EDUCACIÓN FÍSICA

1ºESO

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO 2025/2026

CEIPS ISABEL LA CATÓLICA

NAVAS DEL REY

ÍNDICE

1.- OBJETIVOS GENERALES. 3

2.- COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS. 4

2.1.- CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE. 8

3.- RELACIÓN ENTRE LOS BLOQUES/SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS CLAVE/DESCRIPTORES OPERATIVOS Y SITUACIONES DE APRENDIZAJE. 12

4.- TEMPORALIZACIÓN DE SABERES BÁSICOS Y SITUACIONES DE APRENDIZAJE. 14

5.- PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN GENERALES. 26

6.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. 27

6.1.- PÉRDIDA DEL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA. 29

6.2.- NOTA FINAL DE LA ASIGNATURA. 29

7.- PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES. 30

8.- GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA. 31

9.- PROCEDIMIENTOS Y ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE CURSOS ANTERIORES. 31

10.- ANEXOS. 32

10.1.- ANEXO I. RELACIÓN ENTRE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y DESCRIPTORES OPERATIVOS. 32

10.2.- ANEXO II. PLAN DE REFUERZO POR ASIGNATURA PENDIENTE. 33

1.- OBJETIVOS GENERALES.

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

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

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

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

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

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

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

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y

valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

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

2.- COMPETENCIAS CLAVE Y DESCRIPTORES OPERATIVOS.

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

a) Competencia en comunicación lingüística.

b) Competencia plurilingüe.

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

d) Competencia digital.

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

f) Competencia ciudadana.

g) Competencia emprendedora.

h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

Descriptores operativos del perfil de salida

- **Competencia en comunicación lingüística (CCL)**

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

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

CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.

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

- **Competencia plurilingüe (CP)**

CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

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

STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

- **Competencia digital (CD)**

CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

- **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

- **Competencia ciudadana (CC)**

CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

- **Competencia emprendedora (CE)**

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

- **Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)**

CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.

CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.

2.1.- CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.

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

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al alumnado un amplio repertorio de herramientas con las que comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud. Esta competencia de carácter interdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte, y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que contextualicen todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista interdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

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

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos cabe mencionar los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos en grupo, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los

resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. Dentro del plano personal, también conlleva la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. Para la relación con los demás se deben desarrollar habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físicodeportivas.

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

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico- expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes).

5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de

madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT (bicicleta todo terreno), el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

3.- RELACIÓN ENTRE LOS BLOQUES/SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS CLAVE/DESCRIPTORES OPERATIVOS Y SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

COMPETENCIA ESPECÍFICA DE LA ASIGNATURA	**DESCRIPTORES OPERATIVOS**	**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.	1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios. 1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. 1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.

a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3	3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4	4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. 4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos. 4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.

visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.		
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	STEM5, CC4, CE1, CE3.	5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.

4.- TEMPORALIZACIÓN DE SABERES BÁSICOS Y SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

CENTRO: CEIPS ISABEL LA CATÓLICA ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 1º ESO - 2025/2026 1ª EVALUACIÓN			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (La numeración corresponde a los anexos del Decreto 65/2022; el primer número de cada criterio es el de la competencia específica)	**CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS**	**SITUACIONES DE APRENDIZAJE**	**CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y	A. Vida activa y saludable. – Salud física. Tasa mínima y recomendaciones de actividad física diaria y semanal. Adecuación del tipo, volumen y la	1) Valoro mi Condición Física 2) Condición Física	1) Trabajo teórico (1.1)

respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.5. Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. 1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de	intensidad de la actividad a las características personales. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales (tabaquismo, consumo de alcohol, etc.) Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Elección de la práctica física. Gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Preparación de la práctica motriz. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. Planificación y autorregulación de proyectos motores. Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	3) Dodgeball 4) Colpbol 5) Juegos Tradicionales 6) Calentamiento. 7) Ropa adecuada. 8) Higiene. 9) Actividades y modalidades deportivas.	2) Prueba práctica con registro cuantitativo (2.1) Ficha teórica (1.1) Ficha teórica (1.6) Prueba práctica (2.2) Prueba práctica (1.3) 3) Trabajo teórico (1.5) Prueba práctica/rúbrica (3.1) 4) Prueba práctica/rúbrica (3.1) 5) Prueba práctica/rúbrica (4.1)

autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación. 3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. 4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. 4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Medidas de seguridad en las actividades físicas practicadas dentro y fuera del centro escolar. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. – Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en los que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Capacidades perceptivo motrices en contexto de práctica. Integración del esquema corporal. Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. Capacidades condicionales. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Componentes elementales de la carga para el acondicionamiento físico. Habilidades motrices específicas asociadas a la ténica en actividades físico-deportivas: deportes de invasión: colpbol. – Creatividad motriz.		Trabajo teórico (4.1) 6) Observación directa (1.2; 1.3). 7) Lista de control (1.3) 8) Observación directa (1.2) 9) Trabajo teórico (4.2)

	Resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. – Respeto a las reglas. Las reglas de juego como elemento de integración social. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		

CENTRO: CEIPS ISABEL LA CATÓLICA ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 1º ESO - 2025/2026 2ª EVALUACIÓN			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (La numeración corresponde a los anexos del Decreto 65/2022; el primer número de cada criterio es el de la competencia específica)	**CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS**	**SITUACIONES DE APRENDIZAJE**	**CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Pautas básicas de consumo. Tipos de alimentos, frecuencia recomendada y variedad de la ingesta.	1.- Condición Física 2.- Pickleball. 3.- Relevos. 4.- Teatro. 5.- Floorball. 6.- Calentamiento 7.- Ropa adecuada.	1) Prueba práctica con registro cuantitativo (2.1) Ficha teórica (1.1)

1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física y deportiva, aplicando medidas rudimentarias de primeros auxilios. 1.6. Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos	B. Organización y gestión de la actividad física. – Elección de la práctica física. Gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. – Preparación de la práctica motriz. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva. – Planificación y autorregulación de proyectos motores. Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Medidas de seguridad en las actividades físicas practicadas dentro y fuera del centro escolar. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. La actividad como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas: conducta PAS, Protocolo 112, SVB. – Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la	8.- Higiene 9.- Actividades y modalidades deportivas.	Ficha teórica (1.6) Prueba práctica (2.2) Prueba práctica (1.3). 2) Prueba práctica/rúbrica (3.1) (2.2). 3) Prueba práctica/rúbrica (2.2) 4) Ficha teórica (1.2) Ficha teórica (2.1) Prueba práctica/rúbrica (1.4; 3.1; 4.3; 3.2)

decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación. 3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad. 4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos. 4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como	actividad, contexto y parámetros espaciales en los que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Capacidades perceptivo motrices en contexto de práctica. Integración del esquema corporal. Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. Capacidades condicionales. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Componentes elementales de la carga para el acondicionamiento físico. Deportes de red y muro: pickleball. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. Gestión emocional: perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físicos-deportivos. Reconocimiento del estrés asociado a situaciones motrices. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices		5) Prueba práctica/rúbrica (2.2; 3.1; 3.3) 6) Prueba práctica (1.2; 1.3). 7) Lista de control (1.3) 8) Observación directa (1.2). 9) Trabajo teórico (4.2)

herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad. Respeto a las reglas. Las reglas de juego como elemento de integración social. Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación: mimo y juego dramático. Deporte y género: presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.		

CENTRO: CEIPS ISABEL LA CATÓLICA ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 1º ESO - 2025/2026 3ª EVALUACIÓN			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (La numeración corresponde a los anexos del Decreto 65/2022; el primer	**CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS**	**SITUACIONES DE APRENDIZAJE**	**CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

número de cada criterio es el de la competencia específica)			
1.1. Establecer secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. 1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. 1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2. Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos	Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. La actividad como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Salud mental. Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. B. Organización y gestión de la actividad física. – Elección de la práctica física. Gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. – Preparación de la práctica motriz. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.	1.- Condición física. 2.- Bádminton. 3.- Balonmano. 4.- Danza aeróbica. 5.- Senderismo. 6.- Calentamiento. 7.- Ropa adecuada. 8.- Higiene. 9.- Actividades y modalidades deportivas.	1) Prueba práctica con registro cuantitativo (2.1) Ficha teórica (1.1) Ficha teórica (1.6) Prueba práctica (2.2) Prueba práctica (1.3). 2) Prueba práctica/rúbrica (3.1) (2.3) Ficha teórica (2.1) 3) Prueba práctica/rúbrica (3.1; 2.3; 2.2; 3.3)

decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación. 2.3. Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. 3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. 3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. 3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.	– Planificación y autorregulación de proyectos motores. Establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Medidas de seguridad en las actividades físicas practicadas dentro y fuera del centro escolar. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. – Toma de decisiones. Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en los que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. – Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica.		4) Prueba práctica/rúbrica (2.3; 3.2; 4.3) 5) Prueba práctica (5.1; 5.2) Prueba teórica (5.2). 6) Prueba práctica (1.2; 1.3). 7) Lista de control (1.3) 8) Observación directa (1.2). 9) Trabajo teórico (4.2)

4.2. Diferenciar objetivamente las distintas actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos. 4.3. Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. 5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura.	Integración del esquema corporal. Integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas. – Capacidades condicionales. Desarrollo de las capacidades físicas básicas. Componentes elementales de la carga para el acondicionamiento físico. – Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: Deportes de red y muro: bádminton. Deportes de invasión: balonmano. – Creatividad motriz. Resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo. – Habilidades sociales. Conductas prosociales en situaciones motrices colectivas: ayuda, colaboración, cooperación, empatía y solidaridad. – Respeto a las reglas. Las reglas de juego como elemento de integración social. – Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz,		

	actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). – Asertividad y autocuidado. Los juegos y las danzas. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo: danza aeróbica: variantes, pasos y coreografías básicas. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno. – Normas de uso. Conocimiento y respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. – Nuevos espacios y prácticas deportivas: características, requisitos, condicionantes, medidas de seguridad, de cuidado y de conservación del entorno de práctica. Utilización de espacios naturales desde la motricidad. Senderismo. Utilización de espacios urbanos desde la motricidad. Ciclismo urbano. – Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos. – Cuidado del entorno durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.		

En la siguiente tabla se informa de las veces que se trabaja cada Criterio de Evaluación, y del peso en la nota final que tiene cada Criterio de Evaluación cada vez que se califica durante el curso.

Criterio de Evaluación	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2
Peso del C.EV.	0,333	0,333	0,333	0,333	0,333	0,333	0,666	0,666	0,666	0,666	0,666	0,666	0,666	0,666	0,666	1	1
1ª evaluación	2	2	3	0	1	1	1	1	0	2	0	0	2	1	0	0	0
2ª evaluación	1	3	3	1	0	1	2	4	0	3	1	1	0	1	1	0	0
3ª evaluación	1	2	3	0	0	1	2	2	3	2	1	1	0	1	1	1	2
Total	4	7	9	1	1	3	5	7	3	7	2	2	2	3	2	1	2
Nota del C.EV. sobre la nota final de la asignatura, cada vez que se califica.	0,083	0,048	0,037	0,333	0,333	0,111	0,133	0,095	0,222	0,095	0,333	0,333	0,333	0,222	0,333	1,000	0,500

5.- PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN GENERALES.

El profesorado dispondrá de diferentes estrategias e instrumentos de evaluación para obtener información válida y fiable sobre el proceso de aprendizaje del alumnado. Se empleará un enfoque de evaluación continua, variada y global, que permitirá valorar tanto los resultados como los procesos, así como la evolución personal a lo largo del curso.

Entre los procedimientos que se podrán utilizar destacan:

Observación sistemática del trabajo en clase y de la participación en las diferentes actividades, registrando aspectos relacionados con la implicación, la cooperación, la actitud y el aprovechamiento del tiempo.

Tareas prácticas y teórico-prácticas, valoradas mediante listas de control, rúbricas o registros de desempeño.

Cuestionarios breves o ejercicios escritos que permitan comprobar la asimilación de los contenidos trabajados.

Exposiciones orales, debates y defensas argumentadas, de manera individual o grupal, para fomentar la expresión y el razonamiento.

Proyectos y microproyectos, individuales o colectivos, en los que se evaluará tanto el producto final como el procedimiento seguido (planificación, organización, cooperación, etc.).

Informes o trabajos escritos, en los que se valorará la adecuación a las orientaciones dadas, la capacidad de análisis y la presentación.

En la valoración de la condición física, se podrán utilizar pruebas de referencia adaptadas a la edad, de modo que el alumnado pueda observar su propia evolución personal a lo largo del curso.

En relación con las habilidades motrices, deportivas o expresivas, se organizarán sesiones específicas donde se observará la progresión del alumnado en circuitos, juegos modificados, secuencias técnicas o coreografías, atendiendo tanto a los aspectos cualitativos como cuantitativos de la ejecución.

En los proyectos o secuencias de aprendizaje por proyectos, se valorará no solo el resultado final, sino también el proceso de trabajo, la organización del grupo y el grado de implicación de cada participante.

La evaluación será, en todo momento, formativa y orientadora, proporcionando información al alumnado y al grupo para favorecer la mejora continua y la adquisición de competencias.

Condiciones específicas de entrega y realización de pruebas:

- Tareas y trabajos:
  - Si un alumno no entrega una tarea por haber faltado injustificadamente, dicha tarea será calificada con 0.
  - En caso de ausencia justificada, el alumno podrá entregar la tarea en un plazo acordado con el profesor.
- Pruebas escritas y prácticas:
  - La ausencia injustificada a un examen, ya sea teórico o práctico, supondrá una calificación de 0.
  - Para poder repetir una prueba será imprescindible presentar un justificante médico o documento oficial que acredite la imposibilidad de asistir en la fecha establecida.

6.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Con carácter general la realización de los trabajos de los alumnos deberá atender a las siguientes pautas:

- Se valorará el orden, la limpieza y los comentarios en la presentación de trabajos escritos.
- Se tendrá en cuenta la ortografía y la calidad de la redacción.
- Valoración de las faltas de ortografía en la realización de ejercicios escritos: como máximo se descontará 0,5 puntos por ejercicio bajo el siguiente criterio:
- De 1-3 faltas: 0,1 puntos por falta
- Más de 3 faltas 0,5 puntos de la puntuación final
- Se dará importancia a la claridad y a la coherencia en la exposición.
- No se recogerá ningún trabajo que se haya presentado fuera del plazo establecido.
- Se tendrá en cuenta en la calificación el planteamiento, razonamiento y explicación. Un resultado numérico correcto sin la justificación correspondiente no garantiza la calificación completa del ejercicio.

- El trabajo diario debe ser reflejo del trabajo personal, única garantía de aprendizaje. No se admitirán ejercicios plagiados. Dos ejercicios iguales, supondrá una calificación de cero en los dos ejercicios

La calificación del alumnado en Educación Física se basará en el grado de adquisición de las Competencias Específicas de la asignatura establecidas en el currículo.

1. Cada Competencia Específica tiene el mismo valor en la calificación final de la materia (2 puntos sobre 10).
2. Dentro de cada Competencia Específica, sus criterios de evaluación se reparten de manera equitativa el valor asignado a dicha competencia. De esta forma, el peso de cada criterio depende del número de criterios que contenga la competencia específica.
3. La nota de cada evaluación parcial será el resultado de la media ponderada de las competencias específicas trabajadas y calificadas en esa evaluación.
4. No todas las competencias ni todos los criterios se trabajan en cada evaluación. Algunas se abordan de manera continua a través de distintas situaciones de aprendizaje, mientras que otras se trabajan de forma puntual (por ejemplo, en actividades vinculadas al medio natural).
5. La nota final del alumnado será la suma de la calificación obtenida en cada una de las cinco competencias específicas, garantizando que todas tienen el mismo peso en el conjunto de la materia.
6. En caso de que un alumno no haya podido ser evaluado en algún criterio por causa justificada, se le facilitarán actividades alternativas que permitan evidenciar su grado de adquisición.

Se considerará que un alumno ha adquirido las competencias clave en una asignatura cuando la nota obtenida sea superior o igual a cinco. Para obtener la nota en una competencia clave se partirá de las notas obtenidas.
La nota de una competencia clave se obtiene a partir de la media de las notas de las competencias específicas que estén relacionadas con cada

competencia clave por descriptores operativos. Para calcular la media se sumará la nota de la competencia específica tantas veces como descriptores operativos están relacionados con esa competencia clave.

6.1.- PÉRDIDA DEL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA.

El alumno aprobará una evaluación y la evaluación ordinaria cuando la calificación obtenida según el apartado anterior sea igual o superior a 5.
La asistencia a clase es obligatoria. La ausencia injustificada a la misma en más de un 20 % supondría la imposibilidad de ser evaluado por el procedimiento anterior.
En este caso el alumno realizará al final del curso una prueba escrita sobre la totalidad de los saberes básicos de la asignatura cuya nota será la nota de la asignatura.

6.2.- NOTA FINAL DE LA ASIGNATURA.

La calificación final de la materia de Educación Física estará determinada por el grado de adquisición de las competencias específicas de la asignatura, las cuales se concretan y se valoran a través de los criterios de evaluación establecidos en el currículo oficial.

Cada competencia específica tiene el mismo valor en la nota final del curso (2 puntos sobre 10). Los criterios de evaluación asociados a cada competencia reparten entre sí dicho valor, de manera que su peso dependerá del número de criterios que compongan cada competencia. Todos los criterios serán evaluados al menos una vez mediante distintas tareas, pruebas o situaciones de aprendizaje.

En el caso de que un mismo criterio de evaluación sea trabajado en más de una ocasión a lo largo del curso, la calificación final de dicho criterio se obtendrá a partir de la información recogida en las diferentes tareas realizadas, valorando el conjunto de evidencias disponibles.

De esta manera, la nota final de la asignatura será el resultado de la media ponderada de las cinco competencias específicas, garantizando que todas tengan el mismo peso en la nota global.

La evaluación se realiza siempre por competencias y no por evaluaciones parciales independientes. Por tanto, no habrá calificaciones suspensas por trimestres que se arrastren; únicamente si la nota final del curso es inferior a 5, el alumnado deberá realizar una prueba de recuperación centrada en los contenidos teóricos fundamentales trabajados durante el curso. Esta recuperación se llevará a cabo al finalizar el curso.

Asimismo, cualquier conducta fraudulenta en una prueba escrita o teórica (copia, plagio, uso indebido de dispositivos electrónicos u otros medios) supondrá la calificación de 0 en dicha prueba, sin perjuicio de otras medidas disciplinarias que pudieran aplicarse.

7.- PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES.

La calificación se establece en función del grado de adquisición de las competencias específicas, concretadas en los criterios de evaluación que se trabajan a lo largo de todo el curso.

Esto implica que la valoración del alumnado se realiza de manera global y continua, considerando todas las evidencias recogidas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En el caso de que, una vez finalizado el curso, la calificación global de la materia sea inferior a 5, el alumnado dispondrá de un procedimiento de recuperación, que consistirá en la realización de una prueba sobre los contenidos teóricos fundamentales no alcanzados, con el fin de acreditar el aprendizaje mínimo necesario para superar la asignatura.

8.- GARANTÍAS PARA UNA EVALUACIÓN OBJETIVA.

Toda la información relacionada con la evaluación se podrá consultar en la página web del centro: colegioisabellacatolica.es

9.- PROCEDIMIENTOS Y ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE CURSOS ANTERIORES.

Si al finalizar el primer trimestre, el alumno ha obtenido una calificación igual o superior a 6 puntos, el profesor de Educación Física valorará si ha adquirido las competencias específicas necesarias que le permitan superar la asignatura pendiente del curso anterior. Si no es así, y el alumno obtiene una calificación inferior a 6 puntos, deberá entregar un dosier con los contenidos teóricos correspondientes de la materia suspensa en una fecha concreta que estipulará Jefatura de Estudios.

Toda la información se podrá consultar a través de la página web del centro https://colegioisabellacatolica.es/

10.- ANEXOS.

10.1.- ANEXO I. RELACIÓN ENTRE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y DESCRIPTORES OPERATIVOS.

EDUCACIÓN FÍSICA		CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEC			
Competencias Específicas	Descriptores operativos	1	2	3	4	5	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	1	2	3	4
1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científico, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.				■							■			■				■			■		■												
2.- Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.																	■	■				■	■						■	■					
3.- Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas funciones.					■														■		■		■			■									
4.- Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.																									■	■						■	■	■	■
5.- Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad en la práctica físico-deportiva según el entorno, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.														■														■	■		■				
Competencias		CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CE			CCEC			
Total descriptores en Educación Física		2					0			3					1					7					4				4			4			

10.2.- ANEXO II. PLAN DE REFUERZO POR ASIGNATURA PENDIENTE.

PLAN DE REFUERZO Individualizado

Nombre:	Apellidos

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y REFUERZO			
Actividad de aprendizaje y refuerzo		Fecha de inicio de la actividad	Fecha de entrega o realización
Tipología	Descripción	Inicio de Octubre	Al final de febrero y al final de abril
Práctica física en torneo escolar.	El alumnado con la asignatura pendiente de 1º ESO podrá reforzar los contenidos y habilidades básicas de la materia a través de su participación en los torneos deportivos organizados en los recreos del centro**.**		

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN	
Actividad de Evaluación	Fecha
La participación en dichos torneos permitirá trabajar de manera práctica aspectos fundamentales de la materia: condición física, cooperación, respeto a las normas de juego, hábitos saludables y valores asociados a la práctica deportiva. Estos espacios se conciben como un entorno complementario de aprendizaje y refuerzo, que contribuye a la mejora de la competencia motriz, la socialización y la adquisición de hábitos activos y saludables. ·Participación activa en los torneos deportivos de recreo**:** • Se valorará la asistencia, el compromiso, la cooperación con los compañeros y el respeto a las normas de juego. • La participación será supervisada mediante un registro de seguimiento. ·Superación de la primera evaluación de la materia de Educación Física del presente curso con una calificación igual o superior a 6**:**	A finales de enero y principios de mayo.

• En este caso, se considerará superada la asignatura pendiente de 1º ESO. · En caso de no alcanzar dicho nivel en la primera evaluación**:** • El alumno deberá realizar una prueba teórica en la convocatoria oficial de mayo-junio propuesta por el centro, en la que se evaluarán los contenidos básicos de 1º ESO.	