

Bloq. Saber		Saberes Básicos
1.EFI.B1	A. Vida activa y saludable.	
	1.EFI.B1.SB1	Salud física: 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. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lombo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
	1.EFI.B1.SB2	Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal 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.
	1.EFI.B1.SB3	Salud mental: 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.
Bloq. Saber		Saberes Básicos
1.EFI.B2	B. Organización y gestión de la actividad física.	
	1.EFI.B2.SB1	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.
	1.EFI.B2.SB2	Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. ¿ Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.
	1.EFI.B2.SB3	Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.
	1.EFI.B2.SB4	Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física.
	1.EFI.B2.SB5	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.
	1.EFI.B2.SB6	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).
	1.EFI.B2.SB7	Protocolos ante alertas escolares.
Bloq. Saber		Saberes Básicos
1.EFI.B3	C. Resolución de problemas en situaciones motrices.	
	1.EFI.B3.SB1	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.
	1.EFI.B3.SB2	Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.
	1.EFI.B3.SB3	Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.
	1.EFI.B3.SB4	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, así como 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.
	1.EFI.B3.SB5	Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
	1.EFI.B3.SB6	Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
	1.EFI.B3.SB7	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
Bloq. Saber		Saberes Básicos
1.EFI.B4	D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	
	1.EFI.B4.SB1	Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
	1.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
	1.EFI.B4.SB3	Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares).
	1.EFI.B4.SB4	Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
	1.EFI.B4.SB5	Identificación 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 LGTBI fóbicas).
Bloq. Saber		Saberes Básicos
1.EFI.B5	E. Manifestaciones de la cultura motriz.	
	1.EFI.B5.SB1	Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
	1.EFI.B5.SB2	Técnicas específicas de expresión corporal.
	1.EFI.B5.SB3	Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.
	1.EFI.B5.SB4	Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
	1.EFI.B5.SB5	Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.
	1.EFI.B5.SB6	Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.
Bloq. Saber		Saberes Básicos
1.EFI.B6	F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	
	1.EFI.B6.SB1	Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
	1.EFI.B6.SB2	Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
	1.EFI.B6.SB3	Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike.
	1.EFI.B6.SB4	Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
	1.EFI.B6.SB5	Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea.
	1.EFI.B6.SB6	Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas.
	1.EFI.B6.SB7	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.
	1.EFI.B6.SB8	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 espacios, etc.
	1.EFI.B6.SB9	Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

1	Unidad de Programación: UD CONDICIÓN FÍSICA		1ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	1.EFI.B1.SB1	Salud física: 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. 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.		
	1.EFI.B1.SB2	Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal 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.		
	1.EFI.B1.SB3	Salud mental: 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.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE1	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		20	
	1.EFI.CE1.CR1	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 desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos	20	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE1.CR2	Incorporar, de forma autónoma y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene, durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales	20	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE1.CR3	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	20	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE1.CR4	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	20	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE1.CR5	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	20	MEDIA PONDERADA

2	Unidad de Programación: UD BADMINTON		1ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	1.EFI.B3.SB1	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.		
	1.EFI.B3.SB2	Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.		
	1.EFI.B3.SB3	Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.		
	1.EFI.B3.SB4	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, así como 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.		
	1.EFI.B3.SB5	Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.		
	1.EFI.B3.SB6	Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.		
	1.EFI.B3.SB7	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE2	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		50	
	1.EFI.CE2.CR1	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE2.CR2	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE2.CR3	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	33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE3	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 de discriminación o violencia		10	
	1.EFI.CE3.CR1	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE3.CR2	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE3.CR3	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-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas	33,33	MEDIA PONDERADA

3	Unidad de Programación: UD DEPORTE AUTONOMO		2ª Evaluación	
	Saberes básicos:			
	1.EFI.B2.SB1	Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.		
	1.EFI.B2.SB2	Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias. ¿ Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.		
	1.EFI.B2.SB3	Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.		
	1.EFI.B2.SB4	Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física.		
	1.EFI.B2.SB5	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.		
	1.EFI.B2.SB6	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).		
	1.EFI.B2.SB7	Protocolos ante alertas escolares.		
	1.EFI.B4.SB1	Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.		
	1.EFI.B4.SB2	Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.		
	1.EFI.B4.SB3	Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares).		
	1.EFI.B4.SB4	Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.		
	1.EFI.B4.SB5	Identificación 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 LGBTI fóbicas).		
	1.EFI.B5.SB1	Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.		
	1.EFI.B5.SB2	Técnicas específicas de expresión corporal.		
	1.EFI.B5.SB3	Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.		
	1.EFI.B5.SB4	Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.		
	1.EFI.B5.SB5	Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.		
	1.EFI.B5.SB6	Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE2	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		50	
	1.EFI.CE2.CR1	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE2.CR2	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE2.CR3	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	33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE3	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 de discriminación o violencia		10	
	1.EFI.CE3.CR1	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE3.CR2	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE3.CR3	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-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas	33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE4	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		15	
	1.EFI.CE4.CR1	Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus 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	50	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE4.CR2	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 y compañeras u otros miembros de la comunidad	50	MEDIA PONDERADA

4	Unidad de Programación: UD VOLEIBOL		Ordinaria	
	Saberes básicos:			
	1.EFI.B3.SB1	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.		
	1.EFI.B3.SB2	Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.		
	1.EFI.B3.SB3	Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.		
	1.EFI.B3.SB4	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, así como 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.		
	1.EFI.B3.SB5	Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.		
	1.EFI.B3.SB6	Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.		
	1.EFI.B3.SB7	Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE3	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 de discriminación o violencia		10	
	1.EFI.CE3.CR1	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE3.CR2	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	33,33	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE3.CR3	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-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas	33,33	MEDIA PONDERADA
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE4	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		15	
	1.EFI.CE4.CR1	Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus 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	50	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE4.CR2	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 y compañeras u otros miembros de la comunidad	50	MEDIA PONDERADA

6	Unidad de Programación: UD ORIENTACION		Ordinaria	
	Saberes básicos:			
	1.EFI.B6.SB1	Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.		
	1.EFI.B6.SB2	Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.		
	1.EFI.B6.SB3	Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike.		
	1.EFI.B6.SB4	Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).		
	1.EFI.B6.SB5	Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea.		
	1.EFI.B6.SB6	Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas.		
	1.EFI.B6.SB7	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.		
	1.EFI.B6.SB8	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 espacios, etc.		
Comp. Espec.	C. Espec / Criterios evaluación		%	Cálculo valor CR
1.EFI.CE5	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		5	
	1.EFI.CE5.CR1	Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el 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	50	MEDIA PONDERADA
	1.EFI.CE5.CR2	Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y 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	50	MEDIA PONDERADA



c) Procedimientos e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado.

La evaluación del alumnado es continua, plural, objetiva y personalizada y su referente principal son los criterios de evaluación.

La evaluación se realiza alrededor de las **situaciones de aprendizaje**, diseñadas para evaluar la puesta en práctica de los contenidos o saberes básicos mediante escenarios de aprendizaje contextualizados y las tareas y actividades planteadas que implican diversas metodologías.

Los **contenidos o saberes básicos** son los *medios* propios de cada especialidad con los que se contribuye a lograr los criterios y las competencias, utilizando para eso las diversas **metodologías**.

Para la evaluación, el profesorado utiliza diversos **instrumentos de evaluación** en momentos distintos. Estos instrumentos de evaluación incorporan **rúbricas con indicadores de logro** para determinar el grado de adquisición de los criterios de evaluación.

Aunque el profesorado evalúa al alumnado, la evaluación también incorpora la **autoevaluación** del alumnado y la **coevaluación** entre el propio alumnado.

La **calificación** es la transformación de toda esa información que transmite la evaluación en tan solo una expresión numérica (del 1 al 10) o cualitativa (Insuficiente, suficiente, bien, notable, sobresaliente). Los criterios de calificación están establecidos con sus porcentajes y ponderaciones en los apartados correspondientes de esta Programación (véase ¿Competencias específicas? y ¿Criterios de evaluación?).

Los criterios de calificación únicamente miden los criterios de evaluación y las competencias específicas, las competencias clave y los objetivos de etapa asociados. No miden contenidos ni saberes básicos, instrumentos de calificación, ni tampoco conductas disruptivas del alumnado.

El procedimiento de calificación será continuo y la calificación de cada trimestre incluirá todos los criterios de evaluación (y competencias específicas relacionadas) trabajados en los trimestres anteriores (recalificados en función de las recuperaciones que haya habido). La calificación final será la de todos los criterios de evaluación y competencias específicas trabajados durante todo el curso según la ponderación y no la media de cada trimestre.

Los criterios de calificación son públicos y accesibles para el alumnado y sus familias a través de la página web del centro y se informará de ellos explícitamente en cada asignatura al comienzo de cada Unidad didáctica, oralmente y/o a través de los recursos digitales de la asignatura.

Al alumnado con **asignaturas pendientes** de cursos anteriores o con asignaturas suspensas en una evaluación o al que así se indique en la evaluación inicial se le entregará un **Programa de Refuerzo** de acuerdo a lo establecido en los modelos del centro para estos casos.

Las **recuperaciones parciales o extraordinarias** tendrán como referentes únicamente los criterios de evaluación no superados y su calificación servirá para recalcular la calificación de la evaluación continua o final.

La evaluación no remite solamente al alumnado, también al propio Departamento, su profesorado y el procedimiento de enseñanza-aprendizaje en su conjunto. A tal fin, el Departamento realizará una **evaluación** en este sentido **después de cada evaluación trimestral**. Dicha evaluación atenderá tanto a **aspectos cuantitativos como cualitativos** y los analizará ofrecimiento propuestas de mejora que serán evaluadas a su vez en la evaluación siguiente.

Las Órdenes de Evaluación de la ESO y bachillerato (órdenes 186/2022 y 187/2022) en el artículo 10 de la de ESO y el art. 8 de la de bachillerato, establecen los siguientes indicadores a la hora de evaluar el propio proceso de enseñanza-aprendizaje:

1. El análisis de los resultados obtenidos en cada una de las materias y la reflexión sobre ellos.
2. La adecuación de los distintos elementos curriculares de las programaciones didácticas elaboradas por los departamentos.
3. Las medidas organizativas de aula, el aprovechamiento y adecuación de los recursos y materiales curriculares, el ambiente escolar y las interacciones personales.
4. La coordinación entre los docentes y profesionales que trabajen no solo en un mismo grupo, sino también en el mismo nivel.
5. La utilización de métodos pedagógicos adecuados y la propuesta de actividades, tareas o situaciones de aprendizaje coherentes.
6. La idoneidad de la distribución de espacios y tiempos.
7. El uso adecuado de procedimientos, estrategias e instrumentos de evaluación variados.
8. Las medidas de inclusión educativa adoptadas para dar respuesta al alumnado.
9. La utilización del Diseño Universal para el Aprendizaje tanto en los procesos de enseñanza y aprendizaje como en la evaluación.
10. La comunicación y coordinación mantenida con las familias, además de su participación.

d) Orientaciones metodológicas y medidas de inclusión educativa a adoptar.

Metodología

La metodología de la asignatura orbita principalmente alrededor de las **situaciones de aprendizaje**, entendidas como *situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas, y que contribuyen a la adquisición y desarrollo de las mismas* (Art. 2.f. de los Decretos 82/2022 y 83/2022).

Las situaciones de aprendizajes parten de los centros de interés del alumnado y les permiten construir el conocimiento con autonomía y creatividad desde sus propios aprendizajes y experiencias. Facilitan integrar los elementos curriculares de las distintas materias o ámbitos mediante tareas y actividades significativas y relevantes para resolver problemas de manera creativa y cooperativa, reforzando la autoestima, la autonomía, la reflexión crítica y la responsabilidad. Están bien contextualizadas y son respetuosas con las experiencias del alumnado y sus diferentes formas de comprender la realidad, fomentando aspectos relacionados con el interés común, la sostenibilidad o la convivencia democrática, esenciales para que el alumnado sea capaz de responder con eficacia a los retos del siglo XXI.

Las situaciones de aprendizaje están compuestas por situaciones reales o escenarios de aprendizaje que ponen en situación los saberes básicos, para que el alumnado, mediante su utilización, adquiera un aprendizaje competencial a partir de tareas complejas cuya resolución conlleva la construcción de nuevos aprendizajes y favorecen diferentes tipos de agrupamientos, desde el trabajo individual al trabajo en grupos. Suponen la transferencia de los aprendizajes adquiridos por parte del alumnado, posibilitando la articulación coherente y eficaz de los distintos conocimientos, destrezas y actitudes propios de cada etapa. Las situaciones parten del planteamiento de unos objetivos claros y precisos que integran diversos saberes básicos. Su puesta en práctica implica la producción y la interacción verbal e incluye el uso de recursos auténticos en distintos soportes y formatos, tanto analógicos como digitales.

El diseño de las situaciones de aprendizaje incorpora los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y tiene los siguientes elementos:

- a) justificación
- b) contextualización
- c) fundamentación curricular
- d) metodología
- e) recursos
- f) tareas y actividades
- g) evaluación

Algunas orientaciones y recursos metodológicos:

- El proceso de enseñanza-aprendizaje-evaluación como proceso **activo, constructivo y participativo** por parte del alumnado, y no meramente pasivo y receptivo a partir de las explicaciones del profesorado. Variedad de metodologías: explicación magistral, clase invertida (*flipped classroom*), aprendizaje por proyectos (ABP), por resolución de problemas, por retos, etc.
- Anclaje en los **conocimientos y experiencias previas** del alumnado, **motivación** suficiente, actividades basadas en **escenarios hipotéticos o realistas con tareas concretas**.
- Aprendizaje **constructivo**, en la **autonomía** y también el **trabajo en equipo: aprendizaje por proyectos**, con actividades de **trabajo cooperativo y colaborativo**.
- **Diversidad del alumnado y máxima personalización** del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- **Materiales diversos con adaptaciones**: tanto para el alumnado con mayores dificultades de aprendizaje, como de profundización y refuerzo para el que tenga mayor motivación o facilidad.
- Prioridad del trabajo en el aula sobre el trabajo en casa (deberes).
- Colaboración con otros Departamentos e **interdisciplinariedad**.
- Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): aula Althia, EducamosCLM, apps docentes.
- La pluralidad y variedad metodológica y evaluativa: **autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación**.
- Contacto con las **familias**.

Tiempos, agrupamientos y espacios.

Concretar en función de las asignaturas:

-Tiempos: organización horaria: DOS horas semanales de 55 minutos.

-Agrupamientos: Utilizaremos todo tipo de agrupamientos: trabajo individual, por parejas, gran grupo, grupos homogéneos o heterogéneos, grupo de expertos, grupos interactivos...

-Espacios: siempre utilizaremos el gimnasio y las pistas polideportivas. Normalmente todas las semanas utilizamos el pabellón del municipio. En determinadas ocasiones haremos actividades complementarias de senderismo (principalmente a los molinos). Recordar que utilizamos por necesidad de coincidencia o por climatología o decisión del profesor para dar mejor el contenido las instalaciones municipales (pistas de tenis, padel, pabellón, pista de fútbol.).

Materiales y recursos

Concretar en función de las asignaturas:

-apuntes del profesorado: impresos u online.

-recursos digitales: blog del departamento de ed. Física, aula virtual, ordenador portátil, tablet, teléfono móvil, etc.

Atención a la diversidad e inclusión educativa:

Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la **inclusión educativa** del alumnado en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha.

Concretar las medidas de atención a la diversidad e inclusión educativa,y del Diseño Universal de Aprendizaje (DUA):

- Relación con el **Departamento de Orientación**, la **tutoría y equipo docente**, y las **familias**.
- **Alumnado con necesidades educativas especiales**:
- Alumnado con déficit auditivo, visual o motriz, sin una problemática intelectual o emocional acusada. Van a necesitar fundamentalmente de medios técnicos, ayudas especiales y sistemas alternativos de comunicación para facilitarles su acceso al currículo.
- Alumnado que proceden de un medio sociocultural desfavorecido o pertenecen a una cultura diferente y que presentan dificultades para adaptarse a las tareas de aprendizaje.
- Alumnado con dificultades generalizadas de aprendizaje.
- Alumnado con falta de motivación.
- Alumnado con dificultades emocionales y conductuales que suelen generar dificultades de aprendizaje.
- Alumnado con altas capacidades (sobredotación).
- Otras
- **Evaluación inicial**: objetivos y medidas.
- **Adaptaciones** previstas o posibles en función de la diversidad del alumnado:
 - Adaptaciones metodológicas.
 - Adaptación del aula o los espacios.
 - Adaptación en el currículo.
 - Adaptación en la evaluación.
 - Programa de refuerzo.
 - Otras

Plan de lectura

Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

Artículo 6.4.

A fin de promover el hábito de la lectura, se dedicará un tiempo a la misma en la práctica docente de todas las materias.

Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

Artículo 6.2.

Se promoverán las medidas necesarias para que, en las distintas materias, se desarrollen actividades que estimulen el interés y el hábito de la lectura, junto con la capacidad de expresarse correctamente en público, a través del correspondiente plan de fomento de la lectura del centro educativo.

La actividad relacionada consiste en leer los apuntes en clase y deben leer un libro y resumirlo cuando te quede la asignatura de años anteriores.