



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Departamento

MIEMBROS

Jefe/a Departamento: Víctor Solana Rasines
Profesorado: Jose María Cervello Martínez, Segundo López Ochoa

MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

INTRODUCCIÓN/CONTEXTUALIZACIÓN

Una transformación de la sociedad pasa obligatoriamente por un cambio en la educación que reciben las nuevas generaciones, más acorde con su realidad. Hoy, además de las habilidades y capacidades que tenga una persona para realizar un determinado tipo de tarea o actividad, son necesarias una serie de competencias conductuales que nuestro centro pretende fomentar: autonomía, autoliderazgo, capacidad de atención y de escucha, autorregulación, interés, curiosidad, responsabilidad personal y social, capacidad de reflexión, proactividad, motivación intrínseca, humildad, empatía, capacidad de síntesis y de argumentación, gestión del tiempo o confianza. Es decir, las conocidas como “habilidades blandas”.

Nuestro centro va a atender a los diferentes ritmos de aprendizaje y a la diversidad sin que ello obligue a que todo el alumnado aprenda lo mismo, al mismo ritmo y de la misma forma desarrollando en los jóvenes la capacidad de pensar por sí mismos más que limitarse a llenar de conocimientos al alumnado.

Como docentes del área de E.F. creemos imprescindible preguntarnos para qué educamos. Educamos para generar personas que sean creativas, resolutivas, que posean habilidades sociales, que puedan emprender, etc. Pretendemos que nuestro alumnado tenga empatía, habilidades sociales, resiliencia, sepa gestionar la incertidumbre, aprender a trabajar en equipo, aprender a ser disciplinado/a, aprender a gestionar un proyecto, aprender a comunicarse de forma asertiva y aprenda a hablar en público.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

La cuestión es, ¿qué podemos hacer nosotros como profesores de un claustro de un centro enmarcado en un entorno y características particulares?, ¿qué podemos hacer nosotros como profesores de Educación Física?, ¿qué y cómo podemos enseñar para que el sistema educativo de respuesta a las necesidades sociales sin alejarnos de la ley educativa vigente?

Los docentes necesitamos planificar nuestra actividad por un lado para precisamente cumplir con lo estipulado por las instancias superiores y contextualizarlo en nuestro entorno, y por otro, para distanciarnos del intuicionismo. Es lo que denominamos planificación didáctica.

La herramienta fundamental de la que disponemos es la **programación didáctica** que es un conjunto de decisiones adoptadas por el profesorado de una especialidad de un centro educativo para una materia en el nivel en que es impartida y todo ello enmarcado en el proceso global de E-A sin olvidar que este centro no puede ser ajeno a la sociedad para la cual está formando ciudadanos y debe adaptar la realidad educativa, social, cultural y económica, a las características del entorno, del propio centro y del alumnado en particular.

En base a las propuestas de mejora recogidas en la **memoria final del curso 2022-2023** y de los resultados de la evaluación inicial y la normativa aplicable, Decreto 73/2022, de 27 de julio y la Orden EDU/41/2022, de 8 de agosto y la Orden EDU/42/2022, de 8 de agosto para Bachillerato, la Educación Física debe promover situaciones de aprendizaje (decálogo propuesto por el departamento como mejora) en donde el alumnado trabaje en equipo de forma cooperativa fomentando la empatía, el respeto y la inclusión, exprese o represente sentimientos y emociones, disfrute de la cultura ligada a lo motriz, utilice el entorno próximo, natural o urbano, de manera cotidiana... porque si bien algunos de estos aprendizajes no repercuten necesariamente sobre la salud física, sí en cambio produce en mejoras en la salud psíquica y social. Dichos ámbitos, en muchos casos, dan lugar a mayor sensación de fracaso, malestar, inseguridad, frustración o infelicidad. La materia de Educación Física ha de generar experiencias positivas en el alumnado que les permita poder desarrollar una adherencia a la práctica de actividad física al finalizar la educación obligatoria.

En definitiva, la educación en general y la Educación Física en particular, deben proponer situaciones de aprendizaje que vayan encaminadas al desarrollo integral del alumnado. Eso se logra mediante el desarrollo de competencias clave, de las interrelaciones sociales, de la autonomía personal, del acercamiento y descubrimiento del mundo que rodea a nuestro alumnado. Es necesaria una enseñanza basada en las emociones porque en los sentimientos y emociones que tiene nuestro alumnado radica el interés y motivación por y para el aprendizaje, porque la emoción envuelve todos los aprendizajes, porque una buena educación emocional logrará personas felices. ¿De qué nos vale crear “empollones” que no son felices? ¿De qué nos vale impartir un área de Educación Física que resulta poco atractiva, o incluso repulsiva, para algunos alumnos y alumnas? ¿De qué nos valen más horas de Educación Física si no se realiza una intervención educativa fundamentada y eficaz? ¿De qué nos vale los nuevos diseños curriculares si nos mantenemos indiferentes y no salimos de nuestra zona de confort? El mundo ha cambiado vertiginosamente en los dos últimos siglos, pero “la escuela” sigue, en muchos casos, inmutable. “La escuela” que ofrecemos a nuestro alumnado ha dejado de ser interesante, debemos conocer sus nuevos intereses y sus nuevas formas de aprender para tratar de proporcionales situaciones de aprendizaje atractivas, contextualizadas y significativas para



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

que le resulte motivante el aprendizaje. Un niño o una niña no puede odiar la escuela, al contrario, debe venir contento o contenta. Y no cabe duda de que el área de Educación Física es un recurso de primer orden para fomentar esa alegría.

OBJETIVOS COEDUCATIVOS

- a) La eliminación de los prejuicios, estereotipos y roles de género, con el fin de garantizar posibilidades de desarrollo personal integral para todo el alumnado. Se prestará especial atención a introducir aspectos que prevengan y eliminen la discriminación múltiple.
- b) La integración del saber de las mujeres y su contribución social, histórica y científica al desarrollo de la humanidad, revisando y, en su caso, corrigiendo o completando los contenidos que se imparten.
- c) La incorporación de conocimientos que garanticen la asunción por parte del alumnado, con independencia de su sexo, de las responsabilidades derivadas de sus propias necesidades y de las correspondientes al cuidado de otras personas.
- d) La prevención de la violencia contra las mujeres, mediante el desarrollo de habilidades sociales, el aprendizaje en la resolución pacífica de conflictos y de modos de convivencia basados en la diversidad y en el respeto a la igualdad entre derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

1º ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (%)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA	COMPETENCIA ESPECÍFICA
1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. (5,9%) TRIMESTRE 1,2 Y 3	Lista de control	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas sencillas y comprobando hipótesis mediante experimentos sencillos, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Conoce los riesgos de las tecnologías digitales y adopta medidas preventivas al usar dichas tecnologías, para proteger los dispositivos, los datos personales y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico y seguro.</p> <p>CPSAA2. Identifica y valora los riesgos y los principales activos para la salud, y actúa reforzando actitudes saludables para el bienestar físico y mental, tanto propio como ajeno.</p> <p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene.</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas sencillas y comprobando hipótesis mediante experimentos sencillos, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Conoce los riesgos de las tecnologías digitales y adopta medidas preventivas al usar dichas tecnologías, para proteger los dispositivos, los datos personales y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico y seguro.</p> <p>CPSAA2. Identifica y valora los riesgos y los principales activos para la salud, y actúa reforzando actitudes saludables para el bienestar físico y mental, tanto propio como ajeno.</p> <p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (5,9%) TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas sencillas y comprobando hipótesis mediante experimentos sencillos, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Conoce los riesgos de las tecnologías digitales y adopta medidas preventivas al usar dichas tecnologías, para proteger los dispositivos, los datos personales y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico y seguro.</p> <p>CPSAA2. Identifica y valora los riesgos y los principales activos para la salud, y actúa reforzando actitudes saludables para el bienestar físico y mental, tanto propio como ajeno.</p> <p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.4. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas sencillas y comprobando hipótesis mediante experimentos sencillos, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Conoce los riesgos de las tecnologías digitales y adopta medidas preventivas al usar dichas tecnologías, para proteger los dispositivos, los datos personales y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico y seguro.</p> <p>CPSAA2. Identifica y valora los riesgos y los principales activos para la salud, y actúa reforzando actitudes saludables para el bienestar físico y mental, tanto propio como ajeno.</p> <p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas sencillas y comprobando hipótesis mediante experimentos sencillos, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Conoce los riesgos de las tecnologías digitales y adopta medidas preventivas al usar dichas tecnologías, para proteger los dispositivos, los datos personales y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico y seguro.</p> <p>CPSAA2. Identifica y valora los riesgos y los principales activos para la salud, y actúa reforzando actitudes saludables para el bienestar físico y mental, tanto propio como ajeno.</p> <p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas sencillas y comprobando hipótesis mediante experimentos sencillos, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Conoce los riesgos de las tecnologías digitales y adopta medidas preventivas al usar dichas tecnologías, para proteger los dispositivos, los datos personales y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico y seguro.</p> <p>CPSAA2. Identifica y valora los riesgos y los principales activos para la salud, y actúa reforzando actitudes saludables para el bienestar físico y mental, tanto propio como ajeno.</p> <p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE I</p>	<p>Lista de cotejo paraproyecto motor</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p> <p>CPSAA5. Marca y revisa los tiempos, las metas y la secuenciación de las tareas en el diseño de sus planificaciones.</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CE2. Identifica las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y se inicia en el conocimiento de elementos básicos de la economía aplicándolos a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y utilizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Crea y ejecuta ideas y soluciones originales, planifica e implementa tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido con el fin de llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como oportunidad de aprendizaje.</p>	<p>de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas,</p>	<p>Rúbrica.</p>	<p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición.</p>	<p>CPSAA5. Marca y revisa los tiempos, las metas y la secuenciación de las tareas en el diseño de sus planificaciones.</p> <p>CE2. Identifica las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y se inicia en el conocimiento de elementos básicos de la economía aplicándolos a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y utilizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Crea y ejecuta ideas y soluciones originales, planifica e implementa tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido con el fin de llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como oportunidad de aprendizaje.</p>	<p>de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada</p>
--	---	---	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.
<p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p> <p>Baremos de condición física</p>	<p>CPSAA4. Contrasta diferentes fuentes, reconoce su fiabilidad y entiende su influencia tanto para el propio proceso de aprendizaje como para crear opinión.</p> <p>CPSAA5. Marca y revisa los tiempos, las metas y la secuenciación de las tareas en el diseño de sus planificaciones.</p> <p>CE2. Identifica las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y se inicia en el conocimiento de elementos básicos de la economía aplicándolos a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y utilizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Crea y ejecuta ideas y soluciones originales, planifica e implementa tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido con el fin de llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como oportunidad de aprendizaje.</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos.</p> <p>CPSAA1. Identifica la diferencia entre emociones, ideas y comportamientos personales y ajenos y entiende la necesidad del uso de estrategias de confrontación positiva en la resolución de conflictos.</p> <p>CPSAA3. Se muestra sensible hacia las emociones y experiencias de las demás personas, y aprecia las aportaciones de los demás como válidas y necesarias para conseguir los objetivos.</p> <p>CPSAA5. Marca y revisa los tiempos, las metas y la secuenciación de las tareas en el diseño de sus planificaciones.</p> <p>CC3. Identifica y señala problemas éticos fundamentales y de actualidad, desarrollando los valores propios y ajenos, y los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos.</p> <p>CPSAA1. Identifica la diferencia entre emociones, ideas y comportamientos personales y ajenos y entiende la necesidad del uso de estrategias de confrontación positiva en la resolución de conflictos.</p> <p>CPSAA3. Se muestra sensible hacia las emociones y experiencias de las demás personas, y aprecia las aportaciones de los demás como válidas y necesarias para conseguir los objetivos.</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA5. Marca y revisa los tiempos, las metas y la secuenciación de las tareas en el diseño de sus planificaciones.</p> <p>CC3. Identifica y señala problemas éticos fundamentales y de actualidad, desarrollando los valores propios y ajenos, y los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (5,9%)</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos.</p> <p>CPSAA1. Identifica la diferencia entre emociones, ideas y comportamientos personales y ajenos y</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>		<p>entiende la necesidad del uso de estrategias de confrontación positiva en la resolución de conflictos.</p> <p>CPSAA3. Se muestra sensible hacia las emociones y experiencias de las demás personas, y aprecia las aportaciones de los demás como válidas y necesarias para conseguir los objetivos.</p> <p>CPSAA5. Marca y revisa los tiempos, las metas y la secuenciación de las tareas en el diseño de sus planificaciones.</p> <p>CC3. Identifica y señala problemas éticos fundamentales y de actualidad, desarrollando los valores propios y ajenos, y los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
--------------------------	--	---	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica Escala de valoración</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, identificando los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, de la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Identifica y señala problemas éticos fundamentales y de actualidad, desarrollando los valores propios y ajenos, y los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, apreciando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Identifica las intenciones y los mensajes que transmiten las obras artísticas (a veces no explícitamente) a partir de la comprensión de diversos lenguajes y de su contexto.</p> <p>CCEC3. Reconoce diversas manifestaciones como forma de expresión de ideas, opiniones, sentimientos y emociones para la formación de la identidad personal, con empatía y actitud colaborativa.</p> <p>CCEC4. Participa en la organización de proyectos vinculados con el fomento de la cultura y el arte, a través de diversos medios o soportes y técnicas fundamentales plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales.</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-</p>
--	---	---	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2 Y 3</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, identificando los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, de la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Identifica y señala problemas éticos fundamentales y de actualidad, desarrollando los valores propios y ajenos, y los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, apreciando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Identifica las intenciones y los mensajes que transmiten las obras artísticas (a veces no explícitamente) a partir de la comprensión de diversos lenguajes y de su contexto.</p> <p>CCEC3. Reconoce diversas manifestaciones como forma de expresión de ideas, opiniones, sentimientos</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>y emociones para la formación de la identidad personal, con empatía y actitud colaborativa. CCEC4. Participa en la organización de proyectos vinculados con el fomento de la cultura y el arte, a través de diversos medios o soportes y técnicas fundamentales plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales.</p>	<p>u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Rúbrica Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, identificando los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, de la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial. CC3. Identifica y señala problemas éticos fundamentales y de actualidad, desarrollando los valores propios y ajenos, y los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CCEC1. Conoce y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, apreciando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Identifica las intenciones y los mensajes que transmiten las obras artísticas (a veces no explícitamente) a partir de la comprensión de diversos lenguajes y de su contexto.</p> <p>CCEC3. Reconoce diversas manifestaciones como forma de expresión de ideas, opiniones, sentimientos y emociones para la formación de la identidad personal, con empatía y actitud colaborativa.</p> <p>CCEC4. Participa en la organización de proyectos vinculados con el fomento de la cultura y el arte, a través de diversos medios o soportes y técnicas fundamentales plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales.</p>	<p>requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (5,9%) TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. La adopción de hábitos respetuosos con el</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.</p> <p>CE1. Reconoce necesidades y oportunidades y afronta retos, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras y éticas dirigidas a crear valor en el ámbito personal y social.</p> <p>CE3. Crea y ejecuta ideas y soluciones originales, planifica e implementa tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido con el fin de llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como oportunidad de aprendizaje.</p>	<p>medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control</p>	<p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. La adopción de hábitos respetuosos con el</p>



**GOBIERNO
DE
CANTABRIA**

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.

CE1. Reconoce necesidades y oportunidades y afronta retos, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras y éticas dirigidas a crear valor en el ámbito personal y social.

CE3. Crea y ejecuta ideas y soluciones originales, planifica e implementa tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido con el fin de llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como oportunidad de aprendizaje.

medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

SABERES BÁSICOS



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

A. Vida activa y saludable.

Salud física:

- Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adaptación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
- Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos.
- Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del "core" (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
- Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

Salud social:

- Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. - Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

Salud mental:

- Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
- La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.
- Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.
- Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones:

- Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
- Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
- Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
- Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas con enfoque recreativo.

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: iniciación deportiva desde un enfoque multidisciplinar.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Gestión emocional:

- El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
- Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
- Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de juegos motores y actividades rítmico-musicales con carácter expresivo vinculados tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras.
- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y otras).
- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad ("parkour", "skate", o similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves de los mismos Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.
- Iniciación en técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 1: Acondicionamiento físico general
UD 2: Beisbol I
UD 3: Gimnasia deportiva/parkour
UD 4: Expresión corporal
UD 5: Acondicionamiento físico general
UD 6: Bádminton I
UD 7: Orientación I
UD 8: Fútbol I
UD 9: Bowling vs Bolo palma
UD 10: Acondicionamiento físico general
UD 11: Patinaje I/ Deslizamiento I
UD 12: Baloncesto I



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 13: Ultimate I

2º ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (%)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA	COMPETENCIA ESPECÍFICA
<p>1.1. Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Lista de control</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y comenzando a mostrar una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CD4. Identifica qué es información personal y datos sensibles y reconoce la importancia de revisar los términos y condiciones de uso de los servicios digitales más comunes (privacidad, geolocalización, cookies...), actuando de manera responsable y ética al compartir datos personales propios y/o de terceros. CPSAA2. Reconoce los factores de vida sostenible y los valora como necesarios tanto para el bienestar físico y mental propio como de la sociedad. CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de estos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p>	<p>materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.2. Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene.</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual. STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y comenzando a mostrar una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia. STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica qué es información personal y datos sensibles y reconoce la importancia de revisar los términos y condiciones de uso de los servicios digitales más comunes (privacidad, geolocalización, cookies...), actuando de manera responsable y ética al compartir datos personales propios y/o de terceros.</p> <p>CPSAA2. Reconoce los factores de vida sostenible y los valora como necesarios tanto para el bienestar físico y mental propio como de la sociedad.</p> <p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de estos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p>	<p>vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.3. Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y comenzando a mostrar una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica qué es información personal y datos sensibles y reconoce la importancia de revisar los términos y condiciones de uso de los servicios digitales más comunes (privacidad, geolocalización, cookies...), actuando de manera responsable y ética al compartir datos personales propios y/o de terceros.</p> <p>CPSAA2. Reconoce los factores de vida sostenible y los valora como necesarios tanto para el bienestar físico y mental propio como de la sociedad.</p> <p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de estos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p>	<p>percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.4. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>veracidad y comenzando a mostrar una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica qué es información personal y datos sensibles y reconoce la importancia de revisar los términos y condiciones de uso de los servicios digitales más comunes (privacidad, geolocalización, cookies...), actuando de manera responsable y ética al compartir datos personales propios y/o de terceros.</p> <p>CPSAA2. Reconoce los factores de vida sostenible y los valora como necesarios tanto para el bienestar físico y mental propio como de la sociedad.</p> <p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de estos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p>	<p>Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.5. Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>comprobando hipótesis mediante la experimentación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y comenzando a mostrar una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica qué es información personal y datos sensibles y reconoce la importancia de revisar los términos y condiciones de uso de los servicios digitales más comunes (privacidad, geolocalización, cookies...), actuando de manera responsable y ética al compartir datos personales propios y/o de terceros.</p> <p>CPSAA2. Reconoce los factores de vida sostenible y los valora como necesarios tanto para el bienestar físico y mental propio como de la sociedad.</p> <p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de estos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p>	<p>práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.6. Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y comenzando a mostrar una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica qué es información personal y datos sensibles y reconoce la importancia de revisar los términos y condiciones de uso de los servicios digitales más comunes (privacidad, geolocalización, cookies...), actuando de manera responsable y ética al compartir datos personales propios y/o de terceros.</p> <p>CPSAA2. Reconoce los factores de vida sostenible y los valora como necesarios tanto para el bienestar físico y mental propio como de la sociedad.</p> <p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de estos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p>	<p>alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de</p>	<p>Lista de cotejo paraproyecto motor</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y</p>	<p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de los mismos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>dominio corporal</p>	<p>opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p> <p>CPSAA5. Desarrolla con autonomía la planificación de sus tareas haciendo estimaciones sobre el resultado y analizando sus capacidades, limitaciones, tiempo y funciones.</p> <p>CE2. Identifica las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos básicos de la economía, aplicando conocimientos económicos a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y utilizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Identifica y planifica el proceso de creación de ideas y soluciones posibles y válidas para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, identificando estrategias de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso llevado a cabo para proyectar prototipos sencillos, comprendiendo el valor de la experiencia.</p>	<p>variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
---	-------------------------	--	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>2.2. Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos decisionales en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si lo hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Rúbrica Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Opo sición.</p>	<p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de los mismos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos.</p> <p>CPSAA5. Desarrolla con autonomía la planificación de sus tareas haciendo estimaciones sobre el resultado y analizando sus capacidades, limitaciones, tiempo y funciones.</p> <p>CE2. Identifica las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos básicos de la economía, aplicando conocimientos económicos a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y utilizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Identifica y planifica el proceso de creación de ideas y soluciones posibles y válidas para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, identificando estrategias de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso llevado a cabo para proyectar prototipos sencillos, comprendiendo el valor de la experiencia.</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será</p>
--	--	--	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal. Baremos de condición física</p>	<p>CPSAA4. Fija objetivos y aprecia positivamente la importancia del trabajo individual en la obtención de los mismos y compara datos e informaciones reconociendo la diversidad de planteamientos y opiniones, entendiendo la razón o la intención de los mismos. CPSAA5. Desarrolla con autonomía la planificación de sus tareas haciendo estimaciones sobre el resultado y analizando sus capacidades, limitaciones, tiempo y funciones. CE2. Identifica las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos básicos de la economía, aplicando conocimientos económicos a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y utilizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor. CE3. Identifica y planifica el proceso de creación de ideas y soluciones posibles y válidas para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, identificando estrategias de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso llevado a cabo para proyectar prototipos sencillos, comprendiendo el valor de la experiencia.</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador, participante u otros. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos y académicos.</p> <p>CPSAA1. Reconoce y expresa emociones, ideas y comportamientos personales y pone en marcha estrategias para la resolución de situaciones de tensión o conflicto.</p> <p>CPSAA3. Valora la importancia del respeto, la igualdad y equidad, es consciente de la influencia que puede ejercer en el grupo, actúa de manera autónoma y empática buscando contribuir al beneficio del grupo respetando diferentes sensibilidades y opiniones.</p> <p>CPSAA5. Desarrolla con autonomía la planificación de sus tareas haciendo estimaciones sobre el resultado y analizando sus capacidades, limitaciones, tiempo y funciones.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, comprendiendo los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos y académicos.</p> <p>CPSAA1. Reconoce y expresa emociones, ideas y comportamientos personales y pone en marcha estrategias para la resolución de situaciones de tensión o conflicto.</p> <p>CPSAA3. Valora la importancia del respeto, la igualdad y equidad, es consciente de la influencia que puede ejercer en el grupo, actúa de manera autónoma y empática buscando contribuir al beneficio del grupo respetando diferentes sensibilidades y opiniones.</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA5. Desarrolla con autonomía la planificación de sus tareas haciendo estimaciones sobre el resultado y analizando sus capacidades, limitaciones, tiempo y funciones.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, comprendiendo los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia,</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos y académicos.</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

<p>haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>		<p>CPSAA1. Reconoce y expresa emociones, ideas y comportamientos personales y pone en marcha estrategias para la resolución de situaciones de tensión o conflicto.</p> <p>CPSAA3. Valora la importancia del respeto, la igualdad y equidad, es consciente de la influencia que puede ejercer en el grupo, actúa de manera autónoma y empática buscando contribuir al beneficio del grupo respetando diferentes sensibilidades y opiniones.</p> <p>CPSAA5. Desarrolla con autonomía la planificación de sus tareas haciendo estimaciones sobre el resultado y analizando sus capacidades, limitaciones, tiempo y funciones.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, comprendiendo los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>espacios en los que se participa. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de</p>
---	--	--	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.
<p>4.1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica Escala de valoración</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, comprendiendo los principios y valores que emana del proceso de integración europea, de la constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, comprendiendo los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, comprendiendo el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Identifica y analiza críticamente las intenciones y los mensajes que transmiten las obras artísticas (a veces no explícitamente) a partir de la comprensión de diversos lenguajes y de su contexto</p> <p>CCEC3. Reconoce el valor de la cultura y sus diversas manifestaciones como forma de expresión de ideas, opiniones, sentimientos y emociones para la formación de la identidad personal, con empatía y actitud colaborativa.</p> <p>CCEC4. Participa activamente en la organización de proyectos vinculados con el fomento y la protección de la cultura y el arte, a través de diversos medios o soportes y técnicas fundamentales plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales,</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>reflexionando de manera crítica sobre el tratamiento de la propiedad intelectual en este ámbito.</p>	<p>de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2 Y 3</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, comprendiendo los principios y valores que emana del proceso de integración europea, de la constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, comprendiendo los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, comprendiendo el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Identifica y analiza críticamente las intenciones y los mensajes que transmiten las obras artísticas (a veces no explícitamente) a partir de la comprensión de diversos lenguajes y de su contexto</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CCEC3. Reconoce el valor de la cultura y sus diversas manifestaciones como forma de expresión de ideas, opiniones, sentimientos y emociones para la formación de la identidad personal, con empatía y actitud colaborativa.</p> <p>CCEC4. Participa activamente en la organización de proyectos vinculados con el fomento y la protección de la cultura y el arte, a través de diversos medios o soportes y técnicas fundamentales plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, reflexionando de manera crítica sobre el tratamiento de la propiedad intelectual en este ámbito.</p>	<p>etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.3. Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Rúbrica Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, comprendiendo los principios y valores que emana del proceso de integración europea, de la constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, comprendiendo los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, comprendiendo el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Identifica y analiza críticamente las intenciones y los mensajes que transmiten las obras artísticas (a veces no explícitamente) a partir de la comprensión de diversos lenguajes y de su contexto</p> <p>CCEC3. Reconoce el valor de la cultura y sus diversas manifestaciones como forma de expresión de ideas, opiniones, sentimientos y emociones para la formación de la identidad personal, con empatía y actitud colaborativa.</p> <p>CCEC4. Participa activamente en la organización de proyectos vinculados con el fomento y la protección de la cultura y el arte, a través de diversos medios o soportes y técnicas fundamentales plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, reflexionando de manera crítica sobre el tratamiento de la propiedad intelectual en este ámbito.</p>	<p>intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folclore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas</p>	<p>Lista de control Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>		<p>de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.</p> <p>CE1. Reconoce necesidades y oportunidades y afronta retos, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal y social.</p> <p>CE3. Identifica y planifica el proceso de creación de ideas y soluciones posibles y válidas para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, identificando estrategias de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso llevado a cabo para proyectar prototipos sencillos, comprendiendo el valor de la experiencia.</p>	<p>servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
<p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control</p>	<p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.

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

CE3. Identifica y planifica el proceso de creación de ideas y soluciones posibles y válidas para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, identificando estrategias de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso llevado a cabo para proyectar prototipos sencillos, comprendiendo el valor de la experiencia.

servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

SABERES BÁSICOS



PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



A. Vida activa y saludable.

Salud física:

- Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adaptación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.
- Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos.
- Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del "core" (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura.
- Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.

Salud social:

- Efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. - Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

Salud mental:

- Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.
- La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.
- Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.
- Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones:

- Utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.
- Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
- Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
- Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.
- Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas con enfoque recreativo.

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: iniciación deportiva desde un enfoque multidisciplinar.

Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.

Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Gestión emocional:

- El estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.
- Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
- Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de juegos motores y actividades rítmico-musicales con carácter expresivo vinculados tanto con la cultura propia de Cantabria como con otras.
- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras masculinas y femeninas. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y otras).
- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Conquista y utilización de espacios urbanos desde la motricidad ("parkour", "skate", o similares).
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: medidas de seguridad en actividades con posibles consecuencias graves de los mismos Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.
- Iniciación en técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN
UD 1: Acondicionamiento físico general
UD 2: Tenis de mesa I
UD 3: Flag Football I
UD 4: Salto a la comba
UD 5: Acondicionamiento físico general
UD 6: Floorball I
UD 7: Acrosport I
UD 8: Balonmano I
UD 9: Acondicionamiento físico general
UD 10: Goubak
UD 11: Voleibol I



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 12: Rugby tag

3º ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (%)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA	COMPETENCIA ESPECÍFICA
<p>1.1. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal y seguro de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible, actúa de manera que favorece la convivencia y reconoce conductas contrarias a la misma.</p> <p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p>	<p>personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.2. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal y seguro de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible, actúa de manera que favorece la convivencia y reconoce conductas contrarias a la misma.</p> <p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p>	<p>otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal y seguro de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible, actúa de manera que favorece la convivencia y reconoce conductas contrarias a la misma.</p> <p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p>	<p>para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.4. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>STEM5. Empeñe acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal y seguro de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible, actúa de manera que favorece la convivencia y reconoce conductas contrarias a la misma.</p> <p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p>	<p>percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal y seguro de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible, actúa de manera que favorece la convivencia y reconoce conductas contrarias a la misma.</p> <p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p>	<p>Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.6. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal y seguro de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible, actúa de manera que favorece la convivencia y reconoce conductas contrarias a la misma.</p> <p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p>	<p>al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de cotejo para proyecto motor</p> <p>Rúbrica</p>	<p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.</p> <p>CPSAA5. Planifica un proceso desde la primera fase de ideación hasta la elaboración final, empleando destrezas como comparar y contrastar, analizar causas y efectos, perseverando en la búsqueda de soluciones y aplicando diversas estrategias cuando encuentra obstáculos.</p> <p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos,</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>autoeficacia, y comprende los elementos básicos de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y poner en práctica los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones válidas y eficaces para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, seleccionando estrategias / de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso y el resultado obtenidos para proyectar prototipos sencillos y de utilidad, considerando el valor de la experiencia.</p>	<p>secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>2.2. 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. (5,9%)</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma. CPSAA5. Planifica un proceso desde la primera fase de ideación hasta la elaboración final, empleando destrezas como comparar y contrastar, analizar causas y efectos, perseverando en la búsqueda de</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas,</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

TRIMESTRE 2		<p>soluciones y aplicando diversas estrategias cuando encuentra obstáculos.</p> <p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos básicos de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y poner en práctica los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones válidas y eficaces para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, seleccionando estrategias / de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso y el resultado obtenidos para proyectar prototipos sencillos y de utilidad, considerando el valor de la experiencia.</p>	<p>deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
2.3. 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	Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal	CPSAA4. Refuerza y profundiza sus conocimientos, que amplía y expone y analiza, evalúa y sintetiza datos, obtiene conclusiones y actúa en consecuencia de forma lógica y autónoma.	2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>		<p>CPSAA5. Planifica un proceso desde la primera fase de ideación hasta la elaboración final, empleando destrezas como comparar y contrastar, analizar causas y efectos, perseverando en la búsqueda de soluciones y aplicando diversas estrategias cuando encuentra obstáculos.</p> <p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos básicos de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y poner en práctica los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones válidas y eficaces para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, seleccionando estrategias / de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso y el resultado obtenidos para proyectar prototipos sencillos y de utilidad, considerando el valor de la experiencia.</p>	<p>interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
--	--	---	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>3.1. 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 espectador, participante u otros. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos, académicos y digitales.</p> <p>CPSAA1. Entiende la necesidad de potenciar, entre otras emociones, la resiliencia y el optimismo, tanto en la resolución de conflictos como en situaciones de aprendizaje.</p> <p>CPSAA3. Entiende las responsabilidades dentro del grupo de forma ecuánime, coopera buscando favorecer la consecución de los objetivos y valora las aportaciones de las demás personas como positivas para su aprendizaje.</p> <p>CPSAA5. Planifica un proceso desde la primera fase de ideación hasta la elaboración final, empleando destrezas como comparar y contrastar, analizar causas y efectos, perseverando en la búsqueda de soluciones y aplicando diversas estrategias cuando encuentra obstáculos.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, interiorizando los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para</p>
--	--	---	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.2. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos, académicos y digitales.</p> <p>CPSAA1. Entiende la necesidad de potenciar, entre otras emociones, la resiliencia y el optimismo, tanto en la resolución de conflictos como en situaciones de aprendizaje.</p> <p>CPSAA3. Entiende las responsabilidades dentro del grupo de forma ecuánime, coopera buscando favorecer la consecución de los objetivos y valora las aportaciones de las demás personas como positivas para su aprendizaje.</p> <p>CPSAA5. Planifica un proceso desde la primera fase de ideación hasta la elaboración final, empleando destrezas como comparar y contrastar, analizar causas y efectos, perseverando en la búsqueda de soluciones y aplicando diversas estrategias cuando encuentra obstáculos.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, interiorizando los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.3. 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, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación cotidianos, académicos y digitales. CPSAA1. Entiende la necesidad de potenciar, entre otras emociones, la resiliencia y el optimismo, tanto en la resolución de conflictos como en situaciones de aprendizaje. CPSAA3. Entiende las responsabilidades dentro del grupo de forma ecuánime, coopera buscando favorecer la consecución de los objetivos y valora las</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>aportaciones de las demás personas como positivas para su aprendizaje.</p> <p>CPSAA5. Planifica un proceso desde la primera fase de ideación hasta la elaboración final, empleando destrezas como comparar y contrastar, analizar causas y efectos, perseverando en la búsqueda de soluciones y aplicando diversas estrategias cuando encuentra obstáculos.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, interiorizando los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, 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,</p>	<p>Rúbrica Escala de valoración</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, aplicando los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>distintas manifestaciones e intereses económico-políticos. (5,9%)</p>		<p>democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, interiorizando los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, analizando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza, de forma guiada, las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y alguno de los elementos técnicos que las caracterizan.</p> <p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimiento y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p> <p>CCEC4. Conoce y selecciona con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales de forma colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboras, así como de emprendimiento.</p>	<p>económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y</p>
---	--	---	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.2. 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 ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Lista de control</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundamentamente, aplicando los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, interiorizando los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, analizando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza, de forma guiada, las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y alguno de los elementos técnicos que las caracterizan.</p> <p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimiento y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p> <p>CCEC4. Conoce y selecciona con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales de forma colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboras, así como de emprendimiento.</p>	<p>o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.3. 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 diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Rúbrica/Escala de valoración Lista de control</p>	<p>CC2. Respeta y asume fundadamente, aplicando los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Respeta y asume problemas éticos fundamentales y de actualidad, interiorizando los valores propios y ajenos, y desarrollando los juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación, analizando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza, de forma guiada, las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y alguno de los elementos técnicos que las caracterizan.</p> <p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimiento y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p> <p>CCEC4. Conoce y selecciona con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales de forma colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboras, así como de emprendimiento.</p>	<p>contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folclore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Lista de control</p>	<p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social y educativo.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones válidas y eficaces para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, seleccionando estrategias / de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso y el resultado obtenidos para proyectar prototipos sencillos y de utilidad, considerando el valor de la experiencia.</p>	<p>contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
<p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, y practicando el consumo responsable.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.
CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social y educativo.
CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones válidas y eficaces para situaciones concretas, así como la toma de decisiones, seleccionando estrategias / de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso y el resultado obtenidos para proyectar prototipos sencillos y de utilidad, considerando el valor de la experiencia.

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

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable.

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).



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

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.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- 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 de realización.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de coevaluación 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.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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 óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/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.

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes en algunas de las trabajadas anteriormente.

Creatividad motriz: creación y ejecución de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Autorregulación emocional:



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

- Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
- Habilidades volitivas y capacidad de superación.

Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

Identificación, reflexión crítica 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).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo propias de Cantabria o de otros lugares del mundo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos.
- 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.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
- Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.

F. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo propias de Cantabria o de otros lugares del mundo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos.
- 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.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
- Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas ("crossfit", gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Análisis y gestión del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: gestión del riesgo propio y del de los demás en el medio natural. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.
- Profundización en técnicas propias de actividades físico-deportivas en entornos naturales.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 1: Acondicionamiento físico general
UD 2: Béisbol II
UD 3: Gimnasia Deportiva II/Parkour II
UD 4: Expresión Corporal
UD 5: Acondicionamiento físico general
UD 6: Bádminton II
UD 7: Orientación II
UD 8: Fútbol II
UD 9: Aeróbic
UD 10: Acondicionamiento físico general
UD 11: Patinaje II/Deslizamiento
UD 12: Ultimate II



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 13: Baloncesto II			
4º ESO			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN (%)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA	COMPETENCIA ESPECÍFICA
<p>1.1. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p> <p>STEM5. Empeñe acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p> <p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>	<p>sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.2. 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</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>propias de una práctica motriz saludable y responsable. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>		<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p> <p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la</p>	<p>transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
---	--	---	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		información y para obtener conclusiones relevantes.	
<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición. Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p> <p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>	
<p>1.4. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p> <p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>	<p>actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al</p>	<p>Rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

<p>ámbito de lo corporal 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>		<p>fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p>	<p>carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
---	--	--	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p> <p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>	
<p>1.6. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p> <p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física,</p>	<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico que rechace las prácticas y los modelos corporales que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida. La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de conocer y experimentar, proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad de la materia de Educación física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.</p> <p>CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.</p> <p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p>	<p>aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de cotejo para proyecto motor Rúbrica</p>	<p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>	<p>estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>2.2. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Registro anecdótico de Participación/Colaboración/Oposición.</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p> <p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>	<p>motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>2.3. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p> <p>CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a</p>	<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos y resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>	<p>de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos y a modo de ejemplos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "goubak", "ultimate, lacrosse", entre otros), hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", "softball", etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa, el alumnado tendrá que haber participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado y/o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>3.1. 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 espectador, participante u otros. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación</p> <p>CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.</p> <p>CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p> <p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.2. 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación</p> <p>CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.</p> <p>CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p> <p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>3.3. 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, socioeconómica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación</p> <p>CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.</p> <p>CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y</p>	<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los 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. Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales y/o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que genera, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.</p> <p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.</p>
<p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia de Cantabria, 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Rúbrica Escala de valoración</p>	<p>CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p> <p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p> <p>CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.</p>	<p>motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.2. 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</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Lista de control</p>	<p>CC2. Analiza y asume fundamentamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

<p>ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>		<p>democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p> <p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p> <p>CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo</p>	<p>cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
---	--	--	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		personal, social y laboral, así como de emprendimiento.	
<p>4.3. 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 diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Rúbrica/Escala de valoración Lista de control</p>	<p>CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p> <p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p> <p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p> <p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p> <p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas,</p>	<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva, en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en la etapa anterior, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales y populares de Cantabria (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folclore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p> <p>CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.</p>	<p>como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, 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. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Lista de control</p>	<p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p> <p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p> <p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>	<p>gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
<p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (5,9%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	Rúbrica	<p>STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p> <p>CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.</p>	<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente 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. La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local, para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes,</p>



PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

		<p>CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.</p>	<p>la escalada, el rápel, el esquí, el surf, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
<h3>SABERES BÁSICOS</h3>			
<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>Salud física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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). <p>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).</p> <p>Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p> <p>Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.</p> <p>Salud mental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 de realización. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de coevaluación 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. 			



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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 óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/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.

Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes en algunas de las trabajadas anteriormente.

Creatividad motriz: creación y ejecución de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Autorregulación emocional:

- Control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.
- Habilidades volitivas y capacidad de superación.

Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

Identificación, reflexión crítica 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).

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo propias de Cantabria o de otros lugares del mundo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos.
- 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.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
- Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

F. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. í Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo propias de Cantabria o de otros lugares del mundo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos.
- 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.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.
- Práctica de diversas modalidades deportivas relacionadas con la cultura propia de Cantabria, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
- Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas ("crossfit", gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Análisis y gestión del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: gestión del riesgo propio y del de los demás en el medio natural. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural.
- Profundización en técnicas propias de actividades físico-deportivas en entornos naturales.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

UD 1: Acondicionamiento físico general

UD2: Tenis de mesa II

UD3: Flag Football II

UD4: Salto a la comba

UD 5: Acondicionamiento físico general



**GOBIERNO
DE
CANTABRIA**

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 6: Floorball II
UD 7: Acrosport
UD 8: Balonmano II
UD 9: Acondicionamiento físico general
UD 10: Fútbol gaélico
UD 11: Voleibol II
UD 12: Rugby tag

1º BACHILLERATO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (%)	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA	COMPETENCIA ESPECÍFICA
1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de	Escala de valoración diferenciada para proyecto motor	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose diversas hipótesis y contrastándolas y/o comprobándolas mediante la	1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1</p>		<p>observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica del alcance y limitaciones de los métodos empleados.</p> <p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CD1. Realiza búsquedas avanzadas de forma guiada comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionándolas de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura.</p> <p>CD4. Analiza riesgos y busca posibles medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de las mismas.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p>	<p>como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física. La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida en base a sus intereses y objetivos personales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, los estilos de vida saludables (alimentación saludable, no consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, actividad física y reducción del sedentarismo, descanso, usos apropiado de las nuevas tecnologías, buen trato) la alimentación saludable, el contacto con el medio natural, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones tanto en medio acuático como terrestre, o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran</p>
---	--	--	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>medida por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Registro individual de Actitud/Deportividad/Higiene</p>	<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose diversas hipótesis y contrastándolas y/o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica del alcance y limitaciones de los métodos empleados.</p> <p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CD1. Realiza búsquedas avanzadas de forma guiada comprendiendo cómo funcionan los motores de</p>	<p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física. La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida en base a sus intereses y objetivos personales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, los estilos de vida saludables (alimentación saludable, no consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, actividad física y reducción del sedentarismo, descanso, usos apropiado de las nuevas tecnologías, buen trato) la alimentación saludable, el contacto con el medio natural, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionándolas de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura.</p> <p>CD4. Analiza riesgos y busca posibles medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de las mismas.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones tanto en medio acuático como terrestre, o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
--	--	--	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Lista de control/rúbrica</p>	<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose diversas hipótesis y contrastándolas y/o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica del alcance y limitaciones de los métodos empleados.</p> <p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CD1. Realiza búsquedas avanzadas de forma guiada comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionándolas de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura.</p> <p>CD4. Analiza riesgos y busca posibles medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de las mismas.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p>	<p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física. La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida en base a sus intereses y objetivos personales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, los estilos de vida saludables (alimentación saludable, no consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, actividad física y reducción del sedentarismo, descanso, usos apropiado de las nuevas tecnologías, buen trato) la alimentación saludable, el contacto con el medio natural, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones tanto en medio acuático como terrestre, o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la</p>
---	---------------------------------	--	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Rúbrica trabajo de investigación</p>	<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose diversas hipótesis y contrastándolas y/o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica del alcance y limitaciones de los métodos empleados.</p> <p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de</p>	<p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física. La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida en base a sus intereses y objetivos personales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, los estilos de vida saludables</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CD1. Realiza búsquedas avanzadas de forma guiada comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionándolas de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura.</p> <p>CD4. Analiza riesgos y busca posibles medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de las mismas.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto</p>	<p>(alimentación saludable, no consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, actividad física y reducción del sedentarismo, descanso, usos apropiado de las nuevas tecnologías, buen trato) la alimentación saludable, el contacto con el medio natural, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones tanto en medio acuático como terrestre, o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
--	--	---	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.	
<p>1.5 Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Lista de cotejo</p>	<p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose diversas hipótesis y contrastándolas y/o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica del alcance y limitaciones de los métodos empleados.</p> <p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CD1. Realiza búsquedas avanzadas de forma guiada comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionándolas de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura.</p> <p>CD4. Analiza riesgos y busca posibles medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de las mismas.</p>	<p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física. La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida en base a sus intereses y objetivos personales. Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, los estilos de vida saludables (alimentación saludable, no consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, actividad física y reducción del sedentarismo, descanso, usos apropiado de las nuevas tecnologías, buen trato) la alimentación saludable, el contacto con el medio natural, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones tanto en medio acuático como terrestre,</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra área, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.</p>
<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar y garantizar una evaluación democrática incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. (6,25%) TRIMESTRE 2</p>	<p>Escala de valoración diferenciada para proyecto motor</p>	<p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA4. Muestra sensibilidad hacia algunas emociones y experiencias de los demás, tomando conciencia de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.</p> <p>CE2. Valora y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias haciendo uso de estrategias de</p>	<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas, a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación para poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico. Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas, las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "ultimate", "lacrosse" entre otros), con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", softball, etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros) procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
--	--	---	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Lista de control Rúbrica/Escala de valoración de habilidades motrices y dominio corporal</p>	<p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA4. Muestra sensibilidad hacia algunas emociones y experiencias de los demás, tomando conciencia de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.</p> <p>CE2. Valora y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas, a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación para poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico. Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas, las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "ultimate", "lacrosse" entre otros), con o sin oposición regulada, hasta</p>
--	---	--	---



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", softball, etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros) procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Lista de control</p>	<p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA4. Muestra sensibilidad hacia algunas emociones y experiencias de los demás, tomando conciencia de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.</p> <p>CE2. Valora y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.</p> <p>CE3. Analiza y desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre</p>	<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas, a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas, funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos. Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación para poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.</p>	<p>funciones de entrenador o técnico. Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas, las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, "ultimate", "lacrosse" entre otros), con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, "pickleball", paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate ("rounders", softball, etc.), de blanco y diana ("boccia", tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual ("skate", orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros) procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.</p>
<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Lista de control Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, rechazando los usos discriminatorios de la lengua, así como los abusos de poder a través de la palabra, para tratar de favorecer un uso no solo eficaz sino también ético del lenguaje.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p>	<p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva 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 autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma d discriminación o</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CC3. Adopta, de forma crítica, un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.</p>	<p>violencia Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física (participante, espectador, árbitro, entrenador, etc.) que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Además, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.</p>
<p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p> <p>Rúbrica</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, rechazando los usos discriminatorios de la lengua, así como los abusos de poder a través de la palabra, para tratar de favorecer un uso no solo eficaz sino también ético del lenguaje.</p>	<p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva 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 autónomamente al entendimiento social y al compromiso</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CC3. Adopta, de forma crítica, un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.</p>	<p>ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia. Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física (participante, espectador, árbitro, entrenador, etc.) que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Además, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.</p>
<p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-</p>	<p>Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, rechazando los usos discriminatorios de la lengua, así como los abusos de poder a través de la palabra, para tratar de favorecer un uso no solo eficaz sino también ético del lenguaje.</p>	<p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención precoz y el abordaje de las mismas. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 1,2 Y 3</p>		<p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CPSAA5. Analiza y evalúa información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.</p> <p>CC3. Adopta, de forma crítica, un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.</p>	<p>procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física (participante, espectador, árbitro, entrenador, etc.) que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Además, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.</p>
<p>4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus</p>	<p>Rúbrica trabajo de investigación</p>	<p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y</p>	<p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>		<p>seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CC1. Valora hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.</p> <p>CCEC1. Analiza y reflexiona sobre los aspectos singulares y el valor social del patrimonio cultural y artístico de cualquier época, argumentando de forma crítica y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p>	<p>sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales, populares y autóctonos (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle, musical o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de</p>
---	--	--	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.
<p>4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad. (6,25%</p> <p>TRIMESTRE 2</p>	<p>Rúbrica composición corporal Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición</p>	<p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CC1. Valora hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.</p> <p>CCEC1. Analiza y reflexiona sobre los aspectos singulares y el valor social del patrimonio cultural y artístico de cualquier época, argumentando de forma crítica y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p>	<p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales, populares y autóctonos (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle, musical o similares), representaciones</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.</p>
<p>4.3. Practicar con autonomía juegos y deportes tradicionales y autóctonos, consolidando los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 3</p>	<p>Lista de control</p>	<p>STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CC1. Valora hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.</p> <p>CCEC1. Analiza y reflexiona sobre los aspectos singulares y el valor social del patrimonio cultural y artístico de cualquier época, argumentando de forma</p>	<p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten. Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos y deportes tradicionales, populares y autóctonos (bolos, aluche, pala cántabra, remo, juegos pasiegos u otros</p>



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		crítica y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.	juegos), danzas propias del folklore tradicional de Cantabria (el cuevanuco, danza de palillos, jota montañesa u otras reconocidas como bien de interés cultural), juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle, musical o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando elementos de crítica social, emociones o coeducación a las representaciones. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos que van más allá de la salud de las personas o de la sana competición.
5.1. Promover y 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 reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. (6,25%) TRIMESTRE 2	Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición Lista de control	STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano. CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje. CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la	5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad. A estas alturas de su vida, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

		<p>participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CC4. Desarrolla y valora las relaciones de inter y eco dependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y eco socialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.</p> <p>CE1. Valora las necesidades y oportunidades y asume retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.</p>	<p>concienciación para otros miembros de la comunidad educativa. Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, los estudiantes de Bachillerato deberán participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos que ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar. Sin embargo, y más importante, también diseñarán y organizarán actividades para otras personas, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo y concienciar de ello. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y	Registro anecdótico de participación/Colaboración/Oposición Lista de control/rrúbrica	STEM5. Planea y emprende de forma guiada acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y	5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

<p>colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes. (6,25%)</p> <p>TRIMESTRE 2</p>		<p>seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano.</p> <p>CPSAA1. Refuerza el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y analiza la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.</p> <p>CPSAA2. Alcanza una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para tratar de dirigir su vida.</p> <p>CC4. Desarrolla y valora las relaciones de inter y eco dependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y eco socialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.</p> <p>CE1. Valora las necesidades y oportunidades y asume retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.</p>	<p>responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad. A estas alturas de su vida, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa. Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, los estudiantes de Bachillerato deberán participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos que ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar. Sin embargo, y más importante, también diseñarán y organizarán actividades para otras personas, que además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo y concienciar de ello. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio. De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el "crossfit", el patinaje, el "skate", el "parkour" o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de</p>
--	--	--	--



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

			<p>obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.</p>
<h3>SABERES BÁSICOS</h3>			
<p style="text-align: center;">A. Vida activa y saludable.</p> <p>Salud física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. - Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. - Dietas equilibradas según las características físicas y personales: alimentos saludables. - Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. - Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas. - Prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. <p>Salud social:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva - Prácticas de actividad física la práctica con efectos positivos sobre la salud individual y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. - Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales. <p>Salud mental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. - Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. - Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación. <p style="text-align: center;">B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares). - Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar): establecimiento de mecanismos de autoevaluación y coevaluación de los proyectos motores. 			



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. 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). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).
- Protocolos ante alertas escolares.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones:

- Resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales.
- Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas.
- Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición.
- Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival.
- Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. **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 y reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- Capacidades condicionales:** Planificación y ejecución para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Principios y sistemas de entrenamiento.
- Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas** de los deportes o actividades físicas empleadas en la etapa anterior que respondan a sus intereses.
- Creatividad motriz:** Creación y ejecución de retos y situaciones-problema motrices más complejos que en ciclos anteriores, con la resolución más eficiente de acuerdo con los recursos disponibles.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares. - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
- Identificación, reflexión crítica y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).
- Análisis y autoevaluación de las conductas contrarias a la convivencia durante las situaciones motrices.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Los juegos y deportes tradicionales propios y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- Práctica de alguna modalidad de juegos y deportes tradicionales y autóctonos que responda a sus intereses y al contexto.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o expresiva.
- Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos. Presencia en medios de comunicación. - Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.



**GOBIERNO
DE
CANTABRIA**

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas.
- Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades. - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
- Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacio, etc...
- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.
- Consolidación de las técnicas propias de las actividades físico-deportivas en entornos naturales.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

UD 1: Acondicionamiento físico general

UD 2: Béisbol III

UD 3: Bádminton III

UD 4: Acondicionamiento físico general

UD 5: Actividades de ritmo y expresión

UD 6: Orientación III

UD 7: Primeros auxilios



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

UD 8: Acondicionamiento físico general
UD 9: Voleibol III
UD 10: Ultimate III
UD 11: Alimentación deportiva

MÉTODOS PEDAGÓGICOS Y DIDÁCTICOS PROPIOS DEL CENTRO

ESO

- Se utilizará una metodología activa en la que de forma progresiva se vaya aumentando el grado de autonomía del alumnado.
- Se fomentará la creatividad, el valor del esfuerzo y la exigencia personal, como garantía del progreso personal y social.
- Se fomentará la participación activa y el trabajo en grupo sin dejar de lado la importancia del proceso-aprendizaje individual dentro del trabajo grupal.
- Se fomentarán actividades cooperativas en las que se pongan en marcha procesos cognitivos relevantes en los que el alumnado aprenda a sintetizar, analizar, evaluar, y crear.
- Se fomentarán tanto prácticas metodológicas orales como escritas.

BACHILLERATO

- El aprendizaje por descubrimiento, incluir prácticas cooperativas que fomenten la participación activa del alumnado y sobre todo, trabajar de forma autónoma serán los pilares metodológicos de esta etapa.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

- Se fomentará la participación activa y el trabajo en grupo sin dejar de lado la importancia del proceso-aprendizaje individual dentro del trabajo grupal.
- Se fomentarán actividades cooperativas en las que se pongan en marcha procesos cognitivos relevantes en los que el alumnado aprenda a sintetizar, analizar, evaluar, y crear.
- Se fomentarán tanto prácticas metodológicas orales como escritas.
- Así mismo se fomentarán metodologías expositivas y la comprensión y el análisis de textos tanto literarios como periodísticos.

CONCRECIÓN DE LOS MÉTODOS PEDAGÓGICOS Y DIDÁCTICOS DEL DEPARTAMENTO

Nuestras intervenciones deberán ir encaminadas a fomentar progresivamente actitudes de reflexión y análisis del proceso de enseñanza-aprendizaje, que lleven al alumnado a conocer los objetivos hacia los que se orienta dicho proceso, dándole opción a ejercitar su responsabilidad mediante la toma de decisiones. Propondremos una amplia gama de actividades que tengan un significado lo suficientemente claro, tanto a nivel cognitivo-motriz, como a nivel afectivo social, y a su vez se puedan practicar en el entorno propio y próximo del centro, para que así éstas se puedan transferir a otras etapas educativas y diferentes momentos de ocio y recreación. También propondremos modificaciones metodológicas que adapten las actividades al grado de maduración, ritmo de aprendizaje, sexo, tipo de práctica deportiva y diferencias anatómico- fisiológicas. A lo largo del proceso de enseñanza aprendizaje, dependiendo de la actividad a realizar, son muchos los métodos y estrategias que podemos utilizar para la consecución de los objetivos marcados. De este modo nuestra premisa básica de trabajo será la **VARIEDAD METODOLÓGICA**, adaptada al alumnado, al contexto y a las diferentes situaciones que se plantean en el proceso de enseñanza aprendizaje. Se buscará potenciar un enfoque activo y atractivo para el alumnado en el que se planteen actividades dinámicas y globales que fomenten la autonomía y responsabilidad del alumnado.

La metodología respetará la situación inicial del alumnado, su ritmo y estilo de aprendizaje y su capacidad de interacción y colaboración con otros alumnos. En este sentido, se planteará una metodología **ACTIVA** y **PARTICIPATIVA**, favoreciendo el trabajo individual, el colaborativo y la reflexión tanto individual como grupal de los alumnos. Se promoverá el aprendizaje interdisciplinar de investigación basado en la solución de problemas, los métodos de trabajo cooperativo y los grupos interactivos, integrando en dicho planteamiento los recursos tecnológicos más afines a nuestra materia: smartphones, smartwatches, Apps de entrenamiento, multimedia, etc. Entendemos por metodología activa aquella que posibilita que los alumnos aprendan a partir de sus propias experiencias, garantizando así una verdadera asimilación de los contenidos de la materia y capacitando a éstos para hacer uso en la práctica de dichos contenidos. Plantearemos situaciones tanto de carácter individual como grupal, en las que, por un lado, el alumnado descubra por sí mismo



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

sus posibilidades de movimiento, autoestima y superación personal, y por otro su capacidad de socialización, comunicación e integración en el grupo. En este sentido, es importante plantear problemas y actividades que estén próximos a la realidad social de los alumnos/as y a sus intereses, motivaciones y aptitudes particulares. Incidiremos especialmente en tratar de mejorar los aspectos expresivos y creativos del alumnado a través del bloque de actividades expresivas, procurando eliminar estereotipos y potenciar la igualdad de roles y participación en grupos mixtos.

De forma más concreta, en cada sesión de trabajo, deberemos tener presente los períodos de trabajo y de descanso, además de no olvidar las fases que dichas sesiones deben seguir en su conformación; un primer periodo de activación orgánica o calentamiento, un segundo periodo de desarrollo principal o máxima implicación orgánica y un tercer periodo de descenso de la actividad o de vuelta a la calma y recuperación. En cuanto a la "Estrategia en la práctica", dependiendo de la complejidad de la tarea, emplearemos la forma Analítica y la forma Global. De las estrategias de enseñanza aplicaremos, en función de los saberes básicos a tratar, estrategias globales, globales con polarización de la atención y globales puras. Ayudaremos a favorecer tanto antes como después de la actividad, los hábitos de aseo personal, alimentación adecuada, calentamiento correcto, prevención de lesiones, recuperación adecuada, etc., garantizando con todo ello la seguridad de los alumnos en todo momento.

La utilización de materiales suficientes y diversos favorece en gran medida nuestra actuación didáctica, siempre y cuando sean seguros. Se utilizarán los medios audiovisuales existentes en el centro y aportados por el alumnado (smartphones, smartwatches) para el desarrollo de algunas sesiones.

TÉCNICAS Y MÉTODOS A UTILIZAR

Como técnicas, se emplearán las dos fundamentales:

1. La REPRODUCCIÓN DE MODELOS en aquellos momentos en los que el aprendizaje precise de una técnica correcta como factor vital para que el objetivo propuesto se pueda alcanzar de forma eficaz y sin riesgo de lesiones.
2. Los métodos de BÚSQUEDA o RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS en los momentos que nos interese, para que el alumno desarrolle los procesos deductivos y de enriquecimiento. No existen pues soluciones mejores, sino percepción de formas de actuación (Expresión Corporal, Relajación, Juegos y Deportes).

MODELOS ORGANIZATIVOS A EMPLEAR

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

Para el desarrollo de las diferentes sesiones vamos a utilizar diferentes *modelos organizativos*:

- Trabajo individual: aunque el trabajo en grupo es un modelo que consideramos prioritario en nuestra materia, seguirá habiendo trabajo en este sentido. A través de este, trataremos de fomentar la responsabilidad y la autonomía del alumnado.
- Utilizaremos primordialmente aquellos modelos que inciten al trabajo en grupo (con las medidas de seguridad pertinentes) y fomenten la relación entre los alumnos, aspecto éste básico en el desarrollo de nuestra materia. Estos son:

Trabajo por parejas: es la forma organizativa más sencilla para iniciar a los alumnos en el trabajo en grupo. Las parejas variarán continuamente aún en el desarrollo de una misma sesión, no permitiéndose la formación de parejas fijas para posibilitar así un mayor conocimiento de los alumnos entre sí y fomentar la aceptación del otro y como consecuencia actitudes de cooperación y respeto entre ellos. Enseñanza recíproca: para estimular la capacidad de observación y con ello una mayor asimilación de los diferentes contenidos prácticos (procedimientos). Los alumnos se organizan por parejas y uno de ellos desempeñará la función docente con su compañero bajo la supervisión del profesor que irá proporcionando progresivamente la información necesaria a dichos alumnos "docentes". Todos los alumnos desempeñarán los roles docente-discente.

Trabajo en pequeños grupos: utilizaremos dos variantes:

1. Asignación de tareas: diferentes tareas a cada grupo en función de: sus necesidades de aprendizaje, sus capacidades motrices y sus motivaciones concretas.
2. Enseñanza modular: se podrá utilizar este modelo organizativo en la enseñanza de la técnica deportiva para posibilitar un mayor número de repeticiones de cada gesto aumentando al mismo tiempo la motivación y la asimilación técnica. También utilizaremos este modelo cuando las limitaciones de material o espacios así lo requieran. Los alumnos irán rotando de módulo en módulo hasta completar el total de las tareas.

MODELOS PEDAGÓGICOS BÁSICOS Y EMERGENTES

Promueven la enseñanza basada en el estudiante. No sustituyen a los estilos de enseñanza, sino que los incorporan a su estructura.

- **Modelos básicos:**



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Aprendizaje cooperativo. Se pretende que cada alumno se convierta en referente de aprendizaje de sus compañeros y viceversa, tomando como base las numerosas investigaciones que demuestran que el intercambio de información entre alumnos con diferentes niveles de conocimiento no sólo mejora las habilidades sociales y comunicativas del alumnado, sino que promueve un verdadero aprendizaje significativo, aumenta su motivación hacia las tareas escolares, y facilita su inclusión en el grupo clase.

Modelo comprensivo de iniciación deportiva (TfGu). La idea del modelo pedagógico comprensivo es enseñar los principios básicos de los deportes para que los estudiantes puedan entender, realmente, su estructura, su táctica y las habilidades necesarias. La estructura de la sesión es juego modificado, conciencia táctica, ejecución de la habilidad y de nuevo juego modificado.

Modelo educación deportiva, cuyos fundamentos son el trabajo en equipo y la cesión de responsabilidades en el alumno, buscando que los y las jóvenes experimenten el deporte globalmente, y donde desarrollen una competencia motriz, una cultura deportiva y un placer por la práctica deportiva. El deporte en la escuela.

• Modelos emergentes:

Estilo actitudinal intenta generar experiencias positivas en todos los alumnos intentando generar sentimiento de grupo y trabajo en equipo (todos los alumnos logran). Se fundamenta en los pilares de actividades corporales intencionadas (fichas), organización secuencial hacia las actitudes (contribución a la formación integral desde el desarrollo de todas las capacidades, no solo la motriz) y los montajes finales. La evaluación formativa adquiere un papel esencial.

Enfoque constructivista intentando dotar al alumnado de mayor autonomía, implicar cognitivamente y actuando nosotros de guías en la labor docente por medio de estilos de enseñanza como el descubrimiento guiado y la resolución de problemas, sin renunciar a estilos más directivos cuando convenga (conductismo).

Exposición. Lección magistral. Se caracteriza por la exposición de contenidos al alumnado. El docente tiene un papel directivo, mientras que el alumnado, suele ser pasivo y, generalmente se limita a 'recibir' los contenidos que este transmite. Esto permite al profesor focalizar el aprendizaje sobre los aspectos de la materia que considere relevantes. Lo utilizaremos en contenidos más directivos.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA:

Para el diseño y puesta en práctica de las distintas situaciones de aprendizaje el departamento ha elaborado un decálogo de buenas prácticas:

1.- Alfabetización motriz

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

- 2.- Autonomía
- 3.- Variedad de grupos
- 4.- Espacios variados y seguros
- 5.- Coeducación e inclusión
- 6.- Principios Dua
- 7.- Vínculo real
- 8.- Uso tic
- 9.- Acción y reflexión
- 10.- Compromiso social

MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Entendiendo los recursos educativos como los medios materiales y digitales de los cuales se dispone para conducir el aprendizaje de los alumnos, en nuestro centro, se van a utilizar recursos (videos, libros, fichas y formularios, etc) alojados en el Classroom que cada profesor ha creado con su grupo-clase, facilitando de esta manera la normalización del aprendizaje individual del alumnado.

El alumnado de **ESO**, trabajará con su dispositivo Chromebook, con el que se ha dotado a todos los alumnos, utilizando como vínculo de unión entre profesorado-alumnado la plataforma de Classroom.

El alumnado de **Bachillerato** trabaja con sus propios dispositivos (se atenderán las necesidades individuales gestionadas a través de las tutorías), pero siempre bajo el mismo entorno de herramientas de Google Workspace.

La principal plataforma que se va a continuar utilizando va a ser la que incluye las herramientas de Google WorkSpace, donde ya están creadas las clases de órganos colegiados, de departamentos, de proyectos de centro, de equipos docentes y de grupo/clase con los alumnos. Esta plataforma, igual que en cursos anteriores, permite asignar, evaluar y realizar seguimiento individualizado a través de tareas con textos, audios, fotos y vídeos. Al mismo tiempo puede poner avisos, crear encuestas o recibir respuestas de los alumnos.

Todo ello, permitirá una fluida y correcta comunicación para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje entre profesorado y alumnado en particular y entre toda la comunidad educativa en general.

Además, con respecto al profesorado se recomienda la actualización y formación personal en las herramientas de Microsoft avaladas y fomentadas por la Consejería de Educación y Formación Profesional



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Por otro lado, directamente en el aula se fomentará el uso de recursos variados, de carácter innovador y vienen especificados en cada unidad de programación de cada curso y materia.

RECURSOS DIDÁCTICOS PROPIOS DEL DEPARTAMENTO

Para la enseñanza de habilidades motrices específicas utilizaremos preferentemente estrategias globales presentando el modelo completo en su contexto real de aplicación, siempre y cuando la complejidad de la tarea lo permita. Cuando resulte imprescindible utilizar estrategias analíticas y fraccionar la tarea, partiremos de la presentación global del modelo y dirigiremos la atención de los alumnos hacia los aspectos más relevantes del mismo mediante un proceso de descubrimiento guiado. La estructura de cada clase variará en función de los objetivos previstos, los saberes básicos a desarrollar, los materiales a emplear, etc. Por lo tanto, no nos aferramos a ninguna propuesta cerrada en este sentido. En cualquier caso, sea cual sea la estructura elegida, ésta lo será en función de los siguientes **criterios**:

1. Ofrecer mayores posibilidades de asimilación en el aprendizaje de los alumnos.
2. Asegurar la máxima participación de todos y cada uno de los alumnos en particular.
3. Posibilitar la individualización de la enseñanza: definiendo áreas de trabajo para diferentes niveles de ejecución de los alumnos (cuando sea preciso) y disponiendo a los alumnos de forma que la comunicación profesor grupo-alumno se vea facilitada.
4. Facilitar un buen clima afectivo y una dinámica general de la clase que estimule la relación entre los alumnos.

RECURSOS IMPRESOS

El Departamento no utilizará libro de texto. En ocasiones se facilitará al alumnado distintas fichas o dossier, elaborado por el Departamento de Educación Física, para trabajar en el propio aula. También dispone de diversos libros, tanto en la biblioteca del Instituto como en el propio departamento.

RECURSOS DIGITALES Y PLATAFORMAS Formarán parte del trabajo propio de la materia, smartphones, smartwatches, material audiovisual del centro y personal del profesorado y alumnado, así como las plataformas YEDRA y CLASSROOM para la comunicación y gestión de contenidos.

MATERIALES DEPORTIVOS Los materiales que se van a utilizar para el desarrollo de cada una de las unidades de programación están recogidos en el inventario del Departamento de Educación Física. Además, la utilización de estos materiales ha sido coordinada temporalizando las unidades de



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

programación entre los diferentes cursos y profesores para que el material sea suficiente en cada una de las clases.

PROCEDIMIENTOS, ACTIVIDADES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO

En primer lugar, vamos a realizar una aclaración terminológica que puede ser necesaria para entender con claridad el proceso de la evaluación. Comenzamos por diferenciar los procedimientos de los instrumentos de evaluación:

Por procedimientos de evaluación, entendemos el conjunto de procesos que permiten valorar las producciones de los alumnos y que condicionarán los instrumentos necesarios para comprobar el grado de adquisición de competencias y consecución de objetivos. En definitiva, son la forma en que se recoge la información. Los instrumentos de evaluación son los documentos o recursos utilizados por el profesorado para la observación sistemática y el seguimiento del proceso de aprendizaje del alumno que se vinculan a una actividad de evaluación, para establecer los requisitos y /o aspectos a valorar, indicando con claridad los niveles de logro de cada uno y permiten justificar la calificación del alumnado. Son las herramientas para recoger la información. Los instrumentos de evaluación deberán estar diseñados a partir de los criterios de evaluación. Así, el docente podrá tener información precisa sobre dónde encuentra las dificultades el alumnado, y sólo así, podrá diseñar un plan de atención a la diversidad (PAD) fundamentado en aspectos técnicos que conlleven medidas de apoyo, refuerzo y recuperación. Por norma general, de cada criterio de evaluación surgirá un instrumento y, en ocasiones dos, si se ha dividido el criterio en dos indicadores de logro. Es recomendable para realizar una correcta evaluación formativa, dotar al alumnado de los instrumentos de evaluación al comienzo de la unidad de programación correspondiente para que centre sus esfuerzos en aquello que les vamos a pedir. La mayoría de estos instrumentos de evaluación se convertirán en instrumentos de calificación y, por ende, se podrá mejorar de forma notable los resultados de evaluación. A continuación, mostramos mediante una tabla algunos de los procedimientos de evaluación llevados a cabo en las distintas unidades de programación y los instrumentos de evaluación que llevan asociados:



**GOBIERNO
DE
CANTABRIA**

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Procedimientos de evaluación	Instrumentos de evaluación
Observación sistemática	Registro anecdótico
	Lista de control
	Diario de clase
	Escala de valoración diferenciada de coevaluación
Producciones motrices "puesta en práctica de..."	Rúbrica/ escala de valoración diferenciada
Elaboración de PowerPoint	
Portfolio	
Video-opinión (expresión oral)	
Trabajo de investigación	
Autoevaluación	
Coevaluación	

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los criterios de calificación son enunciados que permiten describir el grado de adquisición de los aprendizajes a los que se refieren los criterios de evaluación. Las descripciones se asocian a una convención numérica y terminológica que se utiliza para su formalización en los documentos oficiales y definir la calificación en el expediente del alumno o la alumna. Cada instrumento de calificación tiene sus propios criterios de calificación y deben ser conocidos por el alumno/a con anterioridad. Estos criterios derivan en la porcentualización de los criterios de calificación.

PORCENTUALIZACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Vamos a establecer que la porcentualización de los instrumentos de evaluación es el valor sobre 100 que se le otorga a cada instrumento de calificación para obtener la nota final del alumno.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL TRIMESTRE (ESO Y BACHILLER)

Para establecer la nota de un trimestre, haremos la media aritmética con las notas numéricas obtenidas por el alumnado en cada uno de los instrumentos para cada criterio de evaluación desarrollados en las distintas unidades de programación. Previamente hemos otorgado la misma porcentualización a cada uno de los criterios de evaluación.

En caso de repetirse el mismo criterio a lo largo del trimestre, se aplicará un único valor a este derivado de la media aritmética entre los diferentes obtenidos por el alumnado.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA EVALUACIÓN FINAL ESO Y ORDINARIA BACHILLERATO.

La nota de la evaluación final ordinaria la obtenemos de la media aritmética obtenida de todos los criterios de evaluación. Se obtendrá una calificación positiva en la materia si ese valor es igual o mayor a 5 puntos.

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA BACHILLERATO

El alumnado deberá superar los criterios de evaluación no superados a través del sistema y con el instrumento que considere más adecuado el docente. Todos los aspectos estarán relacionados con los criterios de evaluación no superados.

MEDIDAS DE REFUERZO Y PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN

En el proceso de evaluación continua y formativa, cuando el progreso de un alumno o una alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo, que se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento a la situación del alumnado con necesidades educativas especiales y estarán dirigidas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

continuar el proceso educativo, con los apoyos que cada uno precise.

La diversidad de actividades que tienen cabida en el Currículo de Educación Física precisa de un diseño de procedimientos de evaluación de estas. Algunos procedimientos en ese periodo de refuerzo o recuperación podrán ser entre otras:

- Observación directa (registro anecdótico, lista de control, escala de observación, diario de clase, etc.).
- “Puesta en práctica de...”
- Producciones del alumnado (trabajos, vídeos, planes de entrenamiento, etc).
- Exposiciones orales.
- Pruebas escritas, tipo test, V o F...
- Autoevaluación por parte de los alumnos.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Actualmente en los centros educativos existe una gran variedad de circunstancias personales, sociales-económicas y de salud que conviven a diario. Por tanto “atención a la diversidad” significa dar respuesta a todo ese alumnado, atendiendo a sus diferencias. El modelo educativo de Cantabria tiene como eje fundamental la atención a la diversidad del alumnado. Hablamos de atención educativa para todo el alumnado y por todo el profesorado. Esta finalidad se concreta en cada centro a través del Plan de Atención a la Diversidad. En este sentido, la Administración Educativa ha puesto en marcha distintos planes y proyectos con el objetivo de apoyar la atención a la diversidad del alumnado. Hablamos de iniciativas como el Plan de Interculturalidad, los Centros de Recursos para la Educación Especial, las diferentes medidas de compensación de desigualdades, proyectos de igualdad entre mujeres y hombres...

El **Decreto 78/2019** de 24 de mayo, habla de necesidades educativas que pueden ser a) necesidades ordinarias (de carácter preventivo y compensador. Las puede tener todo el alumnado) y b) necesidades específicas de apoyo educativo que son aquellas necesidades del alumno que requieren una atención educativa diferente a la ordinaria por presentar: necesidades educativas especiales asociadas a discapacidades físicas, psíquicas, sensoriales, o graves trastornos graves de conducta, altas capacidades intelectuales, incorporación tardía al sistema educativo, dificultades específicas de aprendizaje, o por condiciones personales o de historia escolar (categorización).



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

En los decretos de la LOMLOE, para el desarrollo de las distintas etapas educativas, también se refieren al **Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)**: «Las administraciones educativas fomentarán la equidad e inclusión educativa, la igualdad de oportunidades y la no discriminación del alumnado con discapacidad; DUA como un **marco conceptual inclusivo que permite el análisis y evaluación de los diseños curriculares y las prácticas educativas, y cuya propuesta es dotar de mayor flexibilidad al currículo**, a los medios y a los materiales, de modo que todo el alumnado pueda acceder al aprendizaje. El DUA, o Diseño Universal para el aprendizaje, no es realmente una metodología sino más bien es una mirada diferente sobre el currículum donde el alumnado encuentra una variedad de opciones que se adaptan a las diferentes necesidades y ritmos de aprendizaje. El DUA se basa en la utilización flexible de metodologías y materiales de manera que facilita la participación y la interacción entre iguales. Es también la apuesta más reciente de muchas administraciones educativas para atender a la diversidad, aunque, como es lógico, requiere de una formación previa teórica y práctica.

Hay tres **principios fundamentales basados en la investigación neurocientífica que guían el DUA**:

- Proporcionar múltiples formas de compromiso
- Proporcionar múltiples formas de representación
- Proporcionar múltiples formas de acción y expresión.

Las adaptaciones que se pueden realizar para atender a la diversidad dentro de nuestras clases de Educación física comprenden la adecuación de los objetivos educativos, la selección de las situaciones de aprendizaje, la elección de estrategias metodológicas, la flexibilización de criterios de calificación e instrumentos de evaluación y la diversificación de las actividades educativas.

El objetivo fundamental de estas medidas es adaptar los procesos de enseñanza a las características generales y particulares del alumnado al que se dirige el aprendizaje (motivaciones, intereses, dificultades...), lo que constituye una individualización de la enseñanza.

Las **medidas ordinarias** que de manera general se adoptarán para atender a la diversidad son:

- Coordinar la actuación docente con el Equipo Educativo.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

- Establecer niveles de graduación en las actividades y/o tareas y diferentes formas de presentar la información.
- Flexibilizar los instrumentos de evaluación (diferentes instrumentos y formas de evaluar: autoevaluaciones, coevaluaciones, heteroevaluaciones..)
- Respetar los niveles iniciales del grupo y los distintos ritmos de aprendizaje.

Para el **alumnado desmotivado**:

- Identificar sus intereses y aficiones para relacionarlos con los saberes básicos.
- Proponerles metas sencillas y accesibles, reforzando cualquier progreso.
- Realizar agrupamientos por afinidad.
- Atribuirles responsabilidades.
- Reforzar su autoestima.

Para el **alumnado con problemas de conducta**:

- Reforzar las actitudes positivas.
- Realizar agrupamientos funcionales.
- Atribuirles responsabilidades.

Para el **alumnado con un nivel alto de capacidades** en la materia:

- Tutorización de compañeros.
- Colaboración en las tareas y en las actividades de grupo.
- Actividades de ampliación.



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Para el **alumnado con dificultades de aprendizaje**:

- Medidas ordinarias enunciadas con anterioridad.
- Trabajo en grupos heterogéneos.
- Actividades de refuerzo.
- Reforzar su autoestima.

Para el **alumnado lesionado**, los cuales deben presentar justificación, la prescripción médica o documentación pertinente, se determinan las siguientes medidas:

- Propiciar su participación en las tareas que pueda desarrollar y su colaboración en el resto de las actividades (diario de sesiones, colaboración con los compañe@s, arbitrajes, coevaluaciones, recogida material, etc.)
- Proponer actividades que desarrollen sus capacidades en los diferentes ámbitos, las cuales serán evaluadas

Para el **alumnado que presenta condiciones especiales**:

- Seguir las medidas de atención recogidas en la Programación General Anual.
- Atender a las recomendaciones establecidas en su correspondiente adaptación curricular.

Si durante el curso se detectara que algún alumno/a presenta necesidades específicas de apoyo educativo será imprescindible la coordinación con el Departamento de Orientación, el profesorado de Pedagogía Terapéutica, el Equipo Educativo, el tutor/a y la familia, con el fin de establecer líneas de actuación y responder así a sus necesidades, sean éstas temporales o permanentes.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Recogido en la Programación de actividades complementarias y extraescolares

PLAN DE RECUPERACIÓN DE MATERIAS PENDIENTES

Recogido en el PAD del Centro

CRITERIOS PARA LA EVALUACIÓN DEL DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE

La programación docente no es un documento cerrado e inamovible, sino que debe ser un documento “vivo”, abierto y flexible que se adapte a las condiciones que se presenten en cada curso académico, por lo que se hace necesario establecer una serie de mecanismos y criterios para su revisión. Los criterios que pueden establecerse para la revisión de la programación en algunos de sus aspectos pueden ser:

- ❖ Desviación significativa en relación con la temporalización prevista.
- ❖ Desviación significativa de los resultados de la evaluación con respecto a la misma en cursos anteriores.
- ❖ Grado de consecución por parte de los alumnos de los objetivos previstos.
- ❖ Realización de alguna actividad extraescolar no prevista inicialmente en la programación.

Puesto que el proceso de enseñanza-aprendizaje es continuo, es conveniente evaluar y revisar el citado proceso y la práctica docente en aquellas ocasiones en que la situación lo requiera a lo largo del curso, si bien los posibles momentos concretos pueden ser:

- Evaluación inicial
- Reuniones de Departamento
- Reuniones extraordinarias del equipo educativo
- Reuniones de tutores (tutoría 4ºESO)
- Acuerdos de la C.C.P



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

Los aspectos de la programación que podrán ser revisados son:

- Temporalización y secuenciación de las unidades de programación
- Criterios de calificación
- Actividades extraescolares
- Metodología
- Elaboración de medidas de atención a la diversidad
- Recursos y materiales

Todos aquellos cambios que se realicen en la programación a lo largo del curso serán reflejados en las Actas de Departamento, y las que puedan afectar de manera directa al alumnado, serán comunicados, verbalmente o por escrito, a los alumnos involucrados, con la mayor rapidez posible.

Los objetivos que pretendemos al evaluar la práctica docente son, entre otros, los siguientes:

- Ajustar la práctica docente a las peculiaridades del grupo y a cada alumno/-a
- Comparar la planificación curricular con el desarrollo de la misma
- Detectar las dificultades y los problemas en la práctica docente.
- Favorecer la reflexión individual y colectiva.
- Mejorar las redes de comunicación y coordinación interna.
- La regularidad y calidad de la relación con los padres o tutores legales.
- Mejorar los recursos y materiales utilizados en el desarrollo de las diferentes sesiones.

La evaluación de la práctica docente puede efectuarse atendiendo a los siguientes indicadores:

- Grado de cumplimiento de la programación
- Resultados académicos de los alumnos
- Claridad expositiva en las clases
- Tipo y nivel de interacción con y entre los alumnos
- Metodología utilizada
- Preparación de materiales didácticos



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

- Organización del trabajo en el aula
- Nivel de coordinación entre los equipos docentes (respeto de acuerdos pactados, seguimiento de casos, etcétera).
- Consecución de objetivos en la etapa
- Idoneidad de metodología y recursos didácticos
- Atención a la diversidad.
- Satisfacción del profesorado.

Los instrumentos que se pueden utilizar en la evaluación son los siguientes:

- Autorreflexión del profesorado sobre su práctica docente
- Análisis del cumplimiento de los diversos aspectos de la programación (objetivos, saberes básicos, metodología, etcétera)
- Análisis de los resultados académicos
- Reuniones del profesorado
- Encuestas personales o anónimas a los alumnos sobre diferentes aspectos

RÚBRICA PARA LA EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO, PROCESOS DE ENSEÑANZA

Aspectos a valorar	INDICADORES DE LOGRO			
	EXCELENTE	BUENO	MEJORABLE	MAL/POBRE
Resultados de la evaluación	Más de un 90% de alumnos de la materia la han superado satisfactoriamente	Han superado la materia satisfactoriamente entre un 60% y un 90% de alumnos	El porcentaje de alumnos que supera la materia satisfactoriamente está entre un 40% y un 60%	Menos de un 40% de los alumnos matriculados en la materia la superan satisfactoriamente



GOBIERNO
DE
CANTABRIA

CONSEJERÍA DE
EDUCACIÓN,
FORMACIÓN
PROFESIONAL Y
UNIVERSIDADES



IES BERNARDINO DE
ESCALANTE
LAREDO

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2023-2024

Adecuación de los materiales y recursos didácticos a los métodos didácticos y pedagógicos utilizados	Tanto la dotación de material, como las dinámicas generadas con los recursos disponibles han permitido un correcto desarrollo de todas las unidades	Alguna sesión concreta de alguna unidad no se ha podido llevar a cabo, por cuestiones de limitación de material o recursos didácticos	Alguna sesión determinada no se ha podido desarrollar debido a una incorrecta selección de la metodología, lo que implica un cambio para posteriores ocasiones	Al menos una unidad didáctica no se ha podido desarrollar con normalidad debido a la dotación de materiales, la utilización de los recursos o la selección de la metodología
Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro	El clima de aula es muy positivo y el nivel de trabajo y colaboración entre los alumnos es muy satisfactorio. La metodología utilizada es adecuada y las dinámicas y tareas realizadas podrían ser tenidas en cuenta en aquellas ocasiones que se necesitará mejorar este aspecto	El clima de aula ha sido bastante bueno, pero en ocasiones ha sido necesario llamadas de atención sin necesidad de medidas sancionadoras. Los métodos pedagógicos y didácticos que se están utilizando parecen adecuados	Los comportamientos disruptivos no han generado un buen clima de trabajo y en varias ocasiones se han tomado medidas sancionadoras individuales. Convendría revisar los métodos pedagógicos que se están utilizando para algunos alumnos (atención a la diversidad)	Los comportamientos disruptivos han generado un mal clima de trabajo y en varias ocasiones se han debido de tomar medidas sancionadoras de grupo. Es necesaria una modificación de los métodos pedagógicos.
Eficacia de los medios de atención a la diversidad	Todo el alumnado ha podido ser atendido conforme a sus necesidades		Ha habido alumnos que no han obtenido la atención necesaria en la materia por los recursos propios de la asignatura	