateado sencillo e impresión de documentos de texto. Diseño de presentaciones multimedia. Identificación del reto que supone competir con los demás, fundamentando sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admitiendo la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos con solidaridad, tolerancia, respeto y amabilidad. Valora y atiende escuchando de forma activa las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, relacionando dinámicas de grupos con la forma de resolución de conflictos. Plantea sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos. Responsabilidad y eficacia en la resolución de tareas. Asunción de distintos roles en equipos de trabajo. Pensamiento de perspectiva. Diálogo igualitario.</p>	<p>aplicar buenas formas de conducta en la comunicación (prevención y denuncia de malas prácticas).</p> <p>BL.5.6. Participar en equipos de trabajo para conseguir metas comunes en las tareas del nivel educativo asumiendo diversos roles con eficacia y responsabilidad, apoyar a sus compañeros/as demostrando empatía y reconociendo sus aportaciones y utilizar el diálogo para resolver conflictos con deportividad.</p> <p>BL.5.7. Planificar actividades físico deportivas y artístico expresivas del nivel educativo, haciendo una previsión de recursos y tiempos ajustada a los objetivos propuestos, adaptarlo a cambios e imprevistos transformando las dificultades en posibilidades, evaluar con ayuda de guías el proceso y el producto final y comunicar de forma personal los resultados obtenidos.</p> <p>BL.5.8. Reconocer los estudios y profesiones del ámbito de la actividad física y el deporte, vinculados con los conocimientos del nivel educativo e identificar las competencias que demandan para relacionarlas con sus fortalezas y preferencias.</p>	<p>CAA SIEE CSC</p> <p>SIEE CAA</p> <p>SIEE CSC</p>
--	---	---

<p>Conocimiento de estructuras y técnicas de aprendizaje cooperativo. Pensamiento medios-fin. Estrategias de planificación, organización y gestión. Selección de la información, técnica y recursos materiales. Estrategias de supervisión y resolución de problemas. Evaluación de procesos y resultados. Valoración del error como oportunidad. Habilidades de comunicación. Entornos laborales, profesiones y estudios vinculados con los conocimientos de la Educación Física. Autoconocimiento de fortalezas y debilidades.</p>		
---	--	--

Curso 1º Bachillerato

Bloque 1: Condición física y salud. Curso 1º Bachillerato

Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Evaluación de las pruebas de valoración de la condición física como medio que permite determinar su nivel inicial y su mejora después del trabajo específico y su contribución a la mejora de la salud. Evaluación de planes de entrenamiento de los métodos de mejora de la resistencia aeróbica, de la fuerza general y flexibilidad, determinando con su trabajo el nivel de mejora de la salud. Comparación de los métodos de control de la intensidad del esfuerzo mediante la frecuencia cardíaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad, en función del trabajo a realizar. Decisión del instrumento a utilizar para controlar los procesos de adaptación al esfuerzo. El aparato locomotor: músculos más importantes y acciones que ejecutan. Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas realizadas. Alimentación y actividad física: equilibrio entre la ingesta y el gasto calórico. Valoración de la alimentación como factor decisivo en la salud personal y elaboración de una dieta mediterránea. Principios de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad física. Demostración y aplicación de las nuevas tecnologías para controlar los procesos de adaptación al esfuerzo: pulsómetro y aplicaciones informáticas de seguimiento de la práctica física.</p>	<p>BL.1.1. Planificar y poner en práctica un programa personal de actividad física para mejorar su condición física y salud utilizando las nuevas tecnologías, a partir de una evaluación de sus capacidades físicas aplicando sistemas de mejora de las capacidades físicas implicadas, y los principios de frecuencia, volumen, intensidad integrando conocimientos de alimentación, activación y recuperación y evaluando las mejoras obtenidas.</p> <p>BL.1.2 Diseñar de forma autónoma actividades en las fases de activación y recuperación, relacionándolas con la parte principal de la sesión y ponerlas en práctica graduando progresivamente su intensidad.</p> <p>BL.1.3 Debatir sobre la relación entre las actitudes y estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad físicas y el deporte, la prevención de enfermedades y adicciones y los hábitos positivos y negativos y sus efectos sobre la condición física y la salud, y evaluar su impacto en el contexto social y económico.</p>	<p>CMTC SIEE CAA CD</p> <p>CMCT SIEE</p> <p>SIEE CMCT</p>

<p>Autonomía en la utilización de las técnicas y normas de activación y recuperación a aplicar en la clase de Educación Física y en su tiempo de ocio (calentamiento, ropa adecuada, hidratación, alimentación, estiramientos, vuelta a la calma), utilizando correctamente el material y las instalaciones como medida de seguridad y prevención de accidentes.</p> <p>Relación de los estilos de vida saludables con la imagen corporal, las actividades de ocio, la actividad físico deportiva y la prevención de enfermedades.</p> <p>Análisis crítico de los efectos negativos que tienen sobre la salud el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.</p> <p>Práctica habitual de actividad físico deportiva y artístico expresiva en su vida personal y en el contexto social actual.</p> <p>Análisis crítico de las prácticas que tienen efectos negativos para la salud como los ejercicio contraindicados, el sedentarismo, trastornos de la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, dieta desequilibrada), la obsesión por el resultado y el abuso de ejercicio (sobrentrenamiento). Actitud crítica frente a su tratamiento en los medios de comunicación.</p> <p>Evaluación de la incidencia de la práctica habitual de actividades físico deportivas y artístico expresivas en la vida personal y en el contexto social y económico.</p>		
---	--	--

Bloque 2: Juegos y deportes. Curso 1º Bachillerato		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Composición y práctica de coreografías perfeccionando las habilidades específicas y el equilibrio en diferentes posturas y situaciones de cooperación y participación, desarrollando actitudes no competitivas. (Acrogimnasia)</p> <p>Perfeccionamiento de movimientos coordinados aplicándolos en el diseño de una composición de actividades circenses en diferentes situaciones de equilibrio.</p> <p>Resuelve con eficacia situaciones motrices individuales en un contexto competitivo que respondan a sus intereses físicos y deportivos.</p> <p>Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto</p>	<p>BL.2.1. Realizar con fluidez y control habilidades individuales específicas integradas en actividades físico-deportivas de cooperación, competitivas y no competitivas del nivel educativo y mostrar mientras las realiza actitudes de autoexigencia y colaboración preservando la seguridad individual y colectiva.</p> <p>BL.2.2. Resolver situaciones motrices de los juegos y deportes de oposición, colaboración o colaboración -oposición, en contextos de competición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios más adecuados, en función de los estímulos relevantes.</p>	<p>CSC SIEE</p> <p>CSC SIEE CAA</p>

<p>al adversario, en las actividades de oposición.</p> <p>Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración oposición y explica la aportación de cada uno.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.</p> <p>Estrategias básicas de los juegos deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.</p> <p>Actividades lúdicas y deportivas colectivas, de ocio y recreación: los deportes alternativos, los juegos con material reciclado, los juegos cooperativos y los juegos de confianza, valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>Organización y participación en partidas de pelota valenciana.</p> <p>Los diferentes golpes específicos, la táctica (traure y restar), y el reglamento de las modalidades de pelota valenciana como raspall al carrer, al trinquet, a ratlles, nyago, frare, escala y corda y galotxa.</p> <p>Evolución histórica de las distintas modalidades de pelota valenciana.</p>	<p>BL.2.3. Organizar partidas de pelota valenciana y jugar con corrección a raspall al carrer, al trinquet, a ratlles, nyago, frare, escala y corda, galotxa.</p>	<p>CSC CEC SIEE</p>
---	---	-----------------------------

Bloque 3: Actividades adaptadas al medio. Curso 1º Bachillerato		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Diseño, organización y realización de alguna de las siguientes actividades inclusivas y respetuosas con el medio natural: las rutas en bicicleta senderismo, orientación, las acampadas, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve, actividades de escalada y de multiaventura y las actividades acuáticas.</p> <p>Usos y abusos que se hacen del medio urbano y natural, en la práctica de actividades físico deportivas.</p> <p>Las nuevas tecnologías (gps) y sus posibilidades de utilización, en la realización de actividades físicas y deportivas utilizando elementos que faciliten la inclusión en el medio natural.</p> <p>Inclusión de otras personas en las actividades del grupo, animando su</p>	<p>BL.3.1. Organizar actividades físicas y deportivas inclusivas y respetuosas con el entorno y el medio natural y argumentar sobre su impacto ambiental, económico y social.</p> <p>BL.3.2. Realizar actividades físico- deportivas inclusivas del nivel educativo en el medio natural con eficacia, precisión y control utilizando las nuevas tecnologías (GPS) mostrando hábitos de conservación y protección del medio ambiente, y aplicar protocolos de seguridad y primeros auxilios.</p>	<p>MCT SIEE</p> <p>CMCT SIEE CD</p>

<p>participación y respetando las diferencias. Técnicas de las actividades realizadas: orientación, bicicleta, acampada, escalada, actividades acuáticas, deslizamientos en la nieve regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades y promoviendo acciones para preservar el entorno y el medio natural y reducir el impacto ambiental (evitar residuos y fomentar su recogida). Características de las actividades de adaptación al medio y su riesgo, describiendo los protocolos para activar servicios de emergencia, adoptando las medidas preventivas y de seguridad propias de estas actividades. Primeros auxilios.</p>		
--	--	--

Bloque 4: Expresión corporal y comunicación. Curso 1º Bachillerato		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Representación, con desinhibición y creatividad, de composiciones o montajes artísticos, seleccionando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. Diseño de montajes artísticos individuales o colectivos combinando espacio y ritmo, selección de las técnicas más adecuadas. Utilización de las nuevas tecnologías en el diseño y evaluación de montajes artísticos. Dirección y aplicación de un método de relajación: Schultz, Jacobson, Yoga, Eutonia o masajes, hacia otro sujeto, teniendo en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. Realización, formateado sencillo e impresión de documentos de texto. Diseño de presentaciones multimedia. Tratamiento de la imagen. Producción sencilla de audio y vídeo. Herramientas de producción digital en la web. Derechos de autor y licencias de publicación. Estrategias de comprensión oral: activación de conocimientos previos, mantenimiento de la atención, selección de la información, memorización y retención de la información. Planificación de textos orales. Prosodia. Uso intencional de la entonación y las pausas.</p>	<p>BL.4.1. Diseñar de forma autónoma montajes artísticos individuales o colectivos. utilizando las nuevas tecnologías y representarlos con desinhibición y creatividad seleccionando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p> <p>BL.4.2 Interpretar textos orales del nivel educativo procedentes de fuentes diversas utilizando las estrategias de comprensión oral para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje</p> <p>BL.4.3. Expresar oralmente textos previamente planificados, del ámbito personal, académico, social o profesional, con una pronunciación clara, aplicando las normas de la prosodia y la corrección gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.4. Participar en intercambios comunicativos del ámbito personal, académico, social o profesional aplicando las estrategias lingüísticas y no lingüísticas del nivel educativo propias de la interacción oral utilizando un</p>	<p>CEC SIEE CD CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p>

<p>Normas gramaticales. Propiedades textuales de la situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje. Situaciones de interacción comunicativa (conversaciones, entrevistas, coloquios, debates, etc.). Estrategias lingüísticas y no lingüísticas: inicio, mantenimiento y conclusión; cooperación, normas de cortesía, fórmulas de tratamiento, etc. Respeto en el uso del lenguaje. Glosario términos conceptuales del nivel educativo. Estrategias de comprensión lectora: antes, durante y después de la lectura. Tipos de texto. Estrategias de expresión escrita: planificación, escritura, revisión y reescritura. Formatos de presentación. Aplicación de las normas ortográficas y gramaticales (signos de puntuación, concordancia entre los elementos de la oración, uso de conectores oracionales, etc.). Propiedades textuales en situación comunicativa: adecuación, coherencia y cohesión. Respeto en el uso del lenguaje.</p>	<p>lenguaje no discriminatorio.</p> <p>BL.4.5. Reconocer la terminología conceptual de la asignatura y del nivel educativo y utilizarla correctamente en actividades orales y escritas del ámbito personal, académico, social o profesional.</p> <p>BL.4.6. Leer textos de formatos diversos y presentados en soporte papel y digital, utilizando las estrategias de comprensión lectora del nivel educativo para obtener información y aplicarla en la reflexión sobre el contenido, la ampliación de sus conocimientos y la realización de tareas de aprendizaje.</p> <p>BL.4.7 Escribir textos del ámbito personal, académico, social o profesional en diversos formatos y soportes, cuidando sus aspectos formales, aplicando las normas de corrección ortográfica y gramatical del nivel educativo y ajustados a las propiedades textuales de cada tipo y situación comunicativa, para transmitir de forma organizada sus conocimientos con un lenguaje no discriminatorio.</p>	<p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p> <p>CCLI CAA</p>
--	--	---

Bloque 5: Elementos transversales a la asignatura. Curso 1º Bachillerato		
Contenidos	Criterios de evaluación	CC
<p>Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades, actuando de forma responsable. Asume la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas, utilizando convenientemente el equipo personal, los materiales y espacios de práctica. Adopta medidas preventivas durante la práctica de actividades físico deportivas y artístico-expresivas, para evitar las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas. Imaginación y creatividad.</p>	<p>BL.5.1. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y adoptar medidas preventivas para evitar las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre su propia seguridad y de otros participantes.</p> <p>BL.5.2. Gestionar de forma eficaz actividades físico deportivas y artístico expresivas, hacer propuestas creativas y confiar en sus posibilidades, mostrar energía y entusiasmo durante su desarrollo, tomar decisiones</p>	<p>CSC SIEE</p> <p>SIEE</p>

<p>Autoconocimiento. Valoración de fortalezas y debilidades. Autoconcepto positivo. Proactividad. Autorregulación de emociones, control de la ansiedad e incertidumbre y capacidad de automotivación. Resiliencia, superar obstáculos y fracasos. Perseverancia, flexibilidad. Proceso estructurado de toma de decisiones. Responsabilidad. Pensamiento alternativo. Pensamiento causal y consecuencial. Sentido crítico. Buscar y seleccionar [pe. información, documentos de texto, imágenes, bandas sonoras, vídeos...] a partir de una estrategia de filtrado y de forma contrastada en medios digitales como [pe. redes sociales, banco de sonidos, páginas web especializadas, diccionarios y enciclopedias on-line, bases de datos especializadas...], registrándola en papel de forma cuidadosa o almacenándola digitalmente en dispositivos informáticos y servicios de la red. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. Estrategias de búsqueda y selección de la información. Procedimientos de síntesis de la información. Procedimientos de presentación de contenidos. Procedimientos de cita y paráfrasis. Bibliografía y webgrafía. Uso de las herramientas más comunes de las TIC para colaborar y comunicarse con el resto del grupo con la finalidad de planificar el trabajo, aportar ideas constructivas propias, comprender las ideas ajenas...; compartir información y recursos; y construir un producto o meta colectivo. Correo electrónico. Módulos cooperativos en entornos personales de aprendizaje. Servicios de la web social como blogs, wikis, foros... Hábitos y conductas en la comunicación y en la protección del propio individuo y de otros de las malas prácticas como el ciberacoso. Análisis del público destinatario y adaptación de la comunicación en función del mismo. Hábitos y conductas para filtrar la fuente de información más completa y compartirla con el grupo. Asunción de distintos roles en equipos de trabajo. Liderazgo. Pensamiento de perspectiva.</p>	<p>razonadas asumiendo riesgos y responsabilizarse de las propias acciones y de sus consecuencias.</p> <p>BL.5.3. Buscar y seleccionar a partir de una estrategia de filtrado y de forma contrastada en medios digitales organizar la información obtenida mediante diversos procedimientos de síntesis, citando adecuadamente su procedencia, registrándola de forma cuidadosa o almacenándola digitalmente en dispositivos informáticos y servicios de la red</p> <p>BL.5.4. Crear y editar contenidos digitales del nivel educativo con sentido estético utilizando aplicaciones informáticas, conociendo cómo aplicar los diferentes tipos licencias; colaborar en entornos virtuales de aprendizaje seleccionando la herramienta de comunicación TIC, servicio de la web social o módulo en entornos virtuales de aprendizaje más apropiado y aplicar buenas formas de conducta en la comunicación (prevención y denuncia de malas prácticas).</p> <p>BL.5.5. Organizar un equipo de trabajo distribuyendo responsabilidades y gestionando recursos para que todos sus miembros participen y alcancen las metas comunes, influir positivamente en los demás generando implicación en la tarea y utilizar el diálogo igualitario para resolver conflictos y discrepancias actuando con responsabilidad y sentido ético.</p> <p>BL.5.6. Planificar actividades físico deportivas y artístico expresivas del nivel educativo haciendo una previsión de riesgos en la utilización de equipamientos y espacios, recursos y tiempos ajustada a los objetivos propuestos, asignando responsabilidades, adaptarlo a cambios e imprevistos considerando diversas alternativas para transformar las dificultades en posibilidades, evaluar el proceso y el producto final y comunicar de forma creativa los resultados obtenidos.</p> <p>BL.5.7. Reconocer los entornos laborales, profesiones y estudios del ámbito de la Educación Física y el Deporte, vinculados con los conocimientos del nivel educativo, analizar los conocimientos, habilidades y competencias necesarias para su desarrollo y compararlas con sus propias aptitudes e intereses para generar alternativas ante la toma de decisiones</p>	<p>CD CAA CCLI</p> <p>CD CSC</p> <p>SIEE CSC</p> <p>SIEE CAA CSC</p> <p>SIEE CSC</p>
---	--	--

<p>Solidaridad, tolerancia, respeto y amabilidad. Estrategias de motivación y automotivación. Técnicas de escucha activa. Diálogo igualitario. Conocimiento de estructuras y técnicas de aprendizajes cooperativo. Responsabilidad y sentido ético. Planifica y organiza actividades físico deportivas y artístico expresivas, considerando los riesgos asociados y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Presenta propuestas creativas en la utilización de materiales y equipamientos de las actividades físico deportivas y artístico expresivas practicadas, atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. Pensamiento medios-fin. Pensamiento alternativo. Estrategias de planificación, organización y gestión de proyectos. Selección de la información, técnica y recursos materiales. Proceso estructurado de toma de decisiones. Calibrado de oportunidades y riesgos. Estrategias de supervisión y resolución de problemas. Evaluación de procesos y resultados. Valoración del error como oportunidad. Habilidades de comunicación. Estudios y profesiones vinculados con los conocimientos de la Educación Física. Autoconocimiento de aptitudes e intereses. Proceso estructurado de toma de decisiones.</p>	<p>vocacional.</p>	
--	--------------------	--

COMPETENCIAS DEL CURRÍCULO

CCLI: Competencia comunicación lingüística.

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

CD: Competencia digital.

CAA: Competencia aprender a aprender.

CSC: Competencias sociales y cívicas.

SIEE: Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

CEC: Conciencia y expresiones culturales.