

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE CFGB
(LOMLOE.)

ACTIVIDAD FÍSICA Y BIENESTAR EMOCIONAL

Docente responsable: MARCOS MANUEL ARTILES VIZCAÍNO

1.- PUNTO DE PARTIDA

Contamos con un grupo de 1º de ciclo formativo de grado básico, , con un total de 13 alumnos, aunque las cifras pueden variar con las incorporaciones tardías.

Tratamos con un alumnado muy disruptivo sin hábito de trabajo, problemas de disciplina que normalmente procede de familias desestructuradas. Desde el centro se nos recomienda que hagamos hincapié al alumnado en la importancia de acudir a las clases con regularidad.

2.- INTRODUCCIÓN

Los ciclos de Formación Profesional Básica constituyen una oferta obligatoria y de carácter gratuito que, junto a los objetivos regulados con carácter general para las enseñanzas de Formación Profesional en el artículo 40.1 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, contribuirán como dispone el artículo 40.2 de la citada normativa estatal, a que el alumnado adquiera o complete las competencias del aprendizaje permanente.

En la Comunidad Autónoma de Canarias se introduce la materia **Actividad Física y Bienestar Emocional**, asociada al ámbito de las Ciencias Aplicadas, con la intención de dar continuidad al reto de la Educación Secundaria Obligatoria de lograr que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes ecosocialmente responsables y afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices y socioafectivas, facilitando de esta forma, su desarrollo integral. De esta manera, se da respuesta a la demanda realizada por la comunidad educativa que observa la necesidad de que las personas jóvenes que cursan esta formación continúen como en etapas educativas anteriores su educación psicomotriz y emocional.

Desde la Consejería de Educación , Universidades, Cultura y Deportes, junto con el Colegio Oficial de Licenciados de E. Física de Canarias y teniendo en cuenta la guía presentada por el Consejo General de la E. Física y Deportiva, de acuerdo con el Protocolo de Prevención y Organización para el desarrollo de

la actividad educativa presencial en los centros educativos no universitarios de Canarias, han elaborado un documento (modificado este curso y publicado el 06 de septiembre de 2021) con el fin de ofrecer pautas y recomendaciones para facilitar la incorporación y el desarrollo de las clases de E. Física de forma segura para los escolares, docentes, centros y familias a partir de una planificación profunda y rigurosa cumpliendo con los objetivos académicos y de sociabilidad.

Se realizarán algunas pruebas físicas para conocer la condición física del alumnado para valorar su estado y planificar la mejora de las cualidades físicas y coordinativas y entre ellas se hará el Test Paleo. Se realizarán a inicios de curso y en el segundo trimestre. Se trabajará la mejora de la condición física y aspectos de la vida saludable como prácticas motrices introyectivas, también a lo largo del curso trabajaremos juegos y bailes Canarios, retos motores de oposición, juegos alternativos de cooperación-oposición y oposición con implementos... sin olvidarnos de disfrutar e identificar entornos Canarios como espacios de vida activa y saludable.

3.- CONTEXTUALIZACIÓN

El centro está mal dotado en cuanto a instalaciones deportivas. Con el paso de los años se han ido deteriorando y la inversión en las mismas ha sido nula. Las cancha exterior no presentan ningún resguardo para proteger a los alumnos y profesores de las condiciones climáticas extremas casi todo el año (altas temperaturas). También el gimnasio presenta deficiencias, como la nula ventilación y el aforo limitado. A lo anterior, añadimos que los vestuarios resultan muy pequeños (aforo muy reducido) para cumplir con las condiciones higiénicas. Desde la Dirección del Centro se están realizando las gestiones ante la Consejería de Educación para solventar los citados problemas y se ha incluido en las iniciativas estratégicas del presente curso como prioritario. Los inconvenientes señalados anteriormente repercuten en el desarrollo de las sesiones.

4.- ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

El objetivo es que los alumnos alcancen un alto desarrollo de conocimientos, actitudes y habilidades (competencias básicas) a través de tareas y actividades en pequeño grupo. Se favorecerá las habilidades sociales (participación, cooperación, responsabilidad, autoestima), buscando en todo momento la creatividad del alumnado. Las estrategias de enseñanza a utilizar tienen como fin lograr la autonomía del alumnado y dotarle de las herramientas necesarias para que sea el protagonista de su propio aprendizaje. Utilizaremos la instrucción directa sólo para motivar, por medio de presentaciones de tareas sencillas y de breve explicación (riesgo de la actividad, utilización de materiales...) y asignación de tareas (circuitos). Recurrimos a la resolución de problemas (en la mayoría de las situaciones) para lograr la autonomía del alumnado en la preparación y aplicación de tareas.

Las situaciones de aprendizaje representan una herramienta eficaz para integrar los elementos curriculares de las distintas materias que conforman el ámbito de las Ciencias Aplicadas mediante tareas y actividades significativas y relevantes para resolver problemas de manera creativa y cooperativa, reforzando la autoestima, la autonomía, la reflexión crítica y la responsabilidad. Su diseño debe conducir a alcanzar las competencias clave del perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, lo que le permitirá continuar con estudios postobligatorios, iniciar su actividad profesional con un nivel competencial adecuado para seguir aprendiendo y mejorando, y desarrollarse plenamente a nivel personal y social. Es esencial comprender que el enfoque competencial requiere colocar al alumnado en el centro de todo el proceso y reconocerlo como agente activo de su propio proceso de aprendizaje. Esto implica la selección de planteamientos y metodologías activas para que los alumnos y alumnas aprendan haciendo tareas muy diversas que generen un aprendizaje realmente significativo. El nivel competencial inicial de los alumnos y alumnas puede ser diverso, pero hay algo que tienen en común, llegan al Ciclo Formativo de Grado Básico con la expectativa de aprender mediante una metodología práctica y directamente relacionada con la profesión que han elegido. Es por ello que el planteamiento didáctico empleado en este ámbito debe considerar las características individuales y nivel competencial de cada una de las personas que forman el grupo para diseñar situaciones de aprendizaje adaptadas y graduadas adecuadamente para propiciar un proceso de enseñanza y aprendizaje motivador, progresivo y funcional.

Las orientaciones metodológicas van orientadas a la creación de un ambiente de trabajo que facilite un intercambio de información y comunicación y en la medida de lo posible, el establecimiento de una dinámica de acción centrada en el planteamiento y resolución de problemas de diferente grado de

concreción. Plantearemos situaciones de aprendizaje donde las tareas y actividades a desarrollar incluyan problemas y su resolución, identificar los distintos grados de desarrollo de los alumnos (conocimientos previos), planteamientos para situar el grado de desarrollo físico del alumnado. Se priorizará en los aprendizajes de los criterios de evaluación con carácter más instrumental, procedimental y actitudinal, en los aprendizajes transversales relacionados con la autonomía personal, con aspectos emocionales y afectivos y con las medidas de prevención, higiene y promoción de la salud.

El objetivo es que los alumnos alcancen un alto desarrollo de conocimientos, actitudes y habilidades a través de tareas y actividades en pequeño grupo. Se favorecerá las habilidades sociales (participación, cooperación, responsabilidad, autoestima), buscando en todo momento la creatividad del alumnado. Las estrategias de enseñanza a utilizar tienen como fin lograr la autonomía del alumnado y dotarle de las herramientas necesarias para que sea el protagonista de su propio aprendizaje. Utilizaremos la instrucción directa sólo para motivar, por medio de presentaciones de tareas sencillas y de breve explicación (riesgo de la actividad, utilización de materiales...) y asignación de tareas (circuitos). Recurrimos a la resolución de problemas (en la mayoría de las situaciones) para lograr la autonomía del alumnado en la preparación y aplicación de tareas.

4.1.-Agrupamientos:

Los agrupamientos serán flexibles y en función de las actividades, recursos y adaptaciones que se requieran; grupos mixtos y buscando la participación y colaboración de todos primando el grupo.

4.2.- Espacios:

Los espacios disponibles son:

- 1 cancha exterior .
- Gimnasio.
- 6 canchas de pádel.

4.3.-Recursos:

Implementos necesarios para el desarrollo de las sesiones: - Bancos suecos. - Aros y cuerdas. - Balones medicinales. - Balones de voleibol, balonkorf, . - Pelotas de tenis y volantes. - Espalderas, colchonetas y quitamiedos. - Porterías, canastas, anclajes de red (voleibol y bádminton).Boulder horizontal - Equipos de sonido y micrófonos. - Sticks (floorball), picas y palos de billarda. - Raquetas bádminton,pádel y palas de playa. Material de crossfit incluida la estructura propia de la actividad, gomas elásticas, mancuernas, trx, etc.- Proyector, pizarra y ordenador, etc.

4.4.-Atención a la diversidad:

Partimos que los entornos de aprendizaje deben ser inclusivos, orientados para que las tareas estén al alcance de todo el alumnado en su diversidad, para que participen activamente en la práctica, independientemente de su competencia motriz. Para ello, se modificará el espacio, tiempo, materiales, reglas, etc., y/o ayudas puntuales (sonoras, visuales...). El profesor debe, para facilitar el proceso de inclusión, plantear situaciones motrices en contextos variados.

Para los alumnos con discapacidad que precisan un tratamiento individualizado, adoptamos los siguientes criterios:

- El diagnóstico se realizará por un especialista, quien propondrá el tratamiento adecuado.
- Partiendo de éste, se modificarán los elementos curriculares que sean precisos.
- Actuación individualizada.
- Integración en las actividades del Centro.

5.- CONCRECIÓN DE LOS OBJETIVOS DE ETAPA AL CURSO:

El diseño curricular del ámbito de las Ciencias Aplicadas, a partir de las disciplinas de Física, Química, Biología, Geología y Matemáticas, proporciona al alumnado una visión integrada del conocimiento científico permitiéndole aplicar sus métodos en los diferentes campos de la ciencia para resolver problemas, contribuyendo de esta manera al objetivo de etapa (f).

Mediante la resolución de problemas las Ciencias Aplicadas contribuyen al logro del objetivo (g) al potenciar el desarrollo del espíritu emprendedor, la confianza en sí mismo y la iniciativa personal durante el proceso de abordar la resolución de una situación problematizada, eligiendo la mejor estrategia

para aplicar los métodos de la ciencia y las matemáticas. Este aprendizaje, que se alcanzará durante la implementación de las situaciones de aprendizaje, permite al alumnado adquirir hábitos de disciplina, estudio y trabajo personal, propios del objetivo (b), además de habilidades sociales, actitudes y valores como el respeto a las demás personas, ejercitarse en el diálogo y practicar la tolerancia y la cooperación, que podrán fomentarse a través de las dinámicas de trabajo cooperativo recomendables en la enseñanza del ámbito, contribuyendo a alcanzar el objetivo (a) y también el objetivo (c), mediante el rechazo a los prejuicios de cualquier tipo y a los comportamientos sexistas.

Hacia el final de los dos cursos del Ciclo Formativo de Grado Básico, y tras poner en práctica los métodos activos de aprendizaje de uso habitual en el campo de las ciencias y las matemáticas, los alumnos y alumnas estarán en condiciones de comprender y expresar de manera apropiada, oralmente o por escrito, textos y conocimientos en lengua castellana y otras lenguas, objetivos (h) e (i), así como aplicar determinadas destrezas básicas en la búsqueda segura de información y selección de fuentes fiables, usando en este proceso herramientas digitales, para adquirir de este modo nuevos conocimientos con sentido crítico, objetivo (e).

Además, la introducción de la materia de **Actividad Física y Bienestar Emocional** dentro del ámbito viene a reforzar su contribución a la consecución de una vida activa y saludable, adquiriendo la mejora de hábitos de alimentación, higiene, descanso, entre otros, incorporando la actividad física para favorecer su desarrollo personal y social, objetivo (k), y aprendiendo a gestionar sus emociones y fortaleciendo su capacidades afectivas en sus relaciones con las demás personas, objetivo (d).

Finalmente, la inclusión de la materia de Biología, dentro del ámbito, refuerza su aportación al objetivo (k) de conocer y valorar la sexualidad humana en toda su diversidad y el respeto hacia los animales y el medioambiente.

Asimismo, los objetivos generales del Ciclo Formativo de Grado Básico relacionados con el ámbito son los siguientes:

- Comprender los fenómenos que acontecen en el entorno natural mediante el conocimiento científico como un saber integrado, así como conocer y aplicar los métodos para identificar y resolver problemas básicos en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- Identificar y comprender los aspectos básicos de funcionamiento del cuerpo humano y ponerlos en relación con la salud individual y colectiva y

valorar la higiene y la salud para permitir el desarrollo y afianzamiento de hábitos saludables de vida en función del entorno en el que se encuentra.

- Desarrollar hábitos y valores acordes con la conservación y sostenibilidad del patrimonio natural, especialmente el de Canarias, comprendiendo la interacción entre los seres vivos y el medio natural para valorar las consecuencias que se derivan de la acción humana sobre el equilibrio medioambiental.
- Desarrollar las destrezas básicas de las fuentes de información utilizando con sentido crítico las tecnologías de la información y de la comunicación para obtener y comunicar información en el entorno personal, social o profesional.
- Desarrollar la iniciativa, la creatividad y el espíritu emprendedor, así como la confianza en sí mismo, la participación y el espíritu crítico para resolver situaciones e incidencias tanto de la actividad profesional como de la personal.
- Desarrollar trabajos en equipo de forma cooperativa, con tolerancia y respeto, asumiendo sus deberes para la realización eficaz de las tareas y como medio de desarrollo personal.

6.- CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN A LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES.

Las competencias profesionales, personales y sociales vinculadas al ámbito de las Ciencias Aplicadas, comunes a todos los ciclos y recogidas en los reales decretos por los que se establecen las enseñanzas de formación profesional para cada título de grado básico, son las siguientes:

- Resolver problemas predecibles relacionados con su entorno físico, social, personal y productivo, utilizando el razonamiento científico y los elementos proporcionados por las Ciencias Aplicadas y Sociales.
- Actuar de forma saludable en distintos contextos cotidianos que favorezcan el desarrollo personal y social, analizando hábitos e influencias positivas para la salud.

- Valorar actuaciones encaminadas a la conservación del medioambiente diferenciando las consecuencias de las actividades cotidianas que puedan afectar al equilibrio del mismo.
- Obtener y comunicar información destinada al autoaprendizaje en distintos contextos de su entorno personal, social o profesional mediante recursos a su alcance y los propios de las tecnologías de la información y de la comunicación.
- Comunicarse eficazmente, respetando la autonomía y competencia de las distintas personas que intervienen en su ámbito de trabajo, contribuyendo a la calidad del trabajo realizado.

7.- COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE ACTIVIDAD FÍSICA Y GESTIÓN EMOCIONAL

En el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, en su anexo V, sobre los ámbitos de Ciclos Formativos de Grado Básico, se detallan las siguientes competencias específicas vinculadas. En la Comunidad Autónoma de Canarias, se incluyen tres competencias específicas en la materia de **Actividad Física y Bienestar Emocional**, partiendo de las competencias específicas que el Real Decreto 217/2022 establece para los niveles de tercero y cuarto de la ESO en la materia de Educación Física.

Competencia específica 9. Adoptar un estilo de vida activa y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

Competencia específica 10. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas y las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados para resolver situaciones de carácter motor; priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, con independencia de las diferencias culturales, sociales y de género; y adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CC3, CE3.

Competencia específica 11. Practicar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento; profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social; aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva; adoptando un estilo de vida sostenible para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA4, CC1, CC3, CC4, CE1, CE3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

8.- EVALUACIÓN:

Los criterios de calificación utilizados corresponden con los criterios de evaluación propios de la materia planteados por el borrador del currículo, estos se utilizarán como rúbrica en los distintos instrumentos de evaluación que se utilizarán: hojas de control, observación directa y realización de pruebas.

CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4	
Criterios de evaluación:	
9.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CCL3, STEM5, CD4, CPSAA2
9.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	STEM2, STEM5, CPSAA2
9.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	CPSAA2, CPSAA4
9.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	CCL3, CPSAA2
9.5. Integrar la cultura de la prevención, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	CD4, CPSAA4
Explicación del bloque competencial:	
La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico- deportivas que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la	

Competencia específica 10: Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas y las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados para resolver situaciones de carácter motor; priorizando el respeto entre participantes y las reglas sobre los resultados, con independencia de las diferencias culturales, sociales y de género; y adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.

Descriptorios operativos de las competencias clave. Perfil de salida.

CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CC3, CE3

Criterios de evaluación:

CPSAA1, CPSAA3

<p>10.1. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p>	
<p>10.2. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>	<p>CPSAA4, CE3</p>
<p>10.3. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>	<p>CPSAA3, CPSAA5, CE3</p>
<p>10.4. Practicar y participar activamente en la organización de una gran variedad de actividades motrices, asumiendo responsabilidades, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3</p>
<p>10.5. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea culturales, sociales o de género, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de las demás personas.</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3</p>

Explicación del bloque competencial:

Esta competencia específica implica varias dimensiones de la actividad física. Por un lado, tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos, podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con actividades rítmico-musicales, actividades en el medio natural, juegos y deportes autóctonos y tradicionales.

Por otro lado, esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal. El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abordarán situaciones en las que se representen y visibilicen las desigualdades, de ahí que en la materia de Actividad Física y Bienestar Emocional y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios compartidos, donde se practica actividad física, para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones motrices. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que en ocasiones se producen alrededor del deporte.

<p>Competencia específica 11: Practicar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento; profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social; aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva; adoptando un estilo de vida sostenible para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>	
<p>Descriptorios operativos de las competencias clave. Perfil de salida.</p> <p>CCL1, STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA4, CC1, CC3, CC4, CE1, CE3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4</p>	
<p>Criterios de evaluación:</p> <p>11.1. Comprender y practicar diversas modalidades físico-deportivas relacionadas con la cultura propia, la tradicional o la procedente de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social de los juegos y deportes en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución y distintas manifestaciones.</p>	<p>CC1, CC3, CCEC1, CCEC2</p>
<p>11.2. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas.</p>	<p>CCL1, CC1, CE3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4</p>
<p>11.3. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales o urbanos, disfrutando de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.</p>	<p>STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA4, CC3, CC4, CE1</p>
<p>11.4. Aplicar medidas de seguridad individual y colectiva durante la práctica de actividades físico-deportivas en entornos naturales o urbanos.</p>	<p>STEM5</p>

Explicación del bloque competencial:

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz. Se trata de continuar consolidando la identidad que, vivenciada en etapas educativas anteriores de una forma eminentemente práctica, a partir de ahora se trabajará de manera intencionalmente contextualizada, comprensiva y más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente. Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. La cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales y populares, danzas propias del folclore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo, que esconde intereses que van más allá de la salud de las personas o de la competición sana.

Por otro lado, la adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe trabajarse en el ciclo formativo con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el salvamento marítimo, las actividades de orientación en la naturaleza y espacios urbanos, hasta el cicloturismo o las rutas BTT (rutas en Bicicleta Todo Terreno), el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible.

9.- SABERES BÁSICOS PROPIOS

Los saberes básicos de Actividad Física y Bienestar Emocional se estructuran en cuatro bloques donde se integran las tres competencias específicas a través de los procedimientos en situaciones motrices. Se proponen saberes relacionados con un primer bloque, *Vida activa y saludable*, abordando las prácticas motrices desde una perspectiva integral de salud física, mental y social, vinculado al conocimiento del cuerpo y su cuidado, para que el alumnado aprenda a gestionarla con el fin de mejorar su salud. El segundo bloque, *Organización y gestión de la actividad física*, pretende que el alumnado seleccione y gestione la actividad física y deportiva más adecuada en función del contexto en el que se encuentre. El tercer bloque, *Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices y cotidianas*, intenta que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, e incide también sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices. Dada la naturaleza transversal de estos saberes, se deberán entrelazar con los saberes de los restantes bloques en el diseño de las situaciones de aprendizaje. El cuarto bloque, *Cultura motriz e interacción sostenible con el entorno*, engloba el conocimiento de juegos y deportes tradicionales, como seña de identidad, y la cultura artístico-expresiva. Además, promueve la interacción motriz con el medio natural y urbano, velando por su conservación y uso sostenible, desde una perspectiva de ciudadanía activa y comprometida.

La siguiente distribución de los saberes, de las materias de Matemáticas Aplicadas y Ciencias Aplicadas, se realiza para los dos cursos. La materia de Actividad física y bienestar emocional se establece para el primer curso.

Debe entenderse como una propuesta orientativa y no cronológica, pudiéndose alterar esta organización dependiendo de las situaciones de aprendizaje que se planifiquen.

10.- SITUACIONES DE APRENDIZAJE

SA N.º 1			
CALENTAMIENTO Y ACTIVIDAD FÍSICA (VIDA ACTIVA Y SALUDABLE)			
<p>En esta S.A. comenzaremos a trabajar Utilizamos las primeras sesiones para ir conociendo al alumnado a través del juego alternativos, aquí observaremos las formas de relacionarse con los compañeros, si adopta una actitud respetuosa e inclusiva.... Actividades introyectivas y de bienestar emocional</p>			
FUNDAMENTACION CURRICULAR			
Productos		Tipos de evaluación según el agente	
manifestaciones motrices del alumnado durante las clases		<ul style="list-style-type: none"> • Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. • Coevaluación: realizada entre el alumnado. • Autoevaluación: realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades. 	
FUNDAMENTACION METODOLOGICA			
Metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos
Reproducción de modelos Descubrimiento guiado	Trabajo individual (TIND)	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnasio 	

Mando directo Neomando directo	Trabajo en parejas (TPAR) Pequeños grupos (PGRU) Gran grupo (GGRU)	• Cancha polideportiva	Balones de gomaespuma, balones medicinales, Espaldera, esterillas, balones gigantes,
Tratamiento de los elementos transversales y estrategias para desarrollar la educación en valores			
<ul style="list-style-type: none"> - Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud - Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud. 			
Programas, Planes y ejes temáticos de la RED CANARIA-InnovAS			
<p>Proyecto "Comida saludable", Proyecto PIDAS de Innovación para el desarrollo del Aprendizaje Sostenible, Proyecto hablar en público, oratoria. Plan de Igualdad</p>			
Periodo implementación	septiembre, octubre, noviembre 2024	Nº de sesiones: 16	Trimestre: 1º
Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos:	Esta S.A. se vincula con la temática de nutrición del ámbito ciencias aplicadas y la competencia específica 4; Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos, para valorar la importancia de los hábitos que mejoran la salud individual y colectiva, evitan o minimizan los impactos medioambientales negativos y son compatibles con un desarrollo sostenible		
Valoración del Ajuste	Desarrollo		

SA N.º 2
DESARROLLO DE HABILIDADES A TRAVÉS DEL DEPORTE
(AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES Y COTIDIANAS)

A través del deporte intentamos desarrollar las habilidades motrices y sociales, deporte y juego limpio, fundamentos técnicos y estrategias. Los alumnos conocerán diferentes modalidades deportivas, tanto individuales como colectivos: Pádel, balonkorf, baloncesto, fútbol sala, escalada, bádminton, tenis, circo, balonmano, yoga, meditación, voleibol, floorball (hockey), bailes, etc.

FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR

Competencias	Criterios de	Descriptores	Saberes básicos	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
				<ul style="list-style-type: none"> - Observación sistemática - Análisis de producciones . 	<ul style="list-style-type: none"> - Registro anecdótico o - Escalas de valoración - Listas de control - Diario de clase del profesorado - Entrevistas - Rúbricas 	Observación diaria de las producciones del alumnado durante las clases

Productos		Tipos de evaluación según el agente	
Manifestaciones motrices del alumnado durante las clases		<ul style="list-style-type: none"> • Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. • Coevaluación: realizada entre el alumnado. • Autoevaluación: realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades. 	
FUNDAMENTACION METODOLOGICA			
Metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos
Reproducción de modelos Descubrimiento guiado Mando directo Neomando directo	Trabajo individual (TIND) Trabajo en parejas (TPAR) Pequeños grupos (PGRU) Gran grupo (GGRU)	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnasio • Cancha polideportiva 	Balones de gomaespuma, balones medicinales, Espaldera, esterillas, balones gigantes, frisbees, conos.
Tratamiento de los elementos transversales y estrategias para desarrollar la educación en valores			
- Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud - Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud.			
Programas, Planes y ejes temáticos de la RED CANARIA-InnovAS			
Proyecto "Comida saludable", Proyecto PIDAS de Innovación para el desarrollo del Aprendizaje Sostenible, Proyecto hablar en público, oratoria. Plan de Igualdad			
Periodo implementación	Diciembre, enero, febrero	Nº de sesiones: 16	Trimestre: 2º

Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos:	Esta S.A. se vincula con la competencia específica 8; Desarrollar destrezas sociales y trabajar de forma colaborativa en equipos diversos con roles asignados que permitan potenciar el crecimiento entre iguales, valorando la importancia de romper los estereotipos de género en la investigación científica, para el emprendimiento personal y laboral.	
Valoración del Ajuste	Desarrollo	

SA N.º 3
EXPRESIÓN CORPORAL,
CIRCO.
(ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA)

Pretendemos tomar conciencia con la música y expresividad del funcionamiento del cuerpo humano, realizar espectacular bajo la temática del circo.
 Conocimiento de los bailes canarios y del mundo

FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR

Competencias	Criterios de	Descriptoros	Saberes básicos	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
				<ul style="list-style-type: none"> - Observación sistemática -Análisis de producciones . 	<ul style="list-style-type: none"> - Registro anecdótico o - Escalas de valoración - Listas de control - Diario de clase del profesorado - Entrevistas - Rúbricas 	Observación diaria de las producciones del alumnado durante las clases

Productos		Tipos de evaluación según el agente	
Manifestaciones motrices del alumnado durante las clases		<ul style="list-style-type: none"> • Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. • Coevaluación: realizada entre el alumnado. • Autoevaluación: realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades. 	
FUNDAMENTACION METODOLOGICA			
Metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos
Reproducción de modelos Descubrimiento guiado Mando directo Neomando directo	Trabajo individual (TIND) Trabajo en parejas (TPAR) Pequeños grupos (PGRU) Gran grupo (GGRU)	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnasio • Cancha polideportiva 	Balones de gomaespuma, balones medicinales, Espaldera, esterillas, balones gigantes, frisbees, conos.
Tratamiento de los elementos transversales y estrategias para desarrollar la educación en valores			
- Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud - Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud.			
Programas, Planes y ejes temáticos de la RED CANARIA-InnovAS			
Proyecto "Comida saludable", Proyecto PIDAS de Innovación para el desarrollo del Aprendizaje Sostenible, Proyecto hablar en público, oratoria. Plan de Igualdad			
Periodo implementación	Marzo, abril 2025	Nº de sesiones:	16
		Trimestre:	2 y 3º

Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos:		Esta S.A. se vincula con la competencia específica 8, Desarrollar destrezas sociales y trabajar de forma colaborativa en equipos diversos con roles asignados que permitan potenciar el crecimiento entre iguales, valorando la importancia de romper los estereotipos de género en la investigación científica, para el emprendimiento personal y laboral.
Valoración del Ajuste	Desarrollo	

SA N.º 4
BAILES DEL
MUNDO
(CULTURA MOTRIZ E INTERACCIÓN SOSTENIBLE CON EL ENTORNO)

Pretendemos tomar conciencia con la música y expresividad del funcionamiento del cuerpo humano. Conocimiento de los bailes canarios y bailes del mundo.

FUNDAMENTACION CURRICULAR

Competencias	Criterios de	Descriptores	Saberes básicos	Técnicas de evaluación	Herramientas de evaluación	Instrumentos de evaluación
				<ul style="list-style-type: none"> - Observación sistemática -Análisis de producciones . 	<ul style="list-style-type: none"> - Registro anecdótico o - Escalas de valoración - Listas de control - Diario de clase del profesorado - Entrevistas - Rúbricas 	Observación diaria de las producciones del alumnado durante las clases

Productos		Tipos de evaluación según el agente	
Manifestaciones motrices del alumnado durante las clases		<ul style="list-style-type: none"> • Heteroevaluación: realizada por personas distintas al alumnado para evaluar y calificar. • Coevaluación: realizada entre el alumnado. • Autoevaluación: realizada mediante la reflexión individual del alumnado para valorar sus logros y dificultades. 	
FUNDAMENTACION METODOLOGICA			
Metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos
Reproducción de modelos Descubrimiento guiado Mando directo Neomando directo	Trabajo individual (TIND) Trabajo en parejas (TPAR) Pequeños grupos (PGRU) Gran grupo (GGRU)	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnasio • Cancha polideportiva 	Balones de gomaespuma, balones medicinales, Espaldera, esterillas, balones gigantes, frisbees, conos.
Tratamiento de los elementos transversales y estrategias para desarrollar la educación en valores			
- Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud - Uso responsable de las TIC. - Consumo responsable. - Educación para la Salud.			
Programas, Planes y ejes temáticos de la RED CANARIA-InnovAS			
Proyecto "Comida saludable", Proyecto PIDAS de Innovación para el desarrollo del Aprendizaje Sostenible, Proyecto hablar en público, oratoria. Plan de Igualdad			
Periodo implementación	mayo y junio 2025	Nº de sesiones: 10	Trimestre: 3º

Vinculación con otras áreas/materias/ámbitos:	Esta situación de aprendizaje se vincula con la competencia específica 7 Desarrollar destrezas personales identificando y gestionando emociones, poniendo en práctica estrategias de aceptación del error como parte del proceso de aprendizaje y adaptándose ante situaciones de incertidumbre para mejorar la perseverancia en la consecución de objetivos y la valoración del aprendizaje de las ciencias	
Valoración del Ajuste	Desarrollo	

10- MATERIAL NECESARIO

10.1 Indumentaria deportiva personal:

El primer paso para realizar una práctica físico deportiva segura es asistir a las clases de EFI con indumentaria deportiva y calzado deportivo adecuado. Por lo tanto, para participar en las tareas motrices propuestas en la sesión, es un requisito imprescindible el uso de dicho material deportivo de carácter individual y personal.

Este consta de:

- pantalón de deporte corto a nivel de la rodilla o largo.
- Camiseta de deporte de manga corta o larga, pero de cuello redondo y de longitud hasta la cintura. Las camisetas no pueden llevar publicidad ni de tabaco ni de alcohol, frases irrespetuosas o dibujos que atenten contra las normas de convivencia establecidas.

Zapatillas aptas para la práctica deportiva adecuada y segura, así como el uso de calcetines

10.2 Aportación voluntario por alumno.

Cada alumno/a, de forma voluntaria si así lo desea sus padres o tutores legales, podrán aportar 3 euros para la compra de material deportivo necesario para el presente curso.

Esta medida fue aprobada(renovada) en el consejo escolar llevado a cabo el día el día 9 de octubre del presente año.

11- Salida escolar fuera del centro.

Para este nivel educativo, y tras conversación con algunos compañeros, iremos a realizar una actividad multideportiva al parque de las rehoyas.

Se realizará en la segunda evaluación antes de semana santa. La fecha está por cerrar.