

## ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

### 1. ASPECTOS GENERALES DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

#### Introducción

El área de Educación física tiene como finalidad principal el desarrollo de la competencia motriz orientada a la puesta en práctica de procesos, conocimientos y actitudes motrices para realizar actividades y ejercicios físicos, representaciones, escenificaciones, juegos y deportes. La enseñanza de la Educación física ha de promover y facilitar que alumnos y alumnas se sientan bien con su cuerpo, que adquieran una comprensión significativa del mismo y de sus posibilidades, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su desenvolvimiento de forma normalizada en el medio, mejorar sus condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los otros. De igual manera, se debe resaltar la importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y de sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas; así como la importancia de la aceptación del propio cuerpo y de utilizarlo eficazmente.

En la sociedad actual, que progresa hacia la optimización del esfuerzo intelectual y físico, se hace imprescindible la práctica de la actividad física, pero sobre todo su aprendizaje y valoración como medio de equilibrio psicofísico. Esta situación de constante aprendizaje debe estar presente durante toda la vida como una actitud ante los retos físicos o de otra índole que se les presente a nuestro alumnado. Para ello hemos de buscar el desarrollo de procesos reflexivos que nos inviten a percibir, analizar, decidir y finalmente evaluar los patrones puestos en acción; todo ello, teniendo en cuenta el entorno, el momento, las personas, nuestro desarrollo real y potencial de competencia motriz.

Proporcionar un estilo de vida saludable es un elemento esencial del área de Educación física. Es cierto que son muchos los beneficios que genera la sociedad del conocimiento, pero también ha sido pródiga en costumbres poco saludables desde la infancia, donde el sedentarismo y la obesidad pueden llegar a convertirse en problemas graves para la salud. Desde esta perspectiva, la Educación física ha de tratar de mantener el equilibrio entre actividad y reposo haciendo que la máxima "mens sana in corpore sano" siga teniendo validez. Por ello, la Educación física se debe centrar en plantear propuestas para el desarrollo de planos competenciales relacionados con la salud, y que tendrían como finalidad tanto la adquisición de hábitos saludables en virtud a una práctica regular de actividades físicas como una actitud crítica ante aquellas prácticas sociales ya asentadas o emergentes que resulten perjudiciales. Se trata de que cada alumna o alumno adquieran hábitos saludables que posibiliten sentirse satisfechos con su propia identidad corporal, la cual será vehículo de expresión y comunicación consigo mismo y con los demás.

El Consejo de Europa a través de “La Carta Europea del Deporte” adoptó la resolución relativa a los principios que deben imperar las políticas y la planificación deportiva. Entre las directrices que se establecen cabe destacar la importancia de velar porque todos los escolares disfruten de programas de práctica de deportes, de actividades recreativas y de Educación física.

Fomentar el deporte escolar como práctica deportiva que se programa y desarrolla desde el centro educativo requiere el fomento de esa práctica desde un enfoque lúdico-recreativo, donde predomina el desarrollo de valores educativos como la cooperación-colaboración, la coeducación, la solidaridad, la igualdad de oportunidades. A partir del diseño, desarrollo y evaluación de juegos y actividades de carácter cooperativo y de cooperación-oposición aumentaremos la participación del alumnado en condiciones de igualdad de sexo, reduciendo la competitividad y aumentando el grado de autonomía del alumnado, así como la creatividad en los juegos y actividades que se desarrollan.

La Educación física permite al alumnado indagar en sus cualidades y destrezas motrices y las lleva a la práctica en situaciones de enseñanza-aprendizaje variadas. Las experiencias individuales y colectivas permiten adaptar las respuestas a los diferentes contextos, de esta forma atiende a las dimensiones de la personalidad: sensorial, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, de la salud, moral, social y creativa. Este área es un verdadero motor de formación integral y permanente, ya que a partir de propuestas de tareas competenciales dinámicas y variadas servirá para instrumentalizar en otras áreas actitudes que ayuden a afrontar los retos que en ellas se destilen, sobrepasando su plano motriz inicial. La actividad física tiene un valor educativo muy importante, tanto por las posibilidades de exploración que propicia como por las relaciones lógicas que el sujeto establece en las interacciones con los objetos, el medio, los otros y consigo mismo. Así, por ejemplo, los alumnos y alumnas construyen sus primeras nociones topológicas, temporales, espaciales o de resolución de problemas en actividades que emprende con otros en diferentes situaciones motrices.

No podemos obviar el papel tan importante y motivador que desempeña el juego en este área, siendo el aspecto lúdico un eje sobre el que gira todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Existe en el juego una respuesta a diferentes situaciones vivenciales en el espacio escolar, la calle, el barrio y diferentes manifestaciones populares. Su práctica habitual debe desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia. Además, la práctica lúdica se vinculará a la cultura andaluza que aporta multitud de tradiciones y manifestaciones propias de indudable riqueza. Conviene por tanto tener en cuenta la importancia de que los alumnos y alumnas conozcan y practiquen juegos autóctonos y tradicionales, como vínculo de nuestro patrimonio cultural.

El área de Educación física debe hacer que cada plaza, cada barrio y en definitiva, cada rincón de Andalucía, sea una extensión de las actividades realizadas en los patios de las escuelas, para que en ellos se juegue a lo que se juega en los colegios. En la comunidad y contextos del alumnado se deben encontrar las actitudes que se cultivan en la escuela; de esta forma, el área se consolidará en la categoría de área competencial que promueva acciones, reflexiones y actitudes que aporten nuestro granito de arena para una sociedad más solidaria, saludable y dispuesta a afrontar los retos.

En definitiva, es un área en la que se optimizan las capacidades y habilidades motrices sin olvidar el cuidado del cuerpo, salud y la utilización constructiva del ocio. En Educación física se producen relaciones de cooperación y colaboración, en las que el entorno puede ser estable o variable, para conseguir un objetivo o resolver una situación. La atención selectiva, la interpretación de las acciones de otras personas, la previsión y anticipación de las propias acciones teniendo en cuenta las estrategias colectivas, el respeto de las normas, la resolución de problemas, el trabajo en grupo, la necesidad de organizar y adaptar las respuestas a las variaciones del entorno, la posibilidad de conexión con otras áreas, el juego como herramienta primordial, la imaginación y creatividad.

### **Bloques de contenidos:**

Para alcanzar las competencias en el área de Educación física los contenidos se organizan en torno a 4 bloques.

Bloque 1, “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”: desarrolla los contenidos básicos de la etapa que servirán para posteriores aprendizajes más complejos, donde seguir desarrollando una amplia competencia motriz. Se trabajará la autoestima y el autoconocimiento de forma constructiva y con miras a un desarrollo integral del alumnado.

Bloque 2, “La Educación física como favorecedora de salud”: está centrado en la consolidación de hábitos de vida saludable, de protocolos de seguridad antes, durante y después de la actividad física y en la reflexión cada vez más autónoma frente a hábitos perjudiciales. Este bloque tendrá un claro componente transversal.

Bloque 3, “La Expresión corporal: expresión y creación artística”: se refiere al uso del movimiento para comunicarse y expresarse, con creatividad e imaginación.

Bloque 4, “El juego y el deporte escolar”: desarrolla contenidos sobre la realización de diferentes tipos de juegos y deportes entendidos como manifestaciones culturales y sociales de la motricidad humana. El juego, además de ser un recurso recurrente dentro del área, tiene una dimensión cultural y antropológica.

### **Orientaciones metodológicas**

La Educación física debe contribuir al desarrollo integral del alumnado partiendo del desarrollo de la motricidad humana y las características propias a través del desarrollo corporal, el aprendizaje instrumental básico, la autonomía y la socialización. Las propuestas deben conocer y partir del contexto inmediato del alumnado y deberán permitir adaptarlas a sus condiciones personales y sus posibilidades. En este área, los alumnos y alumnas son los protagonistas de su proceso de enseñanza aprendizaje. El autoaprendizaje permite que sea capaz de resolver planteamientos motrices, organizar su propio trabajo, constatar y comprobar en sí mismo la mejora, tanto en sus actitudes como en sus habilidades y destrezas que a su vez estimularán la creatividad, huyendo de modelos fijos o estereotipados.

Será un área de acción y reflexión, donde en las actividades debe valorarse más los procesos que los resultados.

El aspecto lúdico y deportivo favorece el trabajo en equipo, fomentando el compañerismo y la cooperación. El conocimiento y práctica de juegos populares, tradicionales y alternativos, contribuirán a enriquecer su identidad cultural.

Como línea de acción se integrarán en las propuestas aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de problemas-conflictos.

El desarrollo del área tratará de gestionar progresiones lógicas en las distintas tareas, actividades y ejercicios que la configuran. Se establecerá como punto de partida los aprendizajes previos del alumnado para progresar en virtud a cada uno de ellos y sus capacidades.

Para valorar el desarrollo de las competencias se crearán situaciones variadas, de tal forma que el alumnado pueda transferir lo aprendido y poner en práctica sus aptitudes para solucionar y tomar decisiones en las distintas circunstancias que le surjan.

La evaluación debe girar en torno a su planteamiento más formativo basada en los procesos que quedan definidos en los objetivos del área. Trataremos de considerar el esfuerzo y el trabajo realizado además del resultado. Entendiendo que deben existir distintos niveles de exigencia en las destrezas, se atenderá al proceso y todos los elementos que intervienen con una evaluación continua y flexible que favorezca realizar mejoras, adaptándose a la realidad educativa en la que se inserta el alumnado y haciendo participe de esta a sus protagonistas.

La riqueza del tratamiento del área, los aspectos que intervienen en el desarrollo del individuo, el aspecto lúdico como recurso didáctico y la transversalidad con las demás áreas y competencias, hacen posible que el desarrollo de sus objetivos e intereses vayan mas allá de un contexto fijo y formal educativo.

### **Contribución del área a las competencias clave.**

#### *Competencias sociales y cívicas.*

Las características de la Educación física, sobre todo las relativas al entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales. Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración, el respeto y la interrelación entre iguales, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación solidaria.

La Educación física ayuda a aprender a convivir, desde la aceptación y elaboración de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad. Las actividades dirigidas a la adquisición de las habilidades motrices requieren la capacidad de asumir las diferencias, así como las posibilidades y las limitaciones propias y ajenas. El cumplimiento de las normas que rigen los juegos favorece la aceptación de códigos de conducta para la convivencia. Las actividades físicas competitivas pueden generar conflictos en los que es necesaria la negociación, basada en el diálogo, como medio para su resolución.

La Educación física ayuda a entender, desarrollar y poner en práctica la relevancia del ejercicio físico y el deporte como medios esenciales para fomentar un estilo de vida saludable que favorezca al alumnado, su familia y su entorno social próximo.

#### *Competencia matemática y competencias en ciencia y tecnología.*

Abordar cálculos, análisis de datos, gráficas y tablas sobre tiempos en pruebas, clasificaciones, ritmo cardíaco, puntuaciones, nociones de orden y espacios, cantidades, etc.

El conocimiento de la naturaleza y la interacción con esta hace que se desarrollen las competencias en ciencia y tecnología. La observación del medio, el planteamiento de hipótesis para adaptar la acción al medio desde el conocimiento del propio cuerpo.

*Competencia en conciencia y expresiones culturales.*

Este área contribuye a la adquisición de esta competencia mediante la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa, a través de la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento; a apreciación y comprensión del hecho cultural y a la valoración de su diversidad; el reconocimiento y la apreciación de las manifestaciones culturales específicas, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como patrimonio de los pueblos.

El área favorece un acercamiento al fenómeno deportivo como espectáculo mediante el análisis y la reflexión crítica.

*Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.*

La Educación física ayuda a la consecución esta competencia en la medida en que emplaza al alumnado a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva. También lo hace, si se le da protagonismo al alumnado, en aspectos de organización individual y colectiva de las actividades físicas, deportivas y expresivas.

*Aprender a aprender.*

El área contribuye a esta competencia mediante el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor, desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a tareas motrices más complejas. Ello permite el establecimiento de metas alcanzables cuya consecución genera autoconfianza. Al mismo tiempo, los proyectos comunes en actividades físicas colectivas facilitan la adquisición de recursos de cooperación.

*Competencia digital.*

En la medida en que los medios informáticos y audiovisuales ofrecen recursos cada vez más actuales para analizar y presentar infinidad de datos que pueden ser extraídos de las actividades físicas, deportivas, competiciones, etc, el uso de herramientas digitales que permiten la grabación y edición de eventos (fotografías, vídeos, etc.) suponen recursos para el estudio de distintas acciones llevadas a cabo.

*Competencia en comunicación lingüística.*

El área también contribuye en cierta medida a la adquisición de la *competencia en comunicación lingüística* ofreciendo gran variedad de intercambios comunicativos, del uso de las normas que los rigen y del vocabulario específico que el área aporta.

## 2. OBJETIVOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

- O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
- O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.
- O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.
- O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.
- O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.
- O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.
- O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.

### 3. MAPA DE DESEMPEÑO DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Objetivos del Área	Criterio de evaluación Ciclo 1	Criterio de evaluación Ciclo 2	Criterio de evaluación Ciclo 3	Criterio de evaluación Etapa	Estándares de aprendizaje
<p>O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y la relación del mismo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.</p>	<p>C.E.1.1. Responder a situaciones motrices sencillas, identificando los movimientos (desplazamientos, lanzamientos, saltos, giros, equilibrios...) mediante la comprensión y conocimiento de sus posibilidades motrices y su intervención corporal ante la variedad de estímulos visuales, auditivos y táctiles.</p>	<p>C.E.2.1. Integrar y resolver satisfactoriamente variadas situaciones motrices, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y prácticas más apropiadas para una eficaz solución.</p>	<p>C.E.3.1. Aplicar las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales.</p>	<p>C.E.1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes de espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>STD.1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>STD.1.2. Adapta las habilidades motrices básicas de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artísticas expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>STD.1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>STD.1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el</p>



					<p>equilibrio postural</p> <p>STD.1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p> <p>STD.1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p>
<p>O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y la relación del mismo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p> <p>O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.</p>	<p>C.E.1.2. Conocer recursos expresivos del cuerpo a través de bailes y danzas sencillas, coreografías simples o pequeños musicales y simbolizar, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, ideas sencillas, emociones y sentimientos.</p>	<p>C.E.2.2. Indagar y utilizar el cuerpo como recurso expresivo para comunicarse con otros, representando personajes, ideas y sentimientos, desarrollando ámbitos competenciales creativos y comunicativos.</p>	<p>C.E.3.2. Crear representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos, demostrando la capacidad para comunicar mensajes, ideas, sensaciones y pequeñas coreografías con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz.</p>	<p>C.E.2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p>	<p>STD.2.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.</p> <p>STD.2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.</p> <p>STD.2.3. Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.</p> <p>STD.2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales</p>
<p>O.EF.5. Desarrollar, a través del juego, actitudes y hábitos de tipo cooperativo y</p>	<p>C.E.1.3. Identificar, comprender y respetar las normas y reglas de los</p>	<p>C.E.2.3. Identificar y utilizar estrategias básicas de juegos y actividades</p>	<p>C.E.3.3. Elegir y utilizar adecuadamente las estrategias de juegos y de</p>	<p>C.E.3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de</p>	<p>STD.3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p>

<p>social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.</p> <p>O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.</p>	<p>juegos y actividades físicas, mientras se participa, favoreciendo las buenas relaciones entre compañeros/as.</p>	<p>físicas para interactuar de forma individual, coordinada y cooperativa, resolviendo los retos presentados por la acción jugada.</p>	<p>actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas, para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades.</p>	<p>actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>STD.3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p>
<p>O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento</p>		<p>C.E.2.4. Poner en uso, durante el desarrollo de actividades físicas y artístico-expresivas, la conexión de conceptos propios de educación física con los aprendidos en otras áreas y las distintas</p>	<p>C.E.3.4. Relacionar los conceptos específicos de educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas.</p>	<p>C.E.4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.</p>	<p>STD.4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.</p> <p>STD.4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.</p> <p>STD.4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de</p>

a nuevas situaciones de la vida cotidiana.		competencias.			cooperación y de oposición. STD.4.4. Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza.
O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.					
O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.	C.E.1.4. Mostrar interés por adquirir buenos hábitos relacionados con la salud y el bienestar, tomando conciencia de la importancia de una buena alimentación e higiene corporal.	C.E.2.5. Tomar conciencia de los efectos saludables derivados de la actividad física relacionados con los hábitos posturales y alimentarios, además de consolidar hábitos de higiene corporal teniendo en cuenta las características de nuestra comunidad en estos aspectos, por ejemplo la dieta mediterránea y el clima caluroso.	C.E.3.5 Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y valorar la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable.	C.E.5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	STD.5.1. Tiene interés por mejorar las capacidades físicas. STD.5.2. Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc...). STD.5.3. Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud. STD.5.4. Describe los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias. STD.5.5. Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.
O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas,	C.E.1.5. Mostrar interés por mejorar la competencia	C.E.2.6. Investigar, elaborar y aplicar	C.E.3.6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas,	C.E.6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas,	STD.6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas

<p>habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.</p> <p>O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.</p>	<p>motriz y participar en actividades diversas.</p>	<p>propuestas para aumentar la condición física, variando de sus posibilidades.</p>	<p>regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p>	<p>regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p>	<p>orientadas a la salud.</p> <p>STD.6.2. Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.</p> <p>STD.6.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.</p> <p>STD.6.4. Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.</p>
<p>O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y la relación del mismo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.</p>	<p>C.E.1.6. Tomar conciencia y reconocer el propio cuerpo y el de los demás, mostrando respeto y aceptación por ambos.</p>	<p>C.E.2.7. Valorar y aceptar la propia realidad corporal y la de otros, desde una perspectiva respetuosa que favorezca relaciones constructivas.</p>	<p>C.E.3.7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p>	<p>C.E.7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p>	<p>STD.7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.</p> <p>STD.7.2. Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.</p>
<p>O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de</p>	<p>C.E.1.7. Descubrir y distinguir las diversas actividades que se pueden desarrollar a partir de</p>	<p>C.E.2.8. Valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas, creando gustos y aficiones personales</p>	<p>C.E.3.8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad</p>	<p>C.E.8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p>	<p>STD.8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.</p>

mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.	Educación física.	hacia ellas, practicándolas tanto dentro como fuera de la escuela y el entorno más cercano.	Autónoma de Andalucía.		STD.8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.
O.EF.5. Desarrollar, a través del juego, actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.	C.E.1.8. Tomar conciencia de situaciones conflictivas que puedan surgir en actividades físicas de distinta índole.	C.E.2.9. Reflexionar sobre las situaciones conflictivas que surgen en la práctica, opinando coherentemente y respetando el punto de vista de las demás personas para llegar a una solución.	C.E.3.9. Mostrar una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas.	C.E.9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	STD.9.1. Adopta una actitud crítica ante las comodidades y la imagen corporal de los modelos publicitarios. STD.9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo. STD.9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable. STD.9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural	C.E.1.9. Demostrar actitudes de cuidado hacia el entorno y el lugar en el que realizamos los juegos y actividades, siendo conscientes y preocupándose por el medio donde se desarrollan y valorando la	C.E.2.10. Mostrar actitudes consolidadas de respeto, cada vez más autónomas y constructivas, hacia el medio ambiente en las actividades realizadas al aire libre.	C.E.3.10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	C.E.10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	STD.10.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural. STD.10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.

donde se desarrollen dichas actividades.	variedad de posibilidades que le brinda el clima y el entorno de Andalucía.				
O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.	C.E.1.10. Reconocer posibles riesgos en la práctica de la actividad física derivados de los materiales y espacios.	C.E.2.11. Desarrollar una actitud que permita evitar riesgos en la práctica de juegos y actividades motrices, realizando un correcto calentamiento previo y medidas de seguridad para la actividad física, y estableciendo descansos adecuados para una correcta recuperación ante los efectos de un esfuerzo.	C.E.3.11. Mostrar la responsabilidad y la precaución necesarias en la realización de actividades físicas, evitando riesgos a través de la prevención y las medidas de seguridad.	C.E.11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	STD.11.1 Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.
O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.	C.E.1:11. Iniciarse en trabajos de investigación utilizando recursos de las tecnologías de información y comunicación.	C.E.2.12. Inferir pautas y realizar pequeños trabajos de investigación dentro de la Educación Física sobre ella, utilizando diversas fuentes y destacando las tecnologías de la información y la comunicación, sacando conclusiones personales sobre la información elaborada.	C.E.3.12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial.	C.E.12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.	STD.12.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita. STD.12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación. STD.12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.

<p>O.EF.5. Desarrollar, a través del juego, actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.</p>	<p>C.E.1.12. Valorar y respetar a las otras personas que participan en las actividades, mostrando comprensión y respetando las normas. Valorar el juego como medio de disfrute y de relación con los demás</p>	<p>C.E.2.13. Participar en juegos, deportes y actividades físicas estableciendo relaciones constructivas en virtud de muestras de respeto mutuo. Interiorizar una cultura de juego limpio y aceptar las normas..</p>	<p>C.E.3.13. Poner por encima de los propios intereses y resultados (perder o ganar) el trabajo en equipo, el juego limpio y las relaciones personales que se establecen en la práctica de juegos y actividades físicas.</p>	<p>C.E.13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>STD.13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.</p> <p>STD.13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad</p> <p>STD.13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.</p> <p>STD.13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>STD.13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>
--	--	--	--	--	---

#### 4. DESARROLLO CURRICULAR DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

##### Primer Ciclo

###### Criterio de evaluación:

C.E.1.1. Responder a situaciones motrices sencillas, identificando los movimientos (desplazamientos, lanzamientos, saltos, giros, equilibrios...) mediante la comprensión y conocimiento de sus posibilidades motrices y su intervención corporal ante la variedad de estímulos visuales, auditivos y táctiles.

###### Orientaciones y ejemplificaciones:

Las respuestas a situaciones motrices implican la experiencia y la interiorización de las mismas, a andar se aprende andando. Se pretende desarrollar la comprensión y conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades para intervenir en el entorno más cercano, con respuestas motrices que favorezcan la mejora del cuerpo y el desarrollo de la competencia motriz, identificando distintos estímulos y ajustando la respuesta a través de movimientos simples (desplazamientos, saltos y suspensiones, giros, lanzamientos y recepciones, transportes y conducciones).

Estos aspectos se pueden trabajar mediante tareas globales de construcción de circuitos que pongan en juego acciones diversas, personales y de coordinación con el grupo, respondiendo a distintos estímulos, explorando sus posibilidades y adaptando a diferentes condiciones de juegos y situaciones motrices tales como ginkanas cooperativas en las que se tengan que resolver diversas situaciones motrices que requieran trabajo individual y grupal.

###### Objetivos del área para la etapa:

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.  
O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

###### Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en sí mismo.
- 1.2. Conocimiento de los segmentos corporales y observación de éstos en sí mismo y los demás.
- 1.3. Identificación y conocimiento del cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.
- 1.4. Relación de las principales partes del cuerpo con los movimientos realizados.
- 1.5. Afirmación de la lateralidad y discriminación de derecha e izquierda sobre sí y sobre los demás.
- 1.6. Identificación y reconocimiento del lado dominante (ojo, brazo y pierna).
- 1.7. Exploración y diferenciación de las posibilidades sensoriales del cuerpo (visión, audición, táctil, olfativa y cenestésica).
- 1.8. Coordinación corporal (ojo, oído, tacto, cenestesia) con el movimiento.
- 1.9. Posturas corporales. Corrección y elección de las más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios.
- 1.10. Experimentación de situaciones de equilibrio tanto estático como dinámico en diversas situaciones (base estable o inestable y modificando los puntos de apoyo).
- 1.11. Dominio progresivo de la percepción espacial a través de básicas nociones topológicas y de distancia (arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, cerca-lejos, alto-bajo, juntos-separados).
- 1.12. Apreciación y cálculo de distancias en reposo y en movimiento, respecto a uno mismo, a los demás y diversos objetos.
- 1.13. Dominio progresivo de la percepción temporal a través de sencillas nociones relacionadas con el tiempo (ritmos, secuencias, velocidad, duración).
- 1.14. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y suspensiones, giros,



	lanzamientos y recepciones, transportes y conducciones). 1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.
<b>Competencias:</b> CAA	<b>Indicadores:</b> EF.1.1.1. Responde a situaciones motrices sencillas identificando los movimientos (desplazamientos, lanzamientos, saltos, giros, equilibrios...), mediante la comprensión y conocimiento de sus posibilidades motrices. (CAA). EF.1.1.2. Responde a situaciones motrices sencillas identificando los movimientos (desplazamientos, lanzamientos, saltos, giros, equilibrios...), mediante su intervención corporal ante la variedad de estímulos visuales, auditivos y táctiles. (CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.2. Conocer recursos expresivos del cuerpo a través de bailes y danzas sencillas, coreografías simples o pequeños musicales y simbolizar, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento ideas sencillas, emociones y sentimientos.

## Orientaciones y ejemplificaciones:

Este criterio observará la reproducción de estructuras rítmicas sencillas bien sean con el cuerpo y su movimiento (desplazamientos, saltos, palmas, golpes, balanceos, giros) o con la ayuda de instrumentos de percusión. En la experimentación de dichas acciones (coreografías, danzas populares, representaciones, dramatizaciones.) se incentivarán los aportes espontáneos y esfuerzos para innovar formas expresivas y creativas. Es importante que al interpretar un personaje llegue a ponerse en su piel, valorando el papel sin prejuicios. Se pueden llevar a cabo representaciones de familiares, personajes o profesiones del entorno inmediato, personajes de interés, películas... a través de mímica, siempre desde un prisma positivo y de respeto.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en sí mismo.
- 1.2. Conocimiento de los segmentos corporales y observación de éstos en sí mismo y los demás.
- 1.3. Identificación y conocimiento del cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.
- 1.4. Relación de las principales partes del cuerpo con los movimientos realizados.
- 1.5. Afirmación de la lateralidad y discriminación de derecha e izquierda sobre sí y sobre los demás.
- 1.7. Exploración y diferenciación de las posibilidades sensoriales del cuerpo (visión, audición, táctil, olfativa y cenestésica).
- 1.8. Coordinación corporal (ojo, oído, tacto, cenestesia) con el movimiento.
- 1.9. Posturas corporales. Corrección y elección de las más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios.
- 1.11. Dominio progresivo de la percepción espacial, a través de básicas nociones topológicas y de distancia (arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, cerca-lejos, alto-bajo, juntos-separados).
- 1.13. Dominio progresivo de la percepción temporal a través de sencillas nociones relacionadas con el tiempo (ritmos, secuencias, velocidad, duración).

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Indagación y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo (tono muscular, mímica, gestos) y del movimiento (ritmo, espacio, tiempo).
  - 3.2. Expresión e interpretación de la música en general y el flamenco en particular a través del cuerpo, sincronizando sencillas estructuras rítmicas a partir de un compás y un tempo externo.
  - 3.3. Práctica de sencillos bailes y danzas populares o autóctonas de la Comunidad Andaluza.
  - 3.4. Imitación y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
  - 3.5. Imitación de personajes, objetos y situaciones; cercanos al contexto, entorno y vida cotidiana.
  - 3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.
- Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.

**Competencias:**

CEC, CSYC

**Indicadores:**

- EF.1.2.1. Conoce recursos expresivos del cuerpo a través de bailes y danzas sencillas como coreografías simples o pequeños musicales. (CEC).  
 EF.1.2.2. Simboliza a través del cuerpo, el gesto y el movimiento ideas sencillas, emociones y sentimientos. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.3. Identificar, comprender y respetar las normas y reglas de los juegos y actividades físicas, mientras se participa, favoreciendo las buenas relaciones entre compañeros/as.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Es importante trabajar la actitud y los hábitos que toda actividad física debe tener presente en su práctica, la necesidad de las normas, su importancia y el respeto a las mismas. Se favorecerá la participación activa en juegos y actividades de distinta índole (organizadas, sensoriales, simbólicas y cooperativas), sobre todo aquellos que generen relaciones constructivas, el respeto a las normas y la ausencia de discriminaciones entre los participantes, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo. Como tareas tipo se pueden presentar aquellas donde se debatan y consensúen propuestas y medidas que se reflejen en un decálogo sobre el desarrollo de las actividades, en un mural expuesto en su aula o en el diseño de una rúbrica gigante con actitudes deseables, en la que cada día se irán marcando su grado de consecución, tras la reflexión conjunta.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física y además teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en si mismo.
- 1.4. Relación de las principales partes del cuerpo con los movimientos realizados.
- 1.8. Coordinación corporal (ojo, oído, tacto, cenestesia) con el movimiento.
- 1.11. Dominio progresivo de la percepción espacial, a través de básicas nociones topológicas y de distancia (arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, cerca-lejos, alto-bajo, juntos-separados).
- 1.12. Apreciación y cálculo de distancias en reposo y en movimiento, respecto uno mismo, a los demás y diversos objetos.
- 1.13. Dominio progresivo de la percepción temporal a través de sencillas nociones relacionadas con el tiempo (ritmos, secuencias, velocidad, duración).
- 1.14. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y suspensiones, giros, lanzamientos y recepciones, transportes y conducciones).
- 1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.
- 2.5. Toma de conciencia y aceptación del uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.
- 3.7. Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.
- 4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.
- 4.3. Conocimiento y práctica de diferentes tipos de juegos: libres-organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.
- 4.4. Indagación y práctica de juegos populares y tradicionales propios de la cultura andaluza.
- 4.5. Práctica y disfrute de juegos en los que se utilicen las habilidades básicas, fundamentalmente los desplazamientos.
- 4.6. Aceptación de diferentes roles en el juego.

	<p>4.7. Respeto y aceptación de las demás personas que participan en el juego.</p> <p>4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.</p> <p>4.9. Espacios para desarrollar el juego: colegio, calles, plazas, campo..., con gran arraigo en Andalucía.</p>
<b>Competencias:</b> CSYC	<b>Indicadores:</b> EF.1.3.1. Identifica, comprende y respeta las normas y reglas de los juegos y actividades físicas. (CSYC). EF.1.3.2. Participa en los juegos y actividades. (CSYC). EF.1.3.3. Favorece las buenas relaciones entre compañeros/as. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.4. Mostrar interés por adquirir buenos hábitos relacionados con la salud y el bienestar, tomando conciencia de la importancia de una buena alimentación e higiene corporal.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se valora con este criterio la necesidad de alimentarse adecuadamente antes de la actividad física, desarrollar hábitos de higiene, ser conscientes de la necesidad de un uso adecuado de ropa y calzado, así como identificar los riesgos potenciales propios de la actividad física.

Partiremos de sus experiencias y de historias que inciten a recapitar sobre la mejora de la salud y hábitos saludables y su continuidad fuera de la escuela. Promover de forma motivadora y significativa el intercambio figurado de actividades y costumbres para favorecer la salud, a la vez que se realizan unas labores investigadoras paralelas con diversas fórmulas para concretar todo el trabajo realizado, como murales o videos explicativos.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en sí mismo.
- 1.2. Conocimiento de los segmentos corporales y observación de éstos en sí mismo y los demás.
- 1.9. Posturas corporales. Corrección y elección de las más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios.
- 1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.1. Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.
- 2.2. Relación de la actividad física y de la alimentación con el bienestar y la salud.
- 2.3. Movilidad corporal orientada a la salud.
- 2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.
- 2.5. Toma de conciencia y aceptación del uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica deportiva.

**Competencias:**

CSYC, CAA

**Indicadores:**

- EF1.4.1. Muestra interés por adquirir hábitos relacionados con la salud y el bienestar. (CSYC).
- EF1.4.2. Toma conciencia de la importancia de una buena alimentación e higiene corporal. (CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.5. Mostrar interés por mejorar la competencia motriz y participar en actividades diversas.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

La mejora motriz supone tener una actitud positiva ante el esfuerzo y la dificultad. Se trata de valorar si existe interés por el desarrollo motriz de las posibilidades motrices. Se plantearán juegos y actividades que inciten al movimiento y juegos. Por ello se han de presentar gran diversidad de propuestas lúdicas con distintos niveles de exigencia motriz. Para desarrollar estos elementos curriculares se pueden generar situaciones hipotéticas que les motive como la pertenencia a un espectáculo circense o de cualquier otro tipo similar, donde se desarrollarán juegos que propiciarán planteamientos globales y que les requiera una línea de mejora en su competencia motriz.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.2. Conocimiento de los segmentos corporales y observación de éstos en si mismo y los demás.
- 1.3. Identificación y conocimiento del cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.
- 1.4. Relación de las principales partes del cuerpo con los movimientos realizados.
- 1.10. Experimentación de situaciones de equilibrio tanto estático como dinámico en diversas situaciones (base estable o inestable y modificando los puntos de apoyo).
- 1.11. Dominio progresivo de la percepción espacial, a través de básicas nociones topológicas y de distancia (arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, cerca-lejos, alto-bajo, juntos-separados).
- 1.12. Apreciación y cálculo de distancias en reposo y movimiento, respecto a uno mismo, a los demás y diversos objetos..
- 1.13. Dominio progresivo de la percepción temporal, a través de sencillas nociones relacionadas con el tiempo (ritmos, secuencias, velocidad, duración).
- 1.14. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y suspensiones, giros, lanzamientos y recepciones, transportes y conducciones).
- 1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.3. Movilidad corporal orientada a la salud.
- 2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.
- 2.5. Toma de conciencia y aceptación del uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica deportiva.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.
- 4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.
- 4.3. Conocimiento y práctica de diferentes tipos de juegos: libres-organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.
- 4.4. Indagación y práctica de juegos populares y tradicionales propios de la cultura andaluza.
- 4.5. Práctica y disfrute de juegos en los que se utilicen las habilidades básicas, fundamentalmente los desplazamientos.
- 4.6. Aceptación de diferentes roles en el juego.
- 4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.

**Competencias:**

CSYC, SIEP

**Indicadores:**

- EF.1.5.1 Muestra interés por mejorar la competencia motriz. (CSYC).  
 EF.1.5.2 Muestra interés por participar en actividades diversas. (CSYC, SIEP).

**Criterio de evaluación:**

CE.1.6. Tomar conciencia y reconocer el propio cuerpo y el de los demás, mostrando respeto y aceptación por ambos.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Tomar conciencia de nuestro cuerpo supone la valoración y el autoconocimiento como algo fundamental para un adecuado desarrollo. Se establecerán tareas para identificar el tono muscular a partir de la tensión, relajación o la respiración; el conocimiento de los segmentos corporales y de los lados dominantes como ojo, brazo y pierna a partir de la exploración sensorial de la visual, auditiva, táctil, olfativa y cenestésica, todo en un clima de respeto ante las diferencias y semejanzas con el de los otros. Se realizarán tareas donde se pueda observar e incluso experimentar desde la perspectiva de los demás. Este conjunto de elementos curriculares se pueden trabajar partiendo de la realización de diferentes siluetas recortadas en papel que servirán para conocer posturas, diferencias corporales, similitudes y, en definitiva, una exploración funcional y constructiva de nuestro cuerpo y el de los demás.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en si mismo.
- 1.2. Conocimiento de los segmentos corporales y observación de éstos en si mismo y los demás.
- 1.3. Identificación y conocimiento del cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.
- 1.4. Relación de las principales partes del cuerpo con los movimientos realizados.
- 1.5. Afirmación de la lateralidad y discriminación de derecha e izquierda sobre sí y sobre los demás.
- 1.6. Identificación y reconocimiento del lado dominante (ojo, brazo y pierna).
- 1.7. Exploración y diferenciación de las posibilidades sensoriales del cuerpo (visión, audición, táctil, olfativa y cenestésica).
- 1.8. Coordinación corporal (ojo, oído, tacto, cenestesia) con el movimiento.
- 1.9. Posturas corporales. Corrección y elección de las más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios.
- 1.10. Experimentación de situaciones de equilibrio tanto estático como dinámico en diversas situaciones (base estable o inestable y modificando los puntos de apoyo).
- 1.11. Dominio progresivo de la percepción espacial, a través de básicas nociones topológicas y de distancia (arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, cerca-lejos, alto-bajo, juntos-separados).
- 1.14. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y suspensiones, giros, lanzamientos y recepciones, transportes y conducciones).
- 1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Indagación y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo (tono muscular, mímica, gestos) y del movimiento (ritmo, espacio, tiempo).
- 3.7. Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.7. Respeto y aceptación de las demás personas que participan en el juego.

**Competencias:**

CAA, CSYC

**Indicadores:**

- EF.1.6.1 Toma conciencia y reconoce el propio cuerpo y el de los demás. (CAA).  
 EF.1.6.2 Muestra respeto y aceptación por el propio cuerpo y el de los demás. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

CE.1.7. Descubrir y distinguir las diversas actividades que se pueden desarrollar a partir de la Educación física.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

El juego como recurso y gran aliado para el desarrollo de la Educación física. Hay que conseguir que se juegue de la misma forma en la escuela que fuera de ella. Para ello deben conocer gran cantidad de juegos y poder practicarlos desde su autonomía. Se observará la participación en diversas actividades donde se desarrollen desplazamientos, cambios de dirección, la orientación en el espacio y la discriminación de estímulos. Los juegos deben potenciar valores y posibilidades formativas. A partir de los diferentes juegos que se van desarrollando en las sesiones de Educación física y, con la colaboración de otras áreas y las familias, se podrá plantear “El libro de los juegos”, donde cada día se pueden escribir los juegos que más hayan gustado de los que se han realizado en clase y proponerse algún juego de los practicados en la calle, en el bloque de pisos, o en cualquier otro lugar.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Indagación y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo (tono muscular, mímica, gestos) y del movimiento (ritmo, espacio, tiempo).
- 3.2. Expresión e interpretación de la música en general y el flamenco en particular a través del cuerpo, sincronizando sencillas estructuras rítmicas a partir de un compás y un tempo externo.
- 3.3. Práctica de sencillos bailes y danzas populares o autóctonas de la Comunidad Andaluza.
- 3.4. Imitación y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- 3.5. Imitación de personajes, objetos y situaciones; cercanos al contexto, entorno y vida cotidiana.
- 3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.
- 3.7. Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.
- 4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.
- 4.3. Conocimiento y práctica de diferentes tipos de juegos: libres-organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.
- 4.4. Indagación y práctica de juegos populares y tradicionales propios de la cultura andaluza.
- 4.5. Práctica y disfrute de juegos en los que se utilicen las habilidades básicas, fundamentalmente los desplazamientos.
- 4.6. Aceptación de diferentes roles en el juego.
- 4.7. Respeto y aceptación de las demás personas que participan en el juego.
- 4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.
- 4.9. Espacios para desarrollar el juego: colegio, calles, plazas, campo..., con gran arraigo en Andalucía.

**Competencias:**

CSYC, CEC

**Indicadores:**

EF.1.7.1 Muestra interés por las diversas actividades que se pueden desarrollar a partir de la Educación física. (CSYC, CEC).



**Criterio de evaluación:**

C.E.1.8. Tomar conciencia de situaciones conflictivas que puedan surgir en actividades físicas de distinta índole.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

La valoración del juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia favorecen las relaciones constructivas y equilibradas y potencian la resolución pacífica de conflictos mediante el diálogo y la reflexión. Las tareas deben desarrollarse con una actitud respetuosa y positiva asegurando su componente constructivo. Se abordarán reflexiones guiadas en los periodos de vuelta a la calma o al finalizar un juego propuesto. Estas situaciones, con claro componente transversal, pueden servir para crear normas y actitudes consensuadas que sean referente en el desarrollo de cualquier actividad y que todos se comprometan a respetar y llevar a la práctica.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.2. Relación de la actividad física y de la alimentación con el bienestar y la salud.

2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.

3.7. Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.

4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas de juego.

4.7. Respeto y aceptación de las demás personas que participan.

4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.

**Competencias:**

CSYC

**Indicadores:**

EF.1.8.1 Toma conciencia, reflexiona y dialoga para resolver de situaciones conflictivas que puedan surgir en actividades físicas de distinta índole. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.9. Demostrar actitudes de cuidado hacia el entorno y el lugar en el que realizamos los juegos y actividades, siendo conscientes y preocupándose por el medio donde se desarrollan y valorando la variedad de posibilidades que le brinda el clima y el entorno de Andalucía.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

La diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física aseguran un vínculo cultural y físico entre las actividades propuestas y la riqueza de la Comunidad de Andalucía, sus costumbres y su entorno. Mostrar actitudes de respeto y cuidado hacia el lugar donde realizamos los juegos y actividades, sintiéndose afortunado de las posibilidades y riqueza que nos brinda Andalucía. Se planteará tareas en las que haya que ubicar y ejercitar juegos autóctonos y tradicionales de Andalucía y del entorno más inmediato. Con lo que se llegaría a poder conformar un catálogo de juegos andaluces o mapas de los variados juegos de nuestra geografía y el entorno.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos:****Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.4. Indagación y práctica de juegos populares y tradicionales propios de la cultura andaluza.

4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.

4.9. Espacios para desarrollar el juego: colegio, calles, plazas, campo..., con gran arraigo en Andalucía

**Competencias:**

CMT, CSYC, CEC

**Indicadores:**

EF.1.9.1 Demuestra actitudes de cuidado hacia el entorno y el lugar en el que realizamos los juegos y actividades. (CSYC, CEC).

EF.1.9.2 Es consciente y se preocupa por el medio donde se desarrollan las actividades. (CMT, CEC).

EF.1.9.3 Se siente afortunado por la variedad de posibilidades que le brinda el clima y el entorno de Andalucía para realizar actividades. (CMT, CEC).

**Criterio de evaluación:**

CE.1.10. Reconocer posibles riesgos en la práctica de la actividad física derivados de los materiales y espacios.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

El alumnado debe concienciarse de la necesidad de adquirir hábitos relacionados con la seguridad en las prácticas deportivas, identificando aquellos riesgos individuales y colectivos que se asocian a determinadas actividades físicas. Constantes interacciones y movimientos pueden acarrear situaciones de cierto riesgo, se ha de procurar que estas se minimicen o se reduzcan en el máximo porcentaje posible, dejando en un plano residual los accidentes. Se trabajará con tareas en las que se mentalicen para prevenir. Lo mejor es que se atienda bien antes de cada actividad y posteriormente se pueden plantear un pequeño debate donde se establezcan medidas para que situaciones peligrosas o conflictivas desaparezcan, por ello se podría generar pequeñas colecciones de fichas que ayuden en las reflexiones y tengan de referente den la posibilidad de ir reduciendo riesgos.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en si mismo.
- 1.9. Posturas corporales. Corrección y elección de las más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.1. Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.
- 2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.
- 2.5. Toma de conciencia y aceptación del uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica deportiva.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.
- 4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.
- 4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.

**Competencias:**

CMT, CSYC

**Indicadores:**

EF.1.10.1. Reconoce posibles riesgos en la práctica de la actividad física derivados de los materiales y espacios. (CMT, CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.11. Iniciarse en trabajos de investigación utilizando recursos de las tecnologías de la información y la comunicación.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Es habitual que los centros docentes andaluces tengan página web. Esta página puede ser el marco para trabajar y reflexionar sobre la importancia de la actividad física, elaborar artículos referidos a la salud, el deporte, la higiene, etc, publicitar a través de los recursos TIC, olimpiadas y actividades físico-deportivas que el centro realice y compartir información con otros centros sobre distintos deportes o actividades.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.

**Contenidos:****Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.1. Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.
- 2.2. Relación de la actividad física y de la alimentación con el bienestar y la salud.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.
- 4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.
- 4.3. Conocimiento y práctica de diferentes tipos de juegos: libres-organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.
- 4.4. Indagación y práctica de juegos populares y tradicionales propios de la cultura andaluza.

**Competencias:**

CMT, CSYC, CCL, CD

**Indicadores:**

E.F.1.11.1. Realiza trabajos de investigación utilizando recursos de las tecnologías de la información. (CMT, CSYC, CCL, CD).

**Criterio de evaluación:**

C.E.1.12. Valorar y respetar a las otras personas que participan en las actividades, mostrando comprensión y respetando las normas. Valorar el juego como medio de disfrute y de relación con los demás.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se hará especial hincapié en la integración social basada en el respeto mutuo y el reconocimiento de las virtudes propias y ajenas. El enfoque de un desarrollo integral de la persona nos ayuda a conocernos a través de la actividad física y el juego, descubrir buenas relaciones con nuestros compañeros y compañeras y la importancia de respeto a las normas. El conjunto de estos elementos curriculares podrían quedar reflejados en aquellas tareas en las que se ejercitan diversos juegos cambiando los roles de participante y observador de forma dinámica. En su transcurso se “congelará” la acción procurando elegir momentos de carga colaborativa en el desarrollo del juego para debatir sobre ella, consiguiendo una mentalización hacia esas situaciones cooperativas.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.

3.7. Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.

4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.

4.7. Respeto y aceptación de las demás personas que participan en el juego.

4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.

**Competencias:**

CSYC

**Indicadores:**

EF.1.12.1. Valora y respeta a las otras personas que participan en las actividades. (CSYC).

EF.1.12.2. Muestra comprensión y cumplimiento de las normas de los juegos. (CSYC).

EF.1.12.3. Valora el juego como medio de disfrute y de relación con los demás. (CSYC).

## Segundo Ciclo

### Criterio de evaluación:

C.E.2.1. Integrar y resolver satisfactoriamente variadas situaciones motrices, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y básicas más apropiadas para una eficaz solución.

### Orientaciones y ejemplificaciones:

Con estos elementos curriculares se comprobará la integración y asimilación de habilidades adquiridas, así como su necesaria puesta en práctica en diversas situaciones. Se evalúa la mejora cualitativa de la capacidad de desplazarse, saltar, girar, lanzar, recepcionar, transportar o conducir un objeto para resolver satisfactoriamente problemas motores o nuevas situaciones. Las propuestas pueden ir en la línea de tareas rotatorias, presentando diferentes retos colectivos donde se apliquen habilidades de distinta índole.

### Objetivos del área para la etapa:

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

### Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”

- 1.1. Desarrollo global y analítico del esquema corporal con representación del propio cuerpo y el de los demás.
- 1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- 1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.
- 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
- 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejorar las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- 1.6. Consolidación y abstracción básica de la lateralidad y su proyección en el espacio. Aprecio eficaz de la derecha y la izquierda en los demás.
- 1.7. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio modificando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad, en diferentes planos.
- 1.8. Estructuración y percepción espacio-temporal en acciones y situaciones de complejidad creciente. Apreciación de distancias y trayectorias y velocidad. Memorización de recorridos. Reconocimiento de la posición relativa de dos objetos.
- 1.9. Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo a través de la actividad física. Valoración y aceptación de la realidad corporal propia y de los demás.
- 1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.
- 1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
- 1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.
- 1.13. Experimentación y adaptación de las habilidades básicas a situaciones no habituales y entornos desconocidos, con incertidumbre, reforzando los mecanismos de percepción y decisión en las tareas motoras.

### Competencias:

CAA, SIEP

### Indicadores:

- EF.2.1.1. Integra y resuelve satisfactoriamente variadas situaciones motrices. (CAA).  
 EF.2.1.2. Elige las habilidades perceptivo-motrices y básicas más apropiadas para resolver de forma eficaz situaciones motrices. (SIEP).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.2. Indagar y utilizar el cuerpo como recurso expresivo para comunicarse con otros, representando personajes, ideas y sentimientos y desarrollando ámbitos competenciales creativos y comunicativos.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se observarán las posibilidades desarrolladas para la comunicación y cómo va progresando cada vez de forma más autónoma y creativa, utilizando como medio principal su propio cuerpo. En la puesta en escena se observará la producción de gestos significativos, la capacidad para prestar atención a la expresión de los demás, recibir el mensaje y seguir la acción respetando el hilo argumental. Se puede aprovechar la coincidencia con otros contenidos como la historia y plantear una línea del tiempo dinámica en la que se representará en formato de cine mudo distintas etapas de la historia a partir de las actividades físicas, pudiendo representarse en otros grupos de clase que estén desarrollando estos contenidos, tomando en todo momento la expresividad y el cuerpo como ejes de la comunicación.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Desarrollo global y analítico del esquema corporal con representación del propio cuerpo y el de los demás.
- 1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- 1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.
- 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
- 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- 1.6. Consolidación y abstracción básica de la lateralidad y su proyección en el espacio. Aprecio eficaz de la derecha y la izquierda en los demás.
- 1.7. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio modificando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad, en diferentes planos.
- 1.9. Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo a través de la actividad física. Valoración y aceptación de la realidad corporal propia y de los demás.
- 1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.
- 1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicos en medios y situaciones estables y conocidas.
- 1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.
- 1.13. Experimentación y adaptación de las habilidades básicas a situaciones no habituales y entornos desconocidos, con incertidumbre, reforzando los mecanismos de percepción y decisión en las tareas motoras.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad).
- 3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- 3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal.
- 3.4. Investigación y uso de objetos y materiales y sus posibilidades en la expresión.
- 3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

**Competencias:**

CSYC, CEC

**Indicadores:**

- EF.2.2.1. Indaga y utiliza el cuerpo como recurso expresivo para comunicarse con otros, desarrollando ámbitos competenciales creativos y comunicativos. (CSYC).
- EF.2.2.2. Utiliza el cuerpo para representar personajes, ideas y sentimientos.(CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.3. Identificar y utilizar estrategias básicas de juegos y actividades físicas para interactuar de forma individual, coordinada y cooperativa, resolviendo los retos presentados por la acción jugada.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se pretende evaluar la capacidad de interactuar adecuadamente en situaciones de juego, realizando acciones de ayuda entre los miembros de un mismo equipo. Además, se debe observar si, en situaciones de oposición, se ocupan posiciones en el terreno que faciliten el juego como por ejemplo ocupar espacios libres u orientarse en la dirección de juego. Para ello se plantearán situaciones de juego real en la que se deban generar respuestas adecuadas a los acontecimientos y se pueda inquirir reflexiones sobre ellas. Se pueden proponer tareas de tipo lúdico como pequeñas competiciones regladas y adaptadas a su edad y características, desarrollándose en los recreos y sesiones de Educación física. Dichas competiciones se enfocan tanto a la participación de todos como a promover la igualdad de género.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, entendiendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
  - 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
  - 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
  - 1.6. Consolidación y abstracción básica de la lateralidad y su proyección en el espacio. Aprecio eficaz de la derecha y la izquierda en los demás.
  - 1.7. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio modificando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad, en diferentes planos.
  - 1.8. Estructuración y percepción espacio-temporal en acciones y situaciones de complejidad creciente. Apreciación de distancias, trayectorias y velocidad. Memorización de recorridos. Reconocimiento de la posición relativa de dos objetos.
  - 1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.
  - 1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
  - 1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.
  - 1.13. Experimentación y adaptación de las habilidades básicas a situaciones no habituales y entornos desconocidos, con incertidumbre, reforzando los mecanismos de percepción y decisión en las tareas motoras.
- Bloque 4: “El juego y deporte escolar”
- 4.1. Aplicación de las habilidades básicas en situaciones de juego. Iniciación a la práctica de actividades deportivas a través del juego predeportivo y del deporte adaptado.
  - 4.2. Práctica de juegos cooperativos, populares y tradicionales, pertenecientes a la Comunidad de Andalucía.
  - 4.3. Experimentación, indagación y aplicación de las habilidades básicas de manejo de balones y móviles, con o sin implemento, en situaciones de juego.
  - 4.4. Aprendizaje y utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición, en la práctica de juegos y deportes.
  - 4.5. Práctica de juegos y actividades físicas en un entorno tanto habitual como no habitual y en el medio natural. (Colegios, calles, plazas, campo, )
  - 4.7. Propuestas lúdicas de recorridos de orientación, pistas y rastreo.
  - 4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.
  - 4.9. Interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre.
  - 4.10. Valoración del esfuerzo personal en la práctica de los juegos y actividades. Interés por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.
  - 4.11. Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y respetando los roles y estrategias establecidas por el grupo.

**Competencias:**

CAA, CSYC

**Indicadores:**

- EF.2.3.1. Identifica y utiliza estrategias básicas de juegos y actividades físicas para interactuar de forma individual, coordinada y cooperativa. (CSYC).
- EF.2.3.2. Identifica y utiliza estrategias básicas de juegos y actividades físicas resolviendo los retos presentados por la acción jugada. (CAA).



**Criterio de evaluación:**

CE.2.4. Poner en uso, durante el desarrollo de actividades físicas y artístico-expresivas, la conexión de conceptos propios de educación física con los aprendidos en otras áreas y las distintas competencias.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

En este criterio se quiere comprobar qué grado de transferencia se puede plantear entre los contenidos que se dan en Educación física y los de las demás áreas, consiguiendo así que se reafirme el carácter globalizado e integrador de la etapa. Se promoverá de esta forma que en el normal desarrollo de la actividad física se dé un importante cupo de implicación cognitiva, que repercutirá en una enseñanza verdaderamente integral. Esta relación de elementos curriculares podría estar concretada en la generación por turnos de un diario de clase que refleje juegos y otras actividades realizadas describiéndolas y proponiendo variantes debatidas por el grupo.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.1. Desarrollo global y analítico del esquema corporal, con representación del propio cuerpo y el de los demás.

1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.

1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.

1.9. Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo a través de la actividad física,. Valoración y aceptación de la realidad corporal propia y de los demás.

1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.

1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.

1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal.

3.5. Expresión e interpretación de la música flamenca a través del cuerpo, adecuándolo a un compás y a un tempo externo.

3.7. Ejecución de bailes y coreografías simples combinándolos con habilidades motrices básicas. Práctica de bailes y danzas populares y autóctonos de la Comunidad Andaluza.

3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.2. Práctica de juegos cooperativos, populares y tradicionales, pertenecientes a la Comunidad de Andalucía.

4.6. Sensibilización y respeto por el medio ambiente a partir de los juegos y deportes por su cuidado y mantenimiento sostenible.

4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.

4.9. Interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre.

4.10. Valoración del esfuerzo personal en la práctica de los juegos y actividades. Interés por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

4.11. Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y respetando los roles y estrategias establecidas por el grupo.

**Competencias:**

CCL, CMT, CAA, CSYC, CEC

**Indicadores:**

EF.2.4.1. Pone en uso, durante el desarrollo de actividades físicas y artístico-expresivas, la conexión de conceptos propios de educación física con los aprendidos en otras áreas y las distintas competencias. (CCL, CMT, CAA, CSYC, CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.5. Tomar conciencia de los efectos saludables derivados de la actividad física relacionados con hábitos posturales y alimentarios, además de consolidar hábitos de higiene corporal teniendo en cuenta las características de nuestra comunidad en estos aspectos, por ejemplo la dieta mediterránea y el clima caluroso.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Con este criterio se pretende evaluar si se va tomando conciencia de los efectos saludables de la actividad física, el cuidado del cuerpo y las actitudes que permitan evitar los riesgos innecesarios en la práctica de juegos y actividades motrices. También se hará hincapié en aspectos característicos del entorno, como la dieta mediterránea y un clima que en verano especialmente requiere un tratamiento específico que evite percances graves como los “golpes de calor”. Estas nociones se pueden trabajar a través de tareas relacionadas con la dieta, como la elaboración de un recetario, una investigación sobre la relación de alimentos más idóneos para antes y después de un esfuerzo, cómo preparar la mochila para excursiones dependiendo la actividad o la importancia del aseo personal.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.

1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.1. Valoración de los hábitos posturales más correctos. Asimilación progresiva de una actitud postural correcta y equilibrada en reposo y en movimiento.

2.2. Adquisición y puesta en práctica de hábitos alimentarios saludables relacionados con la actividad física. Consolidación de hábitos de higiene corporal.

2.3. Mejora global de las cualidades físicas básicas de forma genérica. Mantenimiento de la flexibilidad y ejercitación globalizada de la fuerza, la velocidad y la resistencia aeróbica a través de las habilidades motrices básicas.

2.4. Aceptación y actitud favorable hacia los beneficios de la actividad física en la salud.

2.5. Desarrollo de medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación. Indagación de los efectos inmediatos del ejercicio sobre la frecuencia cardíaca.

2.6. El sedentarismo en la sociedad actual. Uso racional de las TIC en el tiempo libre.

2.7. Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso sostenible y responsable de materiales y espacios.

2.8. Protagonismo y participación activa en la preparación y uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica.

**Competencias:**

CAA, CSYC

**Indicadores:**

EF.2.5.1. Toma conciencia de los efectos saludables derivados de la actividad física relacionados con hábitos posturales y alimentarios. (CAA).

EF.2.5.2. Consolida hábitos de higiene corporal teniendo en cuenta las características de nuestra comunidad (por ejemplo: Dieta y clima). (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.6. Investigar, elaborar y aplicar propuestas para aumentar la condición física, partiendo de sus posibilidades.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se pretende que aumente la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad según sus posibilidades, para ello se propone realizar pequeñas investigaciones y tomar conciencia del beneficio de la actividad motriz en el desarrollo de la Educación física. En dichas investigaciones se puede hacer uso de las más diversas fuentes y utilizar las sesiones prácticas de las clases de Educación física con intención de mejorar estos cuatro aspectos. Como tareas para estos elementos curriculares estarían aquellas basadas en la recogida de datos sobre capacidades físicas básicas en murales u otros soportes, donde se irán anotando periódicamente registros que verifiquen el natural desarrollo de la condición física ante una adecuada actividad física.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.  
O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
- 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- 1.8. Estructuración y percepción espacio-temporal en acciones y situaciones de complejidad creciente. Apreciación de distancias, trayectorias y velocidad. Memorización de recorridos. Reconocimiento de la posición relativa de dos objetos.
- 1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.
- 1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
- 1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.
- 1.13. Experimentación y adaptación de las habilidades básicas a situaciones no habituales y entornos desconocidos, con incertidumbre, reforzando los mecanismos de percepción y decisión en las tareas motoras.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.3. Mejora global de las cualidades físicas básicas de forma genérica. Mantenimiento de la flexibilidad y ejercitación globalizada de la fuerza, la velocidad y la resistencia aeróbica a través de las habilidades motrices básicas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Aplicación de las habilidades básicas en situaciones de juego. Iniciación a la práctica de actividades deportivas a través del juego predeportivo y del deporte adaptado.
- 4.2. Práctica de juegos cooperativos, populares y tradicionales, pertenecientes a la Comunidad de Andalucía.
- 4.3. Experimentación, indagación y aplicación de las habilidades básicas de manejo de balones y móviles, con o sin implemento, en situaciones de juego.
- 4.4. Aprendizaje y utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición, en la práctica de juegos y deportes.

**Competencias:**

CAA, CSYC

**Indicadores:**

EF.2.6.1. Aumenta la condición física gracias a la investigación, elaboración y aplicación de las propuestas, según sus posibilidades. (CAA, CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.7. Valorar y aceptar la propia realidad corporal y la de otros, desde una perspectiva respetuosa que favorezca relaciones constructivas.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se trata de valorar la propia realidad corporal como la de las otras personas a través de la reflexión que se realiza sobre las características corporales, mediante la observación se evalúa si se acepta y valora el propio cuerpo y el de las otras personas. Se tendrán en cuenta habilidades sociales como aceptar a otras en los juegos, no discriminar a nadie, aceptar las diferentes posibilidades motrices. Las cualidades positivas deben quedar de manifiesto durante su ejecución. Se pueden plantear tareas donde se plasmen en siluetas esos aspectos positivos que se dan en los demás y que serían deseables en todos. Con esto se experimentarán distintos formatos para plasmar las características destacables del conjunto.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Desarrollo global y analítico del esquema corporal, con representación del propio cuerpo y el de los demás.
- 1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- 1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.
- 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
- 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- 1.6. Consolidación y abstracción básica de la lateralidad y su proyección en el espacio. Aprecio eficaz de la derecha y la izquierda en los demás.
- 1.7. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio modificando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad, en diferentes planos.
- 1.8. Estructuración y percepción espacio-temporal en acciones y situaciones de complejidad creciente. Apreciación de distancias, trayectorias y velocidad. Memorización de recorridos. Reconocimiento de la posición relativa de dos objetos.
- 1.9. Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo a través de la actividad física. Valoración y aceptación de la realidad corporal propia y de los demás.
- 1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.
- 1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
- 1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.
- 1.13. Experimentación y adaptación de las habilidades básicas a situaciones no habituales y entornos desconocidos, con incertidumbre, reforzando los mecanismos de percepción y decisión en las tareas motoras.

**Competencias:**

CSYC

**Indicadores:**

EF.2.7.1. Valora y acepta la propia realidad corporal y la de las otras personas desde una perspectiva respetuosa que favorezca relaciones constructivas. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.8. Valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas, creando gustos y aficiones personales hacia ellas, practicándolas tanto dentro como fuera de la escuela y en el entorno más cercano.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se hará ver la necesidad de aprovechar el tiempo libre con actividades físicas, de la misma forma que se practican juegos, deportes y otras actividades en la escuela. Para ello es importante adquirir un amplio conocimiento de juegos, actividades físicas, deportivas y artísticas para llevar a cabo y practicarlas tanto en entornos habituales (colegio, calle, plaza, comunidad de vecinos, edificio...) como no habituales (salida a otra localidad, excursión a un parque, visita a castillos de psicomotricidad...), teniendo en cuenta además la posibilidad de realizarlas en el medio natural (merendero, campo, reservas...). Se valora el interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre. Este conocimiento de variedad de juegos y actividades se puede adquirir a través de tareas como concursos de preguntas, la elaboración de guías o presentaciones y propuestas en las que se recojan las diferentes actividades a realizar en el tiempo libre.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad).
- 3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- 3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal.
- 3.7. Ejecución de bailes y coreografías simples combinándolos con habilidades motrices básicas. Práctica de bailes y danzas populares y autóctonos de la Comunidad Andaluza.
- 3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Aplicación de las habilidades básicas en situaciones de juego. Iniciación a la práctica de actividades deportivas a través del juego predeportivo y del deporte adaptado.
- 4.2. Práctica de juegos cooperativos, populares y tradicionales, pertenecientes a la Comunidad de Andalucía.
- 4.3. Experimentación, indagación y aplicación de las habilidades básicas de manejo de balones y móviles, con o sin implemento, en situaciones de juego.
- 4.4. Aprendizaje y utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición, en la práctica de juegos y deportes.
- 4.5. Práctica de juegos y actividades físicas en un entorno tanto habitual como no habitual y en el medio natural. (colegios, calles, plazas, campo,... )
- 4.7. Propuestas lúdicas de recorridos de orientación, pistas y rastreo.
- 4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.
- 4.9. Interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre.
- 4.10. Valoración del esfuerzo personal en la práctica de los juegos y actividades. Interés por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.
- 4.11. Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y respetando los roles y estrategias establecidas por el grupo.

**Competencias:**

CSYC, SIEP, CEC, CAA

**Indicadores:**

- EF.2.8.1. Valora la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas practicándolas tanto dentro como fuera de la escuela y el entorno más cercano. (CSYC, CEC).
- EF.2.8.2. Crea gustos y aficiones personales hacia actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas. (SIEP, CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.9. Reflexionar sobre las situaciones conflictivas que surjan en la práctica, opinando coherente y críticamente, y respetando el punto de vista de las demás personas para llegar a una solución.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se pretende con estos elementos curriculares fomentar el respeto hacia las personas que participan en el juego, así como cumplir un código de juego limpio en el que la comprensión, aceptación, cumplimiento de las normas y reglas, la capacidad comunicativa y todos aquellos recursos orientados al diálogo sirvan como vía pacífica de resolución de conflictos. Estos aspectos se podrán abordar de forma motivadora y positiva a través, por ejemplo, de leyendas inventadas que inviten a asumir roles para favorecer un ambiente pacífico, tanto en las clases de Educación física como en el centro en general.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

**Contenidos:****Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.

4.9. Interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre.

4.10. Valoración del esfuerzo personal en la práctica de los juegos y actividades. Interés por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

4.11. Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y respetando los roles y estrategias establecidas por el grupo.

**Competencias:**

CCL, CSYC

**Indicadores:**

EF.2.9.1. Reflexiona sobre las situaciones conflictivas que surgen en la práctica, opinando coherente y críticamente sobre ellas. (CCL).

EF.2.9.2. Respeta el punto de vista de las demás personas para llegar a una solución. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.10. Mostrar actitudes consolidadas de respeto, cada vez más autónomas y constructivas, hacia el medio ambiente en las actividades realizadas al aire libre.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se evalúa el interés y actitud de respeto y cuidado que se hace del medio natural, la conservación y la mejora del mismo. Se pretende que los juegos, deportes o cualquier actividad al aire libre sean herramientas para fomentar el respeto del entorno y el medio en el que se realizan y comprobar al mismo tiempo que las acciones van orientadas a su conservación. Por ejemplo, se pueden realizar pequeños circuitos de juegos en el entorno cercano donde se mezclen distintos juegos populares y tradicionales cuyo escenario es el medio que nos rodea.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.6. El sedentarismo en la sociedad actual. Uso racional de las TIC en el tiempo libre.

2.7. Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso sostenible y responsable de materiales y espacios.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.5. Práctica de juegos y actividades físicas en un entorno tanto habitual como no habitual y en el medio natural. (colegios, calles, plazas, campo,... )

4.6. Sensibilización y respeto por el medio ambiente a partir de los juegos y deportes por su cuidado y mantenimiento sostenible.

**Competencias:**

CMT, CSYC, CAA

**Indicadores:**

EF.2.10.1. Muestra actitudes consolidadas de respeto, cada vez más autónomas y constructivas, hacia el medio ambiente en las actividades realizadas al aire libre. (CMT, CSYC, CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.11. Desarrollar una actitud que permita evitar riesgos en la práctica de juegos y actividades motrices, realizando un correcto calentamiento previo y comprendiendo medidas de seguridad para la actividad física y estableciendo los descansos adecuados para una correcta recuperación ante los efectos de un esfuerzo.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se pretende corroborar que se toman las medidas adecuadas para una correcta ejercitación física con ciertas garantías de seguridad y disfrute en su práctica, tanto antes, como durante y posterior a la misma. Esta propuesta tiene una importante carga de futuro pues de su adecuada integración se podría traducir en la reducción significativa de lesiones en la edad adulta. Se concretarán tareas a partir de las premisas que se han trabajado en clase, como establecer protocolos de seguridad para carreras de distintas distancias, integrando calentamiento, dosificación del esfuerzo, estiramientos, etc.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
- 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- 1.7. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio modificando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad, en diferentes planos.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.1. Valoración de los hábitos posturales más correctos. Asimilación progresiva de una actitud postural correcta y equilibrada en reposo y en movimiento.
- 2.5. Desarrollo de medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación. Indagación de los efectos inmediatos del ejercicio sobre la frecuencia cardiaca.
- 2.7. Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso sostenible y responsable de materiales y espacios.
- 2.8. Protagonismo y participación activa en la preparación y uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica.

**Competencias:**

CAA, SIEP

**Indicadores:**

- EF.2.11.1. Desarrolla una actitud que permite evitar riesgos en la práctica de juegos y actividades motrices, comprendiendo medidas de seguridad. (SIEP).
- EF.2.11.2. Realiza un correcto calentamiento previo a los juegos y actividades motrices. (CAA).
- EF.2.11.3. Se preocupa por establecer los descansos adecuados para una correcta recuperación ante los efectos de un esfuerzo. (SIEP).



**Criterio de evaluación:**

C.E.2.12. Inferir pautas y realizar pequeños trabajos de investigación dentro de la Educación física sobre aspectos trabajados en ella, utilizando diversas fuentes y destacando las tecnologías de la información y comunicación, sacando conclusiones personales sobre la información elaborada.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se pretende valorar si a través de pequeños trabajos de investigación, individuales o grupales, se facilita la adopción de pautas en la actividad física. Se podrán utilizar las TIC para realizar tareas tales como un noticiario de Educación física en el que aparecerán artículos, noticias, experiencias, pasatiempos, todo ello con fotos, dibujos, etc., con la temática del área como protagonista.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.

1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.

1.6. Consolidación y abstracción básica de la lateralidad y su proyección en el espacio. Aprecio eficaz de la derecha y la izquierda en los demás.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.2. Adquisición y puesta en práctica de hábitos alimentarios saludables relacionados con la actividad física. Consolidación de hábitos de higiene corporal.

2.5. Desarrollo de medidas de seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación.

Indagación de los efectos inmediatos del ejercicio sobre la frecuencia cardíaca.

2.6. El sedentarismo en la sociedad actual. Uso racional de las TIC en el tiempo libre.

2.7. Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso sostenible y responsable de materiales y espacios.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad).

3.4. Investigación y uso de objetos y materiales y sus posibilidades en la expresión.

3.7. Ejecución de bailes y coreografías simples combinándolos con habilidades motrices básicas. Práctica de bailes y danzas populares y autóctonos de la Comunidad Andaluza.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.4. Aprendizaje y utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición, en la práctica de juegos y deportes.

4.7. Propuestas lúdicas de recorridos de orientación, pistas y rastreo.

4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.

**Competencias:**

CCL, CD, SIEP, CAA

**Indicadores:**

EF.2.12.1. Inferir pautas en pequeños trabajos de investigación dentro de la Educación física sobre aspectos trabajados en ella. (CCL, CD).

EF.2.12.2. Utiliza diversas fuentes y las tecnologías de la información y comunicación para pequeños trabajos de investigación. (CCL, CD, CAA).

EF.2.12.3. Saca conclusiones personales sobre la información elaborada. (SIEP, CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.2.13. Participar en juegos, deportes y actividades físicas estableciendo relaciones constructivas y de respeto mutuo. Interiorizar una cultura de juego limpio y aceptar las normas.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

La participación ha de estar complementada por actitudes de juego limpio, compañerismo y respeto. Se proponen experiencias tanto individuales como colectivas en las que se podrán ir reconociendo aquellos valores destacados que aparezcan en el desarrollo de las acciones deportivas, sirva como ejemplo el diploma o carné del buen deportista.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

**Contenidos:****Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.2. Práctica de juegos cooperativos, populares y tradicionales, pertenecientes a la Comunidad de Andalucía.

4.5. Práctica de juegos y actividades físicas en un entorno tanto habitual como no habitual y en el medio natural. (Colegios, calles, plazas, campo. )

4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.

4.9. Interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre.

4.10. Valoración del esfuerzo personal en la práctica de los juegos y actividades. Interés por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

4.11. Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y respetando los roles y estrategias establecidas por el grupo.

**Competencias:**

CSYC, CEC

**Indicadores:**

EF.2.13.1. Participa en juegos, deportes y actividades físicas estableciendo relaciones constructivas y de respeto mutuo. (CSYC).

EF.2.13.2. Participa en juegos, deportes y actividades físicas con una cultura de juego limpio y aceptación de las normas como fundamento para un desarrollo óptimo de dichas experiencias. (CSYC, CEC).

## Tercer Ciclo

### Criterio de evaluación:

C.E.3.1. Aplicar las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales.

### Orientaciones y ejemplificaciones:

Se pretende evaluar la capacidad de resolver problemas motores y de aplicar las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, recepciones, transporte y conducciones) a condiciones cada vez más complejas. Estas habilidades se pueden llevar a cabo mediante audio-circuitos, narraciones de historias a través de las cuales se interioriza una serie de instrucciones para ponerlas en práctica en diversos circuitos. También se pueden trabajar mediante "olimpiadas" que pongan en juego distintas habilidades motrices (lanzamientos, desplazamientos, saltos, etc.)

### Objetivos del área para la etapa:

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

### Contenidos: Bloque 1: "El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices"

1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.

1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.

1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.

1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.

1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.

1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.

1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

### Competencias:

CAA, SIEP

### Indicadores:

EF.3.1.1. Aplica las habilidades motrices básicas para resolver, de forma eficaz, situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales. (CAA, SIEP).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.2. Crear representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos, demostrando la capacidad para comunicar mensajes, ideas, sensaciones y pequeñas coreografías con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

La intención es valorar la capacidad para comunicar de forma comprensible, tanto individual como colectivamente, sensaciones, mensajes, ideas...; ayudándose para ello del gesto, mímica y el movimiento. Se pueden realizar tareas que parten de un lugar imaginario (castillo, selva, zoológico...), en las que se interactúa de forma figurativa como los personajes que actúan y viven en ese lugar. También podemos utilizar el cine mudo como herramienta para alcanzar estas capacidades comunicativas y expresivas, ¿seríamos capaces de representar una obra de teatro imitando este género del cine?

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices con el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
- 3.6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.
- 3.7. Disfrute y experimentación con improvisaciones artísticas con el lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.
- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

**Competencias:**

CEC, CAA

**Indicadores:**

- EF.3.2.1. Crea representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos. (CAA, CEC).
- EF.3.2.2. Comunica mensajes, ideas, sensaciones y participa en pequeñas coreografías, utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos y con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz. (CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.3. Elegir y utilizar adecuadamente las estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas, para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se pretende evaluar las interacciones en situaciones de juego. Se trata de observar las acciones de ayuda y colaboración entre los miembros de un equipo. Se observarán además acciones de oposición como la interceptación del móvil o dificultar el avance del oponente. También se tendrá en cuenta cómo se colocan los jugadores o jugadoras en el terreno de juego, si facilitan o no las acciones de cooperación y oposición. Para observar tales fines puede venir muy bien la organización de campeonatos de diferentes deportes (fútbol, baloncesto, balonmano...) que sirva para la reflexión, la mejora grupal y la participación activa.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5 Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.4. Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

**Competencias:**

SIEP, CAA

**Indicadores:**

EF.3.3.1. Elige y utiliza adecuadamente las estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades. (CAA, SIEP).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.4. Relacionar los conceptos específicos de Educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

En el área de Educación física se trabajan multitud de conceptos mediante juegos y actividades motrices. A través de estos elementos curriculares se pretende evaluar si se es capaz de relacionar los conceptos aprendidos en otras áreas con la práctica que se realiza. Lenguaje, Matemáticas, Naturales, Sociales, Artística y Ciudadanía son áreas cuyos contenidos se pueden relacionar perfectamente con Educación física a través de juegos, actividades motrices, trabajos, exposiciones, representaciones, etc..

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

O.EF.3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia).

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

**Competencias:**

CCL, CMT, CAA, CSYC, CEC

**Indicadores:**

EF.3.4.1. Relaciona los conceptos específicos de educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas. (CCL, CMT, CAA, CSYC, CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.5 Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y valorar la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Es importante saber si se establecen relaciones entre lo aprendido y la puesta en práctica de hábitos saludables y para ello se pueden utilizar estos elementos curriculares. Se tendrá en cuenta la predisposición a realizar ejercicio físico evitando el sedentarismo, a mantener posturas correctas, a alimentarse de manera equilibrada y a asearse correctamente.

A través de un mural, expuesto en el aula, se pueden puntuar los hábitos saludables que se practican a lo largo de la semana (me siento correctamente en la silla, ayer comí fruta, traigo la bolsa de aseo, por la tarde jugué en la calle, después de jugar me lavo la cara y manos, etc.).

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.
- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la “Vuelta a la calma”, funciones y sus características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia.)
- 2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- 2.11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

**Competencias:**

CAA, CSYC

**Indicadores:**

- EF.3.5.1. Reconoce e interioriza los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud. (CAA).  
 EF.3.5.2. Valora la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se observará el interés por mantener conductas activas que conduzcan hacia una mejora de las capacidades físicas sabiendo dosificar la intensidad y la duración de un esfuerzo realizado adaptando el ejercicio a las propias posibilidades y limitaciones.

Se puede prestar atención a esta capacidad a través de un diario en el que se anota los registros, las dificultades, el cómo responder a una situación, cómo se va apreciando el bienestar, qué limitaciones se ha encontrado, etc.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, las habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

**Competencias:**

CAA

**Indicadores:**

- EF.3.6.1. Mejora el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo (CAA).
- EF.3.6.2. Tiene en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud para mejorar el nivel de sus capacidades físicas. (CAA).



**Criterio de evaluación:**

C.E.3.7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Con estos elementos curriculares se pretende tener en cuenta la reflexión que se realiza de la propia realidad corporal y la de otras personas. A través de la observación se evaluará si se acepta y valora el propio cuerpo así como el de otros. Se atenderá a las habilidades sociales como tener en cuenta a las demás personas, evitar discriminaciones, respetar diferentes opiniones y posibilidades motrices de otros o evitar estereotipos y prejuicios. Esta perspectiva se puede reflejar a través de un pasaporte en el que, a lo largo del curso, se anota con qué compañeros o compañeras se ha formado parejas y grupos para realizar una actividad.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

**Contenidos:****Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

**Competencias:**

CSYC

**Indicadores:**

EF.3.7.1. Valora, acepta y respeta la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Teniendo como referente el entorno andaluz se pretende que se adquiera un amplio conocimiento de juegos y actividades artísticas y deportivas y que, mediante la práctica de las mismas, se valore el trabajo en equipo, la satisfacción y bienestar de su desarrollo, las relaciones personales y el carácter integrador entre los participantes. Este conocimiento de juegos puede quedar reflejado a través de la elaboración de una guía, en la que se recopilen todas las actividades realizadas durante el curso, incluso si se practican fuera de la escuela.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.

**Competencias:**

CSYC, CEC

**Indicadores:**

EF.3.8.1. Conoce y valora la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma andaluza. (CSYC, CEC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.9 Mostrar una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas.

## Orientaciones y ejemplificaciones:

Al realizarse actividades físicas y motrices pueden dar lugar a situaciones conflictivas: no saber perder, no respetar al que gana, burlarse del que pierde, discriminar e insultar al que no tiene gran dominio motriz, no respetar normas y reglas del juego. Todas estas situaciones deben ser evitadas. Se comprobará si se muestra la actitud contraria y de rechazo a estos comportamientos antisociales. Además se tendrá en cuenta la participación, interés y actitud por dialogar y debatir para mantener y procurar un ambiente positivo y sano con los demás. La fase "vuelta a la calma" es un buen momento para dialogar y mantener pequeños debates de las circunstancias y momentos difíciles que se han producido durante la clase.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5 Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.

**Contenidos: Bloque 3: "La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz"**

3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.  
3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

**Bloque 4: "El juego y deporte escolar"**

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.  
4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.

**Competencias:**

CCL, CSYC

**Indicadores:**

EF.3.9.1. Participa en debates respetando las opiniones de otros (CCL).  
EF.3.9.2. Expresa una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas. (CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.10. Manifiestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Realizar juegos y actividades al aire libre repetando el entorno y el medio en el que se realizan. Se tendrán en cuenta las acciones como recoger y no arrojar basura, respetar y cuidar las especies vegetales, posibles efectos contaminantes... Las actividades extraescolares, en las que se mantiene una convivencia con la comunidad educativa del centro, son buen momento para comprobar todos y cada uno sabemos respetar el entorno y la naturaleza circundante.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”

2.1.1. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.

4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.

**Competencias:**

CMT, CSYC

**Indicadores:**

EF.3.10.1. Manifiesta respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre. (CMT, CSYC).

EF.3.10.2. Identifica y realiza acciones concretas dirigidas a la preservación del entorno y el medio natural. (CMT, CSYC).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.11. Mostrar la responsabilidad y la precaución necesarias en la realización de actividades físicas, evitando riesgos a través de la prevención y las medidas de seguridad.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Estos elementos curriculares están orientados a evaluar la responsabilidad y capacidad para prevenir posibles accidentes y riesgos mientras se realizan actividades físicas. Un correcto calentamiento acorde con la actividad a realizar, los materiales y ropa a utilizar y un comportamiento responsable y seguro mientras se desarrolla la práctica son algunos aspectos a observar. Todas estas observaciones se pueden recoger en un decálogo que diferentes acuerdos y aclaraciones para evitar todos los riesgos posibles durante la ejecución y práctica de actividades físicas.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.  
1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.  
2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.  
2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la “Vuelta a la calma”, funciones y sus características.  
2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.  
2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.

**Competencias:**

CSYC, SIEP

**Indicadores:**

EF.3.11.1. Muestra la responsabilidad y la precaución necesarias en la realización de actividades físicas. (SIEP).

EF.3.11.2. Evita riesgos a través de la prevención y las medidas de seguridad. (CSYC, SIEP).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Con este conjunto de elementos curriculares se pretende valorar cómo se extrae información utilizando las TIC para realizar actividades y compartirlas. Así pues, todos los trabajos de investigación, presentaciones digitales y actividades con enfoque TIC son buenas herramientas para desarrollar estos elementos curriculares, destacando el papel de la lectura comprensiva como recurso para acceder a la información.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte

**Contenidos: Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”**

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

**Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”**

- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia).

**Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”**

- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.

**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

**Competencias:**

CCL, CD, CAA

**Indicadores:**

- EF.3.12.1. Extrae, elabora y comparte información relacionada con temas de interés en la etapa. (CCL, CD).
- EF.3.12.2. Utiliza fuentes de información determinadas y hace uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial. (CCL, CD, CAA).

**Criterio de evaluación:**

C.E.3.13. Poner por encima de los propios intereses y resultados (perder o ganar) el trabajo en equipo, el juego limpio y las relaciones personales que se establecen en la práctica de juegos y actividades físicas.

**Orientaciones y ejemplificaciones:**

Se observará la participación activa en el juego y actividades físicas demostrando interés por el juego limpio y el respeto a normas y reglas, priorizando el cumplimiento de las mismas antes que las trampas y el deseo de ganar. Se atenderá al interés por favorecer las buenas relaciones entre los participantes, desarrollar una práctica no discriminatoria y el trabajo en equipo.

Estas ideas se pueden reflejar en carteles de clase (tipo rúbricas) en los que se constatarán buenas prácticas, de forma que una vez alcanzado el número acordado se realice una sesión con los juegos y actividades que más han gustado de la unidad.

**Objetivos del área para la etapa:**

O.EF.5 Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razón de género, culturales y sociales.

**Contenidos: Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.  
 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.  
 4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.  
 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.  
 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.

**Competencias clave:**

CSYC

**Indicadores:**

EF.3.13.1. Pone por encima de los propios intereses y resultados (perder o ganar) el trabajo en equipo, el juego limpio y las relaciones personales que se establecen en la práctica de juegos y actividades físicas. (CSYC).

## 5. CONTENIDOS

### Primer Ciclo

#### Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”

- 1.1. Toma de conciencia y aceptación del propio cuerpo, afianzando la confianza en sí mismo.
- 1.2. Conocimiento de los segmentos corporales y observación de éstos en sí mismo y los demás.
- 1.3. Identificación y conocimiento del cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración.
- 1.4. Relación de las principales partes del cuerpo con los movimientos realizados.
- 1.5. Afirmación de la lateralidad y discriminación de derecha e izquierda sobre sí y sobre los demás.
- 1.6. Identificación y reconocimiento del lado dominante (ojo, brazo y pierna).
- 1.7. Exploración y diferenciación de las posibilidades sensoriales del cuerpo (visión, audición, táctil, olfativa y cenestésica).
- 1.8. Coordinación corporal (ojo, oído, tacto, cenestesia) con el movimiento.
- 1.9. Posturas corporales. Corrección y elección de las más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios.
- 1.10. Experimentación de situaciones de equilibrio tanto estático como dinámico en diversas situaciones (base estable o inestable y modificando los puntos de apoyo).
- 1.11. Dominio progresivo de la percepción espacial, a través de básicas nociones topológicas y de distancia (arriba-abajo, delante-detrás, dentro-fuera, cerca-lejos, alto-bajo, juntos-separados).
- 1.12. Apreciación y cálculo de distancias en reposo y en movimiento, respecto a uno mismo, a los demás y diversos objetos.
- 1.13. Dominio progresivo de la percepción temporal a través de sencillas nociones relacionadas con el tiempo (ritmos, secuencias, velocidad, duración).
- 1.14. Experimentación de diferentes formas de ejecución y control de las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y suspensiones, giros, lanzamientos y recepciones, transportes y conducciones).
- 1.15. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.

#### Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”

- 2.1. Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.
- 2.2. Relación de la actividad física y de la alimentación con el bienestar y la salud.
- 2.3. Movilidad corporal orientada a la salud.
- 2.4. Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividades motrices.
- 2.5. Toma de conciencia y aceptación del uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica deportiva.

#### Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”

- 3.1. Indagación y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo (tono muscular, mímica, gestos) y del movimiento (ritmo, espacio, tiempo).
- 3.2. Expresión e interpretación de la música en general y el flamenco en particular a través del cuerpo, sincronizando sencillas estructuras rítmicas a partir de un compás y un tempo externo.
- 3.3. Práctica de sencillos bailes y danzas populares o autóctonas de la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- 3.4. Imitación y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- 3.5. Imitación de personajes, objetos y situaciones; cercanos al contexto, entorno y vida cotidiana de los niños/as.
- 3.6. Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de las expresiones, el cuerpo y el movimiento.
- 3.7. Respeto y aceptación hacia los demás por las formas de expresarse a través del cuerpo y el movimiento.



**Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Reflexión e interiorización sobre la importancia de cumplir las normas y reglas de los juegos.
- 4.2. Utilización y respeto de reglas del juego para la organización de situaciones colectivas.
- 4.3. Conocimiento y práctica de diferentes tipos de juegos: libres-organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.
- 4.4. Indagación y práctica de juegos populares y tradicionales propios de la cultura andaluza.
- 4.5. Práctica y disfrute de juegos en los que se utilicen las habilidades básicas, fundamentalmente los desplazamientos.
- 4.6. Aceptación de diferentes roles en el juego.
- 4.7. Respeto y aceptación de las demás personas que participan en el juego.
- 4.8. Participación activa en los juegos, buscando siempre el aspecto lúdico y recreativo.
- 4.9. Espacios para desarrollar el juego: colegio, calles, plazas, campo ,etc, con gran arraigo en Andalucía.

## Segundo Ciclo

### Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”

- 1.1. Desarrollo global y analítico del esquema corporal, con representación del propio cuerpo y el de los demás.
- 1.2. Descubrimiento progresivo a través de la exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- 1.3. Desarrollo de la relajación global y de grandes segmentos corporales para aumento del control del cuerpo en relación con la tensión, la relajación y actitud postural.
- 1.4. Conocimiento e indagación de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios, para su progresivo control en diferentes actividades.
- 1.5. Adecuación autónoma de la postura a las necesidades expresivas y motrices para mejora de las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- 1.6. Consolidación y abstracción básica de la lateralidad y su proyección en el espacio. Aprecio eficaz de la derecha y la izquierda en los demás.
- 1.7. Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio modificando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad, en diferentes planos.
- 1.8. Estructuración y percepción espacio-temporal en acciones y situaciones de complejidad creciente. Apreciación de distancias, trayectorias y velocidad. Memorización de recorridos. Reconocimiento de la posición relativa de dos objetos.
- 1.9. Desarrollo de la autoestima y la confianza en uno mismo a través de la actividad física. Valoración y aceptación de la realidad corporal propia y de los demás.
- 1.10. Experimentación con distintas posibilidades del movimiento.
- 1.11. Ajuste y utilización eficaz de los elementos fundamentales en las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
- 1.12. Desarrollo del control motor y el dominio corporal en la ejecución de las habilidades motrices.
- 1.13. Experimentación y adaptación de las habilidades básicas a situaciones no habituales y entornos desconocidos, con incertidumbre, reforzando los mecanismos de percepción y decisión en las tareas motoras.

### Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”

- 2.1. Valoración de los hábitos posturales más correctos. Asimilación progresiva de una actitud postural correcta y equilibrada en reposo y en movimiento.
- 2.2. Adquisición y puesta en práctica de hábitos alimentarios saludables relacionados con la actividad física. Consolidación de hábitos de higiene corporal.
- 2.3. Mejora global de las cualidades físicas básicas de forma genérica. Mantenimiento de la flexibilidad y ejercitación globalizada de la fuerza, la velocidad y la resistencia aeróbica a través de las habilidades motrices básicas.
- 2.4. Aceptación y actitud favorable hacia los beneficios de la actividad física en la salud.
- 2.5. Desarrollo de medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación. Indagación de los efectos inmediatos del ejercicio sobre la frecuencia cardiaca.
- 2.6. El sedentarismo en la sociedad actual. Uso racional de las TIC en el tiempo libre.
- 2.7. Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso sostenible y responsable de materiales y espacios.
- 2.8. Protagonismo y participación activa en la preparación y uso de ropa y calzado adecuados para una correcta práctica.

### Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”

- 3.1. Indagación y experimentación de las posibilidades expresivas del cuerpo (la actitud, el tono muscular, la mímica, los gestos) y del movimiento (el espacio, el tiempo o la intensidad).
- 3.2. Expresión y representación desinhibida de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- 3.3. Representación e imitación de personajes reales y ficticios. Escenificación de situaciones sencillas a partir del lenguaje corporal.
- 3.4. Investigación y uso de objetos y materiales y sus posibilidades en la expresión.
- 3.5. Expresión e interpretación de la música flamenca a través del cuerpo, adecuándolo a un compás y a un tempo externo.
- 3.6. Identificación a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía: fandango de Huelva, sevillanas, soleá, tientos, alegrías, tangos y bulerías.

- 3.7. Ejecución de bailes y coreografías simples combinándolos con habilidades motrices básicas. Práctica de bailes y danzas populares y autóctonos de la Comunidad Andaluza.
- 3.8. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse a través del cuerpo y del movimiento de cada uno. Participación disfrute y colaboración activa en cada una de ellas.

#### **Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Aplicación de las habilidades básicas en situaciones de juego. Iniciación a la práctica de actividades deportivas a través del juego predeportivo y del deporte adaptado.
- 4.2. Práctica de juegos cooperativos, populares y tradicionales, pertenecientes a la Comunidad de Andalucía.
- 4.3. Experimentación, indagación y aplicación de las habilidades básicas de manejo de balones y móviles, con o sin implemento, en situaciones de juego.
- 4.4. Aprendizaje y utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición, en la práctica de juegos y deportes.
- 4.5. Práctica de juegos y actividades físicas en un entorno tanto habitual como no habitual y en el medio natural. (Colegios, calles, plazas, campo.)
- 4.6. Sensibilización y respeto por el medio ambiente a partir de los juegos y deportes por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.7. Propuestas lúdicas de recorridos de orientación, pistas y rastreo.
- 4.8. Respeto hacia las personas que participan en el juego y cumplimiento de un código de juego limpio. Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.
- 4.9. Interés y apoyo del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo libre.
- 4.10. Valoración del esfuerzo personal en la práctica de los juegos y actividades. Interés por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.
- 4.11. Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y respetando los roles y estrategias establecidas por el grupo.

## Tercer Ciclo

### Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

### Bloque 2: “La Educación Física como favorecedora de salud”

- 2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.
- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la “Vuelta a la calma”, funciones y sus características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia).
- 2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- 2.11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

### Bloque 3: “La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz”

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
- 3.6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.
- 3.7. Disfrute y experimentación del lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.

- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

#### **Bloque 4: “El juego y deporte escolar”**

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.4. Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.9. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.