

EDUCACIÓN FÍSICA (SEGUNDO CICLO)

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable

EFI.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.

EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico deportivas.

EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Organización y gestión de la actividad física

EFI.2.B.1. Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos, lúdico recreativos, cooperativos, competitivo, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción. Respeto las elecciones de los demás.

EFI.2.B.2. Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.

EFI.2.B.3. Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.

EFI.2.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. Utilización de recursos digitales.

EFI.2.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices

EFI.2.C.1. Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros y compañeras desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.2.C.2. Capacidades perceptivo motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.

EFI.2.C.3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas.

EFI.2.C.4. Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.

EFI.2.C.5. Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos. Apoyo en recursos digitales.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

EFI.2.D.1. Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.

EFI.2.D.2. Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.

EFI.2.D.3. Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.

EFI.2.D.4. Conductas contrarias a la convivencia, discriminatorias o sexistas, en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación y efectos negativos.

E. Manifestaciones de la cultura motriz

EFI.2.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

EFI.2.E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples.

EFI.2.E.3. Práctica de actividades rítmico musicales con carácter expresivo.

EFI.2.E.4. Deporte e igualdad y perspectiva de género: ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros. La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

EFI.2.F.1. Normas de uso: educación vial para bicicletas. Movilidad segura, saludable y sostenible.

EFI.2.F.2. Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento.

EFI.2.F.3. Estado del material físico y digital para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos.

EFI.2.F.4. Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión.

EFI.2.F.5. Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía.

EFI.2.F.6. Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano.

RELACIÓN DE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SABERES BÁSICOS

Educación Física (Segundo Ciclo)			
Competencias específicas	Criterios de evaluación 3º	Criterios de evaluación 4º	Saberes básicos

<p>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 motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3, CD1, CD2, CD3.</p>	<p>1.1.a. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, practicando desplazamientos activos y sostenibles e identificando los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.</p>	<p>1.1.b. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.</p>	<p>EFI.2.A.1. EFI.2.A.3.</p>
	<p>1.2.a. Practicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p>	<p>1.2.b. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p>	<p>EFI.2.A.1. EFI.2.B.3. EFI.2.C.2.</p>
	<p>1.3.a. Ejecutar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, vivenciando protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p>	<p>1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p>	<p>EFI.2.B.2. EFI.2.B.5.</p>
	<p>1.4.a. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, identificando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p>	<p>1.4.b. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p>	<p>EFI.2.A.2. EFI.2.A.3. EFI.2.D.2.</p>
<p>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.</p> <p>STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CD1, CD2, CD3.</p>	<p>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.</p>	<p>2.1.b. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.</p>	<p>EFI.2.B.1. EFI.2.C.1.</p>
	<p>2.2.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo identificando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.</p>	<p>2.2.b. Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.</p>	<p>EFI.2.B.1. EFI.2.B.4. EFI.2.C.5.</p>
	<p>2.3.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, analizando si es preciso cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, a través del análisis del grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.</p>	<p>2.3.b. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, lúdicas y deportivas, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.</p>	<p>EFI.2.C.2. EFI.2.C.3. EFI.2.C.4. EFI.2.C.5.</p>
<p>3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades</p>	<p>3.1.a. Mostrar una disposición positiva hacia el juego, controlando las emociones negativas en contextos lúdicos de práctica motriz.</p>	<p>3.1.b. Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones negativas que surjan en contextos de</p>	<p>EFI.2.D.1. EFI.2.D.2.</p>

<p>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.</p> <p>CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CP SAA5, CC2, CC3.</p>		actividad motriz.	
	3.2.a. Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio desde el diálogo y el debate, expresando y escuchando propuestas y pensamientos de manera activa.	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, valorando la aportación de los participantes.	EFI.2.D.2.
	3.3.a. Identificar en prácticas motrices variadas habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación, propo riadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia	EFI.2.A.2. EFI.2.D.2. EFI.2.D.3. EFI.2.D.4.
<p>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.</p> <p>CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4, CD1, CD2, CD3.</p>	4.1.a. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza, tradicional o actual, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo.	4.1.b. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.	EFI.2.E.1. EFI.2.E.3.
	4.2.a. Experimentar prácticas deportivas individuales, colectivas y mixtas, disfrutando de su práctica y conociendo las distintas posibilidades de deporte federado que existen en su entorno cercano.	4.2.b. Asumir una visión abierta de deporte a partir del conocimiento de distintas ligas femeninas, masculinas o mixtas, acercándose al deporte federado e identificando y rechazando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.	EFI.2.D.4. EFI.2.E.4.
	4.3.a. Aplicar de forma espontánea y creativa distintas combinaciones de movimientos que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.	4.3.b. Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.	EFI.2.E.2. EFI.2.E.3.
<p>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.</p>	5.1.a. Fomentar una práctica motriz teniendo en cuenta las posibles dificultades en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, observando cada situación antes de realizar las acciones y atendiendo a las medidas de conservación ambiental existentes.	5.1.b. Desarrollar una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.	EFI.2.F.1. EFI.2.F.2. EFI.2.F.3. EFI.2.F.4. EFI.2.F.5. EFI.2.F.6.

STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3, CD5.			
------------------------------------	--	--	--