

EDUCACIÓN FÍSICA (PRIMER CICLO)

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable

EFI.1.A.1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física.

EFI.1.A.2. Salud social: la actividad física como práctica social saludable. Derechos de los niños y niñas en el deporte escolar. Respeto hacia todas las personas con independencia de sus características personales.

EFI.1.A.3. Salud mental: bienestar personal y en el entorno a través de la motricidad. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Organización y gestión de la actividad física

EFI.1.B.1. Elección de la práctica física: vivencia de diversas experiencias corporales en distintos contextos.

EFI.1.B.2. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar.

EFI.1.B.3. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal.

EFI.1.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores sencillos: objetivos o metas. Utilización de recursos digitales. EFI.1.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: juegos de activación, calentamiento y vuelta a la calma.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

EFI.1.C.1. Toma de decisiones: adecuación de las acciones a las capacidades y las limitaciones personales en situaciones motrices individuales. Coordinación de acciones con compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Adecuación de la acción a la ubicación del adversario en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección de la posición corporal o la distancia adecuada en situaciones de oposición de contacto. Selección de acciones para mantener la posesión, recuperar el móvil o evitar que el atacante progrese en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.1.C.2. Capacidades perceptivo motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal: conciencia corporal. Lateralidad y su proyección en el espacio. Coordinación óculo-pédica y óculo-manual. Equilibrio estático y dinámico.

EFI.1.C.3. Capacidades físicas desde el ámbito lúdico y el juego.

EFI.1.C.4. Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas.

EFI.1.C.5. Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos. Apoyo en recursos digitales.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

EFI.1.D.1. Gestión emocional: estrategias de identificación, experimentación y manifestación de emociones, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices. Gestión del conflicto: iniciarse en el conocimiento de estrategias para solucionar situaciones conflictivas; establecimiento de medidas guiadas para solucionar la situación problemática y acuerdos para adoptarlas.

EFI.1.D.2. Habilidades sociales: verbalización de emociones derivadas de la interacción en contextos motrices.

EFI.1.D.3. Respeto a las reglas de juego, a las normas y a los compañeros. Tolerancia a la frustración.

EFI.1.D.4. Conductas que favorezcan la convivencia y de igualdad de género, inclusivas y de respeto a los demás, en situaciones motrices: estrategias de identificación de conductas discriminatorias o contrarias a la convivencia.

E. Manifestaciones de la cultura motriz

EFI.1.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los juegos y las danzas como manifestación de la cultura andaluza.

EFI.1.E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: gestos, muecas, posturas y otros.

EFI.1.E.3. Práctica de actividades rítmico musicales con carácter artístico-expresivo.

EFI.1.E.4. Deporte y perspectiva de género: referentes en el deporte de distintos géneros.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

EFI.1.F.1. Normas de uso: educación vial para peatones. Normas de uso de la vía pública. Movilidad segura, saludable y sostenible.

EFI.1.F.2. Posibilidades motrices de los espacios de juego y esparcimiento infantil.

EFI.1.F.3. El material físico y digital, y sus posibilidades de uso para el desarrollo de la motricidad.

EFI.1.F.4. Realización de actividades seguras en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía.

EFI.1.F.5. Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano. Uso eficiente y respetuosos de las instalaciones deportivas del entorno.

RELACIÓN DE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SABERES BÁSICOS

Educación Física (Primer Ciclo)			
Competencias específicas	Criterios de evaluación 1º	Criterios de evaluación 2º	Saberes básicos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica	1.1.a. Identificar los desplazamientos activos como práctica saludable, buscando la posibilidad de integrar normas de seguridad y hábitos de higiene en prácticas motrices cotidianas, conociendo sus beneficios para el establecimiento de un estilo de vida activo.	1.1.b. Identificar los desplazamientos activos como práctica saludable, integrando normas de seguridad y hábitos de higiene en prácticas motrices cotidianas, conociendo sus beneficios físicos para el establecimiento de un estilo de vida activo.	EFI.1.A.1.

motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3, CD1, CD2, CD3.	1.2.a. Explorar las posibilidades de la propia motricidad a través del juego, practicando en distintas situaciones cotidianas, medidas básicas de cuidado de la salud personal a través de la higiene corporal y la educación postural.	1.2.b. Explorar las posibilidades de la propia motricidad a través del juego, aplicando en distintas situaciones cotidianas, medidas básicas de cuidado de la salud personal a través de la higiene corporal y la educación postural.	EFI.1.C.2.
	1.3.a. Vivenciar juegos de activación y vuelta a la calma identificando su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar lesiones, manteniendo la calma y sabiendo cómo actuar en caso de que se produzca algún accidente en contextos de práctica motriz.	1.3.b. Participar en juegos de activación y vuelta a la calma reconociendo su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar lesiones, manteniendo la calma y sabiendo cómo actuar en caso de que se produzca algún accidente en contextos de práctica motriz.	EFI.1.A.3. EFI.1.B.3. EFI.1.B.5. EFI.1.E.1.
	1.4.a. Identificar los valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, viven creando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos y respetando a todos los participantes con independencia de sus diferencias individuales.	1.4.b. Conocer los valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, reconociendo, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos y respetando a todos los participantes con independencia de sus diferencias individuales.	EFI.1.D.1. EFI.1.D.2. EFI.1.D.4.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, 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, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CD1, CD2, CD3.	2.1.a. Vivenciar la importancia de establecer metas claras a la hora de desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, identificando su consecución a partir de un análisis de los resultados obtenidos.	2.1.b. Reconocer la importancia de establecer metas claras a la hora de desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, valorando su consecución a partir de un análisis de los resultados obtenidos.	EFI.1.B.4. EFI.1.C.1.
	2.2.a. Explorar situaciones variadas en contextos de práctica motriz de manera ajustada según las circunstancias.	2.2.b. Adoptar decisiones en contextos de práctica motriz de manera ajustada según las circunstancias.	EFI.1.B.1. EFI.1.B.4. EFI.1.C.1.
	2.3.a. Vivenciar y emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera lúdica e integrada en diferentes situaciones y contextos, mejorando progresivamente su control y su dominio corporal.	2.3.b. Descubrir, reconocer y emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera lúdica e integrada en diferentes situaciones y contextos, mejorando progresivamente su control y su dominio corporal.	EFI.1.C.2. EFI.1.C.3. EFI.1.C.4. EFI.1.C.5.
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CP SAA5, CC2, CC3.	3.1.a. Vivenciar las emociones que se producen durante el juego y la actividad física, iniciándose en la gestión positiva de las mismas.	3.1.b. Identificar las emociones que se producen durante el juego, intentando gestionar las y disfrutando de la actividad física.	EFI.1.D.1. EFI.1.D.2.
	3.2.a. Acordar normas y reglas de juegos consensuadas en clase, interactuando con diálogo y aceptando las diferencias individuales.	3.2.b. Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, aceptando las características y niveles de los participantes.	EFI.1.A.2. EFI.1.B.2. EFI.1.D.3. EFI.1.E.4.
	3.3.a. Iniciarse en prácticas motrices cotidianas cooperativas, mostrando actitudes de respeto y responsabilidad.	3.3.b. Participar en las prácticas motrices cotidianas, comenzando a desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación, iniciándose en la resolución de conflictos personales de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a las actuaciones contrarias a la convivencia.	EFI.1.D.2. EFI.1.D.3. EFI.1.D.4. EFI.1.E.2.

4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana. CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4, CD1, CD2, CD3.	4.1.a. Vivenciar juegos y manifestaciones artístico-expresivas de carácter cultural del entorno cercano, valorando su componente lúdico y disfrutando de su puesta en práctica.	4.1.b. Participar activamente en juegos y otras manifestaciones artístico-expresivas de carácter cultural propias del entorno, valorando su componente lúdico-festivo y disfrutando de su puesta en práctica.	EFI.1.E.1. EFI.1.E.3.
	4.2.a. Conocer a referentes del deporte de ambos géneros del entorno cercano, reconociendo el esfuerzo y la dedicación requeridos para alcanzar el éxito.	4.2.b. Conocer y valorar los logros de distintos referentes del deporte andaluz de ambos géneros, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar dichos éxitos.	EFI.1.D.4. EFI.1.E.4.
	4.3.a. Explorar las posibilidades expresivas del cuerpo y del movimiento en actividades rítmico-musicales de carácter expresivo.	4.3.b. Adecuar los distintos usos comunicativos de la corporalidad y sus manifestaciones a diferentes ritmos y con textos expresivos.	EFI.1.D.2. EFI.1.E.2. EFI.1.E.3.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora. STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3, CD5.	5.1.a. Explorar el entorno natural y urbano, aprendiendo a utilizarlo de forma segura, conociendo otros usos desde la motricidad, adoptando actitudes de respeto hacia ellos durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres o acuáticos e iniciándose en su cuidado y conservación.	5.1.b. Participar en actividades lúdico-recreativas de forma segura en los entornos natural y urbano y en contextos terrestres o acuáticos, conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación de dichos entornos.	EFI.1.F.1. EFI.1.F.2. EFI.1.F.3. EFI.1.F.4. EFI.1.F.5.