

Bloq. Saber	Saberes Básicos	
4.EFI.B1	A. Vida activa y saludable.	
4.EFI.B1.SB1	Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares).	
4.EFI.B1.SB2	Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.	
4.EFI.B1.SB3	Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.	
	Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.	
Bloq. Saber	Saberes Básicos	
4.EFI.B2	B. Organización y gestión de la actividad física.	
4.EFI.B2.SB1	Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.	
4.EFI.B2.SB2	Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.	
4.EFI.B2.SB3	Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.	
4.EFI.B2.SB4	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.	
4.EFI.B2.SB5	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.	
4.EFI.B2.SB6	Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).	
Bloq. Saber	Saberes Básicos	
4.EFI.B3	C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	
4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración/oposición de persecución y de interacción con un móvil.	
4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.	
4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.	
4.EFI.B3.SB4	Sistemas de entrenamiento.	
4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.	
4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.	
4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.	
Bloq. Saber	Saberes Básicos	
4.EFI.B4	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	
4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.	
4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.	
4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.	
4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.	
Bloq. Saber	Saberes Básicos	
4.EFI.B5	E. Manifestaciones de la cultura motriz.	
4.EFI.B5.SB1	Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.	
4.EFI.B5.SB2	Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.	
4.EFI.B5.SB3	Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.	
4.EFI.B5.SB4	Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.	
4.EFI.B5.SB5	Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.	
Bloq. Saber	Saberes Básicos	
4.EFI.B6	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	
4.EFI.B6.SB1	Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.	
4.EFI.B6.SB2	La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.	
4.EFI.B6.SB3	Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).	
4.EFI.B6.SB4	Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab.	
4.EFI.B6.SB5	Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.	
4.EFI.B6.SB6	Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.	
4.EFI.B6.SB7	Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.	
4.EFI.B6.SB8	Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.	
4.EFI.B6.SB9	Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.	
4.EFI.B6.SB10	Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.	

1	Unidad de Programación: PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO		1ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	4.EFI.B1.SB2	Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.		
	4.EFI.B1.SB3	Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.		
	4.EFI.B2.SB1	Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.		
	4.EFI.B2.SB2	Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.		
	4.EFI.B2.SB3	Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.		
	4.EFI.B2.SB4	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.		
	4.EFI.B2.SB5	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.		
	4.EFI.B2.SB6	Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).		
	4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.		
	4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.		
	4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.		
	4.EFI.B3.SB4	Sistemas de entrenamiento.		
	4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.		
	4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
	4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.		
	4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.		
	4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.		
	4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.		
	4.EFI.B4.SB4	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.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE1	Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.		30	
	4.EFI.CE1.CR1	Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	16,67	MEDIA PONDERADA
	4.EFI.CE1.CR4	Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	16,67	MEDIA PONDERADA

2	Unidad de Programación: BASEBALL		1ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
4.EFI.B2.SB1	Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.			
4.EFI.B2.SB2	Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.			
4.EFI.B2.SB3	Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.			
4.EFI.B2.SB4	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.			
4.EFI.B2.SB5	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.			
4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.			
4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.			
4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.			
4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.			
4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.			
4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.			
4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.			
4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.			
4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.			
4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.			
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE1	Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.		30	
4.EFI.CE1.CR5	Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.		16,67	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE3	Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		30	
4.EFI.CE3.CR2	Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.		33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE4	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	
4.EFI.CE4.CR2	Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físicodeportivo.		33,33	MEDIA PONDERADA

3	Unidad de Programación: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD		1ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	4.EFI.B1.SB1	Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.		
	4.EFI.B1.SB2	Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.		
	4.EFI.B1.SB3	Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.		
	4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.		
	4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.		
	4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.		
	4.EFI.B3.SB4	Sistemas de entrenamiento.		
	4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.		
	4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
	4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.		
	4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE1	Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.		30	
	4.EFI.CE1.CR2	Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	16,67	MEDIA PONDERADA
	4.EFI.CE1.CR3	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.	16,67	MEDIA PONDERADA
	4.EFI.CE1.CR6	Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	16,67	MEDIA PONDERADA

4	Unidad de Programación: JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS: FLOORBALL		2ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
4.EFI.B2.SB1	Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.			
4.EFI.B2.SB2	Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.			
4.EFI.B2.SB3	Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.			
4.EFI.B2.SB4	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.			
4.EFI.B2.SB5	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.			
4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.			
4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.			
4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.			
4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.			
4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.			
4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.			
4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.			
4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.			
4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.			
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE2	Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		30	
4.EFI.CE2.CR3	Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.		33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE3	Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		30	
4.EFI.CE3.CR1	Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.		33,33	MEDIA PONDERADA

5	Unidad de Programación: HABILIDADES COORDINATIVAS: COMBA Y DIÁBOLO		2ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	4.EFI.B2.SB2	Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.		
	4.EFI.B2.SB3	Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.		
	4.EFI.B2.SB4	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.		
	4.EFI.B2.SB5	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.		
	4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.		
	4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.		
	4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.		
	4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.		
	4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
	4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.		
	4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.		
	4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.		
	4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE2	Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		30	
	4.EFI.CE2.CR1	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.	33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE3	Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		30	
	4.EFI.CE3.CR2	Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	33,33	MEDIA PONDERADA

6	Unidad de Programación: ACROSPORT		2ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	4.EFI.B1.SB3	Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.		
	4.EFI.B2.SB6	Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).		
	4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
	4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.		
	4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.		
	4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.		
	4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.		
	4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		
	4.EFI.B5.SB1	Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.		
	4.EFI.B5.SB2	Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.		
	4.EFI.B5.SB3	Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.		
	4.EFI.B5.SB4	Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.		
	4.EFI.B5.SB5	Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE1	Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.		30	
	4.EFI.CE1.CR1	Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	16,67	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE4	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	
	4.EFI.CE4.CR3	Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	33,33	MEDIA PONDERADA

7	Unidad de Programación: SHUTLEBALL		Final	
	Saberes básicos:			
4.EFI.B2.SB1	Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.			
4.EFI.B2.SB2	Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.			
4.EFI.B2.SB3	Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.			
4.EFI.B2.SB4	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.			
4.EFI.B2.SB5	Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.			
4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.			
4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.			
4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.			
4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.			
4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.			
4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.			
4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.			
4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.			
4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.			
4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.			
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE2	Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		30	
4.EFI.CE2.CR2	Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.		33,33	MEDIA PONDERADA
4.EFI.CE2.CR3	Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.		33,33	MEDIA PONDERADA

8	Unidad de Programación: JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS: ULTIMATE		Final	
	Saberes básicos:			
	4.EFI.B3.SB1	Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.		
	4.EFI.B3.SB2	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.		
	4.EFI.B3.SB3	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.		
	4.EFI.B3.SB4	Sistemas de entrenamiento.		
	4.EFI.B3.SB5	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.		
	4.EFI.B3.SB6	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.		
	4.EFI.B3.SB7	Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.		
	4.EFI.B4.SB1	Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.		
	4.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.		
	4.EFI.B4.SB3	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.		
	4.EFI.B4.SB4	Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE3	Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		30	
	4.EFI.CE3.CR3	Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE4	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	
	4.EFI.CE4.CR1	Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	33,33	MEDIA PONDERADA

9	Unidad de Programación: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL		Final	
	Saberes básicos:			
	4.EFI.B6.SB1	Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.		
	4.EFI.B6.SB3	Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).		
	4.EFI.B6.SB4	Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab.		
	4.EFI.B6.SB5	Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.		
	4.EFI.B6.SB6	Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.		
	4.EFI.B6.SB7	Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
4.EFI.CE5	Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.		5	
	4.EFI.CE5.CR1	Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	50	MEDIA PONDERADA
	4.EFI.CE5.CR2	Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	50	MEDIA PONDERADA



INTRODUCCIÓN

Integrantes del Departamento de Educación Física en el Curso 25/26

El presente curso 2025/26 componen el departamento de Educación Física los profesores:

- José Luis Inarejos Bellón
- Fabián Carmona Hidalgo
- Almudena Pino Sáez
- Patricia Abad Muñoz

Materias impartidas por el Departamento en el Curso 25/26

Todos imparten la asignatura de Educación Física.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

El referente de la evaluación son los Criterios de Evaluación. El alumno superará la materia de Educación Física si obtiene en la evaluación ordinaria una calificación de Suficiente o superior; dicha calificación se obtendrá de la ponderación de las Competencias Específicas basadas en los Criterios de Evaluación (según el porcentaje mostrado) y en cada trimestre se calculará con la ponderación de los Criterios evaluados hasta ese momento, teniendo un carácter meramente informativo.

La nota de la materia se obtiene de la media ponderada de las calificaciones de las competencias específicas, teniendo en cuenta que cada una obtiene, a su vez, su valoración por la media ponderada de sus criterios de evaluación, quedando recogidas en el Cuaderno de Evaluación, donde cada Criterio de Evaluación aparece dividido en Niveles de Logro o Desempeño:

- **Nivel 1. NI (0 a 2):** Es el nivel de desempeño más bajo; es muy deficiente o no se ha iniciado. El alumno muestra graves carencias en términos de conocimientos y destrezas (habilidades motrices, capacidades físicas, etc.), así como muestra un bajo o muy bajo interés por la asignatura, esfuerzo, participación, trabajo diario, etc., que le conducen a la no consecución de los objetivos, los criterios de evaluación y las competencias requeridas para alcanzar el aprobado en la asignatura
- **Nivel 2. EP (3-4):** El desempeño es insuficiente; se está en proceso de conseguir el grado de competencia esperado. El alumno muestra bastante imprecisiones y carencias en relación a las habilidades y destrezas propias de cada contenido trabajado, así como al trabajo diario, la disciplina, la participación, el interés, el esfuerzo, por lo que no ha adquirido los requisitos mínimos que se le exigen en objetivos, criterios de evaluación y competencias para obtener el aprobado en la asignatura.
- **Nivel 3. C (5-6):** El desempeño del alumno es bueno; ha conseguido el grado de competencia esperado, aunque de una forma básica. Muestra interés, esfuerzo, participación en las sesiones, comprende y realiza los ejercicios y actividades con cierta calidad/habilidad, etc. Ha adquirido los requisitos mínimos que se le exigen en objetivos, criterios de evaluación y competencias para obtener el aprobado en la asignatura.
- **Nivel 4. R (7-8):** El desempeño del alumno es notable; ha conseguido, de manera relevante, el grado de competencia esperado. Es capaz de dominar con bastante soltura, fluidez, eficacia, las habilidades técnicas de las actividades o contenidos trabajados, así como muestra un elevado grado de compromiso, interés, participación, esfuerzo en las sesiones. Evidencia autonomía, solvencia y precisión los saberes básicos y las competencias propuestas.
- **Nivel 5. E (9-10):** El desempeño del alumno es sobresaliente; ha conseguido, de manera excelente, el grado de competencia esperado. Maneja con gran autonomía, solvencia y precisión los saberes básicos y las competencias propuestas. Presenta un excelente grado de participación, interés, esfuerzo y trabajo diario, así como manifiesta un dominio total de las habilidades y capacidades trabajadas en cada sesión.

Cuando no se alcance el aprobado o cuando el nivel de logro global corresponda a un aprobado bajo (Niveles NI o EP) se indicarán al alumnado los criterios de evaluación y los saberes básicos que debe recuperar, para lo cual se establecerán los procedimientos e instrumentos de evaluación que deberán desarrollar para lograr un nivel de desempeño adecuado. Aquellos alumnos que no logren obtener una calificación positiva en una evaluación recibirán un Plan de Trabajo en el que se propondrán actividades de refuerzo y repaso a realizar al inicio de la siguiente evaluación.

PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Para favorecer la adquisición de un adecuado nivel de desempeño se emplearán procedimientos e instrumentos de evaluación variados (pruebas prácticas y determinadas pruebas escritas, observación en clase del trabajo, esfuerzo e interés diarios, exposiciones orales, trabajos individuales, trabajos colaborativos...) que se adapten lo mejor posible al tipo de criterio de evaluación y de saber básico que se pretende evaluar. Entre los procedimientos de evaluación a utilizar destacamos:

- Análisis y observación de cada una de las **actividades prácticas** realizadas en clase por los alumnos, tanto individuales como en grupo.
- Valoración del grado de **participación, interés, esfuerzo** diarios del alumno en las clases, lo cual vendrá determinado por: la asistencia a las clases, la puntualidad en las clases, la participación activa, es decir, actitud positiva en clase, tanto hacia los contenidos como hacia el profesor y el resto de los compañeros, esfuerzo en clase, correcto uso del material, hábitos higiénicos, indumentaria apropiada para realizar ej. físico, así como un uso correcto de la misma (zapatillas bien atadas, etc.), cooperación y colaboración, entrega puntual de los trabajos propuestos por el profesor, respeto a las normas (no comer chicle, no usar el móvil o llevarlo consigo durante la clase, alterar el orden y normal desarrollo de la clase, etc...)
- **Ejercicios o pruebas prácticas específicas** de cada contenido: actividades y pruebas de aptitud física, pruebas de habilidades específicas, solución de problemas técnico-tácticos propuestos en juegos y deportes, participación en las actividades complementarias, etc.
- Algunos **cuestionarios** de evaluación relacionados con los contenidos o saberes básicos trabajados en clase, con pruebas escritas o juegos tipo Kahoot.
- Los no capacitados por causas médicas que no puedan realizar algún tipo específico de actividad física tendrán que ser evaluados de aquellos contenidos que no pongan un riesgo para su integridad, así como de la parte correspondiente al marco teórico; un trabajo sobre algún contenido teórico que se estime oportuno que permita su evaluación. De igual manera. También se valorará su ayuda en la organización, apoyo y otras tareas que se les pueda encomendar (un alumno puede no estar exento totalmente y realizar determinadas actividades).

CRITERIOS Y PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN. PLANES DE REFUERZO PARA EL ALUMNADO CON LA MATERIA NO SUPERADA DEL CURSO ANTERIOR

En cuanto a las recuperaciones, vamos a diferenciar dos posibles situaciones:

- **Evaluación suspensa:** el alumno/a deberá recuperar los Criterios de Evaluación que ha suspendido en el trimestre anterior, para lo cual el Departamento determinará el procedimiento y fecha para la realización de las recuperaciones. No obstante, podrá aprobarla, si así lo considera el Departamento, al haber superado la siguiente evaluación, o bien, ha realizado las actividades de recuperación planteadas o ha presentado los trabajos correspondientes que se le hayan propuesto.
- **Materia pendiente del curso anterior:** estos alumnos y alumnas recuperan si aprueban el curso siguiente (en el que están matriculados/as). No obstante, se les podrá hacer un examen y/o pedir trabajos en relación a los saberes básicos del curso anterior. Normalmente, con una asistencia regular durante el presente curso y si superan la 1ª y/o la 2ª evaluaciones recuperarán automáticamente la asignatura pendiente del curso anterior. En cualquier caso, deberán atenderse al procedimiento de recuperación que determine el Departamento, y dentro de las fechas que éste establezca. Se encargará del seguimiento el profesor o profesora que imparta clase en dicho grupo y curso escolar.

Por otro lado, se elaborará un **Plan Específico Personalizado del Alumno Repetidor**, para los que repiten curso, pudiendo darse dos situaciones:

- **Alumnado repetidor que superó la materia:** puesto que ya en el curso anterior alcanzó los objetivos marcados, así como las competencias establecidas, este alumnado realizará junto con las actividades propias del nivel educativo en el que se encuentra, una serie de actividades de consolidación y ampliación de las diferentes unidades didácticas. De esta forma evitaremos la falta de interés en contenidos ya superados. En casos puntuales y bajo la supervisión del profesor/a, este tipo de alumnado podrá prestar ayuda a otros compañeros con dificultades. En aquellas unidades didácticas en las que presente mayores dificultades o no hubiera alcanzado unos mínimos con anterioridad realizará las mismas actividades que el resto de compañeros de clase.
- **Alumnado repetidor que no superó la materia:** este alumnado, seguirá la programación establecida por el departamento para el nivel educativo donde se encuentre. Sin embargo, se reforzará mediante la realización de actividades aquellos aspectos que no posibilitaron la superación de la materia en el curso anterior. Realizarán actividades de refuerzo de diferente nivel de dificultad, actividades encaminadas a consolidar los conocimientos y competencias adquiridos, así como actividades de ampliación en caso de que en alguno de los bloques de contenidos se observe que su nivel de partida es mayor que el requerido por el departamento para el nivel educativo que cursa.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS Y MEDIDAS DE INCLUSIÓN

Creemos en la necesidad de implantar un estilo de vida activo entre los escolares y en la pertinencia de asegurar un amplio bagaje motor a través de prácticas motrices variadas. El objetivo principal es la adquisición y el desarrollo de las competencias clave que están determinadas en el Perfil de Salida del alumnado a través de un aprendizaje activo o Metodologías Activas (Aprendizaje Cooperativo, el Modelo Ludotécnico, la Gamificación, Aprendizaje por Descubrimiento, Aprendizaje Basado en Problemas, etc.), que serán utilizadas en las diferentes situaciones de aprendizaje para generar un ambiente propicio en el aula, utilizar estrategias participativas, asegurar la construcción de aprendizajes que tengan significado para el alumnado, proporcionar situaciones de aprendizaje que tengan sentido para el alumnado, con el fin de que resulten motivadoras, favorecer la autonomía del aprendizaje, pero también el trabajo en equipo (cooperativo), potenciar el uso de fuentes de información diversas, utilizar las tecnologías digitales como herramientas de aprendizaje, favorecer la comunicación de lo aprendido, utilizar la evaluación formativa, impulsar la funcionalidad de lo aprendido.

En cualquier caso, la metodología será fundamentalmente activa y participativa

Organización de tiempos, agrupamientos y espacios

En relación a la organización de los espacios, en Educación Física estará siempre supeditada a la climatología, la coincidencia de los profesores en cada banda horaria y el contenido a trabajar, de modo que se hace complicado prever en qué lugar (pista, gimnasio o aula) se podrá llevar a cabo cada sesión. En cualquier caso, siempre se trata de programar las sesiones intentando que este condicionante afecte lo menos posible a su desarrollo, saliendo incluso fuera del centro a zonas cercanas.

En cuanto a la temporalización (distribución de los tiempos) depende igualmente de las circunstancias descritas anteriormente, de modo que nos vemos obligados a trabajar determinados contenidos en una época del año concreta y no en otra, pues algunos no pueden impartirse en invierno (con el frío extremo) o en otoño o primavera (con las altas temperaturas que hay que soportar), lo que es tan importante como la organización y la elección del espacio dentro de un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial, activo y cooperativo.

Materiales y recursos didácticos

En cuanto a los recursos espaciales, se empleará la práctica totalidad de medios existentes en el Centro; disponemos de:

- Espacios deportivos convencionales: 2 pistas polideportivas, (de 40x20m), un pabellón y una sala.
- Espacios deportivos no convencionales: aquellos susceptibles de ser utilizados para la actividad física y sin que este sea su objetivo primordial: parques cercanos y otros espacios anexos.

Por otro lado, en nuestra asignatura es interesante fomentar el reciclaje, trabajar sobre el uso adecuado de los materiales y apostar por su autoconstrucción en los casos en los que sea posible. Inculcar el cuidado y el buen uso es fundamental en Educación Física, por lo que es un aspecto valorable y a tener en cuenta en la evaluación del alumnado, teniendo siempre en cuenta que se ajusten a las necesidades, las características y los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado.

Además, se utilizarán herramientas digitales que faciliten y favorezcan el apoyo y el trabajo de determinados contenidos: desde material audiovisual (vídeos, música), hasta aplicaciones que permitan el registro, la adquisición de información, el análisis e, incluso, la evaluación en la práctica físico-deportiva (ej.: Endomondo, Kahoot, etc.)

Medidas de inclusión educativa y atención a la diversidad

Las estrategias y metodologías empleadas ofrecerán diversas formas de participación y de implicación en el propio proceso de aprendizaje para atender a la diversidad. Para ello, vamos a tener en cuenta las siguientes pautas de actuación en el tratamiento de la inclusión educativa:

a) Al inicio del curso escolar.

Se consultará con el Departamento de Orientación para conocer si existen dificultades con algún alumno/a respecto a:

- Expresión oral,
- Informes médicos si los hubiera
- Autonomía y dificultades motrices

b) Durante el curso escolar.

Las medidas ordinarias que se contemplan son:

- En cuanto a tareas establecidas en las situaciones de aprendizaje: incluir posibilidades de ampliación para alumnos/as con un ritmo más avanzado o de refuerzo para el alumnado que lo requiera.
- En cuanto a la metodología: realizando agrupamientos de alumnos diversos, utilizando métodos de aprendizaje cooperativo, favoreciendo la participación del alumnado en las actividades propuestas.
- Planes de Trabajo Individualizados.

Las adaptaciones y modificaciones que sean necesarias llevar a cabo en el aula para garantizar el acceso al currículo y la participación, eliminando tanto las barreras de movilidad como de comunicación, comprensión y cuantas otras pudieran detectarse.

Medidas a adoptar en relación al alumnado indispuesto temporalmente o durante períodos más largos de tiempo

Para finalizar, no queremos dejar de mencionar el motivo más común dentro de nuestra asignatura, por el cual tenemos que realizar una atención individualizada. Nos referimos a los alumnos que, de forma temporal o permanente, no pueden realizar actividad física (lesionados, resfriados, indispuestos); para ello, al inicio de curso se solicitará una ficha médica de cada alumno/a que quedará a disposición del departamento para su consulta en el momento que se necesite.

Por otro lado, no existe el alumnado exento, lo que queda reflejado en la Orden Ministerial de 10 de Julio de 1995 (BOE de 15 de julio), pero si un alumno/a presentara cualquier dificultad para realizar Educación Física con normalidad, deberá adjuntar un informe médico que describa el problema causante y las recomendaciones médicas a tener en cuenta: medicación, consejos, así como detallar los ejercicios o actividades que puede o no practicar, intensidad del esfuerzo o cualquier otro aspecto relevante para hacer actividad física de forma saludable.

En caso de estar parcialmente indispuestos/as (lesión o patología) deberán participar, en la medida de lo posible, realizando aquellas actividades que no afecten a dicha lesión y/o ayudando en lo que puedan en el desarrollo de la sesión (p. ej.: si se trata de daño en una muñeca, no estará impedido para hacer ejercicios en los que la mano no se vea implicada, como carrera, abdominales, saltos, etc.; o, podrá ayudar en arbitrajes, colocación de material, etc.)

Aquellos que no puedan realizar la sesión o sesiones de Educación Física por malestar, enfermedad o una lesión temporal, siempre deben traer justificante médico que informe del tiempo de reposo o, en su defecto, un mensaje en la plataforma Educamos en la que los padres justifiquen la dolencia. No obstante, se les podrá exigir la realización de diferentes tareas como:

- Preparar por escrito y/o dirigir calentamientos
- Realización de fichas de trabajo teórico o resúmenes de libros, revistas con comentarios y reflexiones.
- Presentación de trabajos escritos relacionados con los contenidos que se trabajen en ese periodo
- Colaboración en actividades de grupo: ayudando a crear coreografías y/o pasos de baile, dando comba/cuerda, organizar cambios en partidos, etc.
- Colaboración en las tareas de recogida y distribución del material
- Colaboración en las tareas de evaluación (coevaluación), arbitraje o cronometraje
- Otras tareas encomendadas por el/la profesor/a.

Organización entre Evaluación Ordinaria y Extraordinaria

• **Alumnado con la asignatura superada en Evaluación Ordinaria:**

Para este alumnado se organizarán torneos deportivos de alguno de los saberes básicos (contenidos) trabajados a lo largo del curso. Asimismo, se podrá ir preparando la actuación con la que vayan a participar en la Gala Final de Curso

• **Alumnado con la asignatura suspensa en Evaluación Ordinaria:**

Para este alumnado se organizarán actividades de refuerzo y repaso que les ayude a superar los criterios de evaluación no alcanzados. Dentro de cada grupo se establecerán agrupamientos en función del contenido o contenidos no superados de manera que puedan trabajarlos de la manera más individualizada posible, siguiendo los principios del DUA (Diseño Universal de Aprendizaje)