

Educación Física

La Educación Física en la etapa de Educación Primaria prepara al alumnado para afrontar una serie de retos fundamentales que pasan por la adopción de un estilo de vida activo, el conocimiento de la propia corporalidad, el acercamiento a manifestaciones culturales de carácter motor o el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje.

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, en su adecuación a la etapa de Educación Primaria, junto con los objetivos generales de la etapa, han concretado el marco de actuación para definir las competencias específicas del área. Este elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la Educación Física que se pretende desarrollar: más competencial, más actual y más alineada con las necesidades de la ciudadanía para afrontar los retos y desafíos del siglo XXI.

Las competencias específicas del área de Educación Física en la etapa de Educación Primaria recogen y sintetizan estos retos, abordando la motricidad de forma más estructurada para dar continuidad a los logros y avances experimentados por los alumnos durante la etapa de Educación Infantil. El descubrimiento y la exploración de la corporalidad, esenciales para las actuaciones que se desarrollan desde el enfoque de la psicomotricidad, dará paso a un tratamiento más preciso y en profundidad del cuerpo que pretenderá sentar las bases para la adquisición de un estilo de vida activo y saludable, que permita al alumnado llegar a consolidar hábitos en la etapa de Secundaria para, posteriormente, perpetuarlos a lo largo de su vida.

La motricidad, desde la integración de los componentes del esquema corporal, se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica y recreativa, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos de práctica motriz.

El alumnado también deberá reconocer diferentes manifestaciones de la cultura motriz, como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que podrán convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Para ello, será preciso desarrollar su identidad personal y social integrando en ella las manifestaciones más comunes de la cultura motriz, a través de una práctica vivenciada y creativa. Esto contribuirá a mantener y enriquecer un espacio compartido de carácter verdaderamente intercultural, en un mundo cada vez más globalizado.

El desarrollo de actitudes comprometidas con el medio ambiente y su materialización en comportamientos basados en la conservación y la sostenibilidad, se asociarán a una competencia fundamental para la vida en sociedad que debe comenzar a adoptarse en esta etapa.

El grado de desarrollo y consecución de las diferentes competencias específicas del área será evaluado a través de los criterios que constituyen el referente para llevar a cabo este proceso. La relación existente entre los criterios de evaluación y los saberes básicos permitirá integrar y contextualizar la evaluación en el seno de las situaciones de aprendizaje a lo largo de la etapa.

Los saberes básicos del área de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas.

El primer bloque, titulado *Vida activa y saludable*, aborda los tres componentes de la salud: física, mental y social, a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos de práctica físico-deportiva, y rechazando comportamientos antisociales o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos, incidiendo en la importancia de la nutrición sana y responsable.

El bloque denominado *Organización y gestión de la actividad física* comprende cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

Resolución de problemas en situaciones motrices es un bloque con un carácter transdisciplinar que aborda aspectos clave: la toma de decisiones, esquema corporal, capacidades físicas básicas, habilidades y destrezas básicas (el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad), y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.

El cuarto bloque, *Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices* se centra, por un lado, en el desarrollo de los procesos dirigidos a regular la respuesta emocional del alumnado ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, mientras que, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas e inclusivas entre los participantes en este tipo de contextos motrices.

El bloque de *Manifestaciones de la cultura motriz* engloba el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural, desde una perspectiva integradora que incluya ejemplos de personas y culturas diferentes.

Por último, el bloque *Interacción eficiente y sostenible* con el entorno incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo

de distintas situaciones de aprendizaje que incorporen el movimiento como recurso, así como enfoques y proyectos interdisciplinares en la medida en que sea posible. Estas situaciones integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, el tipo y la intención de las actividades planteadas o la organización de los grupos. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales y de la autoestima, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje, y la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad justa y equitativa. Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican, pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan.

Orientaciones metodológicas

Además de los principios y métodos pedagógicos previstos en los artículos 5 y 11 del presente decreto, la acción docente en el área de Educación Física tendrá en especial consideración las siguientes recomendaciones:

- El maestro debe actuar como guía y propiciar el aprendizaje autónomo del niño: descubrimiento de su preferencia lateral, determinación del nivel de destreza que posee comparándose con otras realizaciones propias, elección y selección de normas y reglas que pueden modificarse en una actividad, organización y propuesta de actividades motrices lúdicas, etc.
- El diseño de las sesiones ha de tener en cuenta al menos dos ejes fundamentales: el cuerpo y el movimiento. Por ello, un gran número de ellas deben estar planificadas para una participación motriz elevada y equilibrada del alumnado en el cuerpo central de esta, sin dejar de lado el planteamiento de retos e interrogantes en el inicio de la sesión, así como la reflexión, el análisis y el establecimiento de conclusiones por parte del alumnado, al final de las mismas.
- La estrategia a seguir en la práctica por parte del docente debe acercarse al planteamiento global, ya que el aprendizaje de los diferentes patrones motores presentes en los contenidos, así como de habilidades deportivas y lúdico recreativas, han de ser tenidos en cuenta desde una visión amplia, valorando la riqueza motriz por encima de los resultados y el rendimiento cuantitativo.
- El juego motor podrá ser presentado como recurso educativo, pero también como una finalidad en sí mismo, dado su componente cultural y la pretensión docente de que el alumno establezca como prioridad mantener un ocio activo durante toda su vida. En la organización y diseño de los mismos se deberá garantizar la participación motriz del niño, así como el equilibrio entre esta y el descanso que le permita asimilar los aprendizajes que se deriven de ella.
- El fomento de una actitud reflexiva y crítica con determinados comportamientos tanto del punto de vista del espectador, como del participante, ocupará un lugar clave en el devenir diario de las sesiones. El alumnado debe asumir la competición teniendo

como parámetro fundamental de éxito el propio esfuerzo y la superación personal. Por ello, el docente del área puede proponer situaciones de riesgo, vídeos sobre actitudes en el deporte o similares, e invitar a la reflexión y retroalimentación de estas, así como fomentar actitudes deportivas al inicio y término de dichas actividades: saludos, felicitaciones, reconocimiento de méritos del equipo contrario, gestión del arbitraje de los propios alumnos, etc.

- La adecuación al contexto es otra de las piedras angulares del trabajo docente, para lo cual trataremos de tener en cuenta los intereses y motivaciones cercanas al alumno, observando las actividades lúdico-recreativas presentes en su entorno más próximo, las demandas sociales u otro tipo de condicionantes, tratando de hacerlos coincidir con las tareas de aprendizaje.

- La utilización de técnicas y estilos productivos, propiciando un contexto adecuado para el desarrollo creativo, la autonomía y la iniciativa del alumno. Generar “ambientes de aprendizaje”, en los que el niño puede utilizar materiales o espacios para crear, organizar y gestionar actividades y juegos por su cuenta, siguiendo las directrices del docente, puede ser una estrategia adecuada para ello. El docente también podrá establecer la búsqueda de respuestas divergentes a los problemas planteados: formas diferentes de lanzar con efectividad un objeto, usos no convencionales de material, creación de materiales con materiales reciclados, combinación de patrones motores dados para realizar coreografías, solución a situaciones sencillas de táctica deportiva, etc.

- El uso de la evaluación del aprendizaje motor como elemento formativo posibilitará que el alumno tenga posibilidad de reflexionar sobre su práctica motriz: autoevaluación de sus producciones, creación de ítems relevantes que puedan valorar la calidad de las mismas, coevaluación, análisis, propuestas de mejora, etc.

- Los alumnos podrán observar, valorar y evaluar el funcionamiento de cada uno de sus compañeros en las tareas previstas: gestión y arbitraje de juegos propuestos por un grupo para el resto del alumnado, preparación de pruebas motrices sencillas y recogida de los datos que se generan, dramatizaciones sencillas diseñadas por el alumno, etc.

- La promoción de estilos de vida saludables podrá desarrollarse a través de los hábitos de aseo diario, las propuestas de tareas para investigar y formar así un juicio crítico sobre distintos comportamientos cotidianos o la gestión de una alimentación equilibrada y saludable, entre otros contenidos. En este sentido, debemos resaltar el carácter pedagógico de la intervención docente, diferente al ámbito terapéutico que otros profesionales capacitados para ello (fisioterapeutas, traumatólogos, nutricionistas, etc.) llevan a cabo. Para ello, una vez más, nos amparamos en el planteamiento global y la perspectiva lúdica en el tratamiento de estos contenidos por parte del área, teniendo la posibilidad de apoyarse en las tecnologías de la información y comunicación.

- Las manifestaciones expresivas del cuerpo y el movimiento pueden actuar como vehículos de ello, aunque no se tenga por qué circunscribir exclusivamente a esta vía.

- La eliminación de comportamientos no deseables, teniendo en cuenta que determinadas actividades deportivas, juegos populares, danzas u otras manifestaciones motrices han estado teñidas tradicionalmente de ciertos prejuicios. El docente del área será el encargado de hacer ver al alumno que todo ello se debe replantear, pidiéndole

soluciones y adaptaciones de estas manifestaciones: replanteamiento de juegos de eliminación, adaptación de las condiciones del juego a alumnos con dificultad, desmontar prejuicios sexistas y/o racistas de determinados juegos, etc.

– Las habilidades lingüísticas y comunicativas se desarrollarán ofreciendo al alumno la posibilidad de seleccionar, comprender, analizar y/o producir textos divulgativos sobre temas de salud, prensa deportiva, escalas gráficas y estadística deportiva, resultados sobre pequeños test motores realizados, etc., pudiendo posteriormente presentar oralmente el producto de ese trabajo, estableciendo tiempos y momentos en las sesiones dedicados a ello: inicio y final de la misma, zonas y rincones dentro de distintos ambientes de aprendizaje, etc. Podrán ser un instrumento de canalización de estas habilidades, las tecnologías de la información y comunicación.

Competencias específicas

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

Esta competencia específica se encuentra alineada con los retos del siglo XXI y con los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Su adquisición se alcanzará a través de la participación activa en una variada gama de propuestas físico-deportivas que, además de proporcionar al alumnado un amplio bagaje de experimentación motriz, le darán la oportunidad de conocer estrategias para vivenciar la práctica en coherencia con los referentes que sirven de base para la promoción de la salud física, mental y social.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna a la globalidad del área de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte desde una perspectiva de género o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, desde las prácticas aeróbicas (correr a ritmo, combas, aeróbic o similares) o el análisis de situaciones cotidianas (del entorno próximo o en medios de comunicación), hasta las dinámicas grupales reflexivas (debates o análisis críticos) o los proyectos interdisciplinares, pasando por la integración de normas de seguridad y hábitos de higiene en prácticas motrices cotidianas o la simulación de protocolos de intervención ante accidentes deportivos entre otros.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida, en su adecuación a la etapa de Educación Primaria: STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3.

2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de

proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

Esta competencia implica comenzar a tomar decisiones, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. Todas estas medidas se llevan a cabo en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición) con objetivos variados y en situaciones de certidumbre e incertidumbre.

Estas estrategias deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses, los desafíos físicos cooperativos, los cuentos motores cooperativos, el juego motor y la indagación, los espacios de acción y aventura, los ambientes de aprendizaje y, por supuesto, los juegos deportivos. En relación con estos últimos es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (balonmano, goubak, ultimate o rugby-tag entre otros), hasta juegos de red y muro (bádminton, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (béisbol, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (atletismo y sus modalidades). Se debe procurar, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, que durante la etapa el alumnado participe en todas estas categorías, priorizando en todo caso las manifestaciones que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida, en su adecuación a la etapa de Educación Primaria: STEM1, CPSAA4, CPSAA5.

3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales 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 que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estas y su gestión adecuada para saber controlar y reconducir las emociones desagradables y hacerlas más placenteras.

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. Requiere que el alumnado afronte los conflictos de forma dialógica, contemplando también la perspectiva de las otras personas implicadas y buscando soluciones justas por consenso que satisfagan las necesidades mínimas de las partes implicadas. Requiere igualmente que el alumnado identifique conductas contrarias a la convivencia y aplique estrategias para abordarlas. Este tipo de situaciones implican desarrollar un cierto grado de empatía y actuar desde la prosocialidad, a través de acciones que buscan también el bienestar ajeno, valorando la realidad asociada a la práctica motriz y actuando sobre ella desde parámetros de libertad ejercida con responsabilidad, equidad, inclusión, respeto, solidaridad, cooperación, justicia y paz.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida, en su adecuación a la etapa de Educación Primaria: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.

4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

Esta competencia implica construir la identidad personal y social desde una práctica vivenciada que integra expresiones culturales como el juego, el deporte, la danza y otras actividades artístico-expresivas vinculadas con la motricidad, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y que han de ser objeto de reconocimiento, preservación, mejora y disfrute. En un mundo globalizado y marcado por los movimientos migratorios esto supone enriquecer el acervo común con las aportaciones de las diferentes etnias y culturas que convergen en un espacio socio-histórico, desde el mestizaje cultural asociado a la interculturalidad.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Así, 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 (dramatizaciones, teatro de sombras, teatro de luz negra o similares), representaciones más elaboradas (juegos de rol o actividades circenses entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, además de abordar los juegos y deportes tradicionales, con arraigo en el entorno o pertenecientes a otras culturas, también se podrían llevar a cabo debates sobre ciertos estereotipos de género aún presentes en el deporte y cómo evitarlos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida, en su adecuación a la etapa de Educación Primaria: CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.

La adopción de hábitos sostenibles con el medio ambiente y su conservación debe comenzar a producirse ya en esta etapa, incidiendo especialmente en aquellos gestos y conductas sencillas que cada uno puede hacer para contribuir al bien común. Este enfoque encuentra en las actividades físico- deportivas un contexto muy favorable para mostrar el potencial que ofrece el entorno, ya sea natural o urbano, para el desarrollo de este tipo de prácticas.

Esta competencia implica desarrollar conocimientos, destrezas y actitudes para interactuar con el medio, participar en su preservación y mejora, y contribuir, desde lo local, a la sostenibilidad a escala global. Así, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como el patinaje o la danza urbana, entre otros, que pueden constituir opciones interesantes. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y de acceso a distintos emplazamientos naturales tanto terrestres como, en su caso, acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, la escalada, el esquí, las actividades acuáticas, la orientación (también en espacios urbanos), el cicloturismo o las rutas BTT, hasta la autoconstrucción de materiales, 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.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida, en su adecuación a la etapa de Educación Primaria: STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3.

Primer ciclo

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

- 1.1. Identificar los desplazamientos activos como práctica saludable, conociendo sus beneficios físicos para el establecimiento de un estilo de vida activo.
- 1.2. Explorar las posibilidades de la propia motricidad a través del juego, aplicando en distintas situaciones cotidianas medidas básicas de cuidado de la salud personal a través de la higiene corporal y la educación postural.
- 1.3. Participar en juegos de activación y vuelta a la calma, reconociendo su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar lesiones, manteniendo la calma y sabiendo cómo actuar en caso de que se produzca algún accidente en contextos de práctica motriz.
- 1.4. Conocer los valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, reconociendo, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos y respetando a todos los participantes con independencia de sus diferencias individuales.

Competencia específica 2

- 2.1. Reconocer la importancia de establecer metas claras a la hora de desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, valorando su consecución a partir de un análisis de los resultados obtenidos.

2.2. Adoptar decisiones en contextos de práctica motriz de manera ajustada según las circunstancias.

2.3. Descubrir, reconocer y emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera lúdica e integrada en diferentes situaciones y contextos, mejorando progresivamente su control y su dominio corporal.

Competencia específica 3

3.1. Identificar las emociones que se producen durante el juego, intentando gestionarlas y disfrutando de la actividad física.

3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, aceptando las características y niveles de los participantes.

3.3. Participar en las prácticas motrices cotidianas, comenzando a desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación, iniciándose en la resolución de conflictos personales de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a las actuaciones contrarias a la convivencia.

Competencia específica 4

4.1. Participar activamente en juegos y otras manifestaciones artístico-expresivas de carácter cultural propias del entorno, valorando su componente lúdico-festivo y disfrutando de su puesta en práctica.

4.2. Conocer y valorar los logros de distintos referentes del deporte de ambos géneros, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar dichos éxitos.

4.3. Adecuar los distintos usos comunicativos de la corporalidad y sus manifestaciones a diferentes ritmos y contextos expresivos.

Competencia específica 5

5.1. Participar en actividades lúdico-recreativas de forma segura en los entornos natural y urbano y en contextos terrestres o acuáticos, conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación de dichos entornos.

Saberes básicos

A. Vida activa y saludable.

- Salud física: Reflexión sobre los efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física (horas de sueño) para un mejor rendimiento
- Salud social: la actividad física como práctica social saludable. Derechos de los niños en el deporte escolar. Respeto e inclusión hacia todas las personas con independencia de sus características personales.
- Salud mental: bienestar personal y en el entorno a través de la motricidad.

Implicación y disfrute en la actividad física. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Organización y gestión de la actividad física.

- Elección de la práctica física: vivencia de diversas experiencias corporales en distintos contextos. Cuidado, uso adecuado y recogida del material utilizado en la actividad desarrollada.
- Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Adecuación de la actitud y el comportamiento a las normas propias del espacio.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores sencillos: objetivos o metas. Aspectos básicos de percepción, decisión y ejecución. Resolución de problemas y conflictos básicos para la práctica deportiva.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: juegos de activación, calentamiento y vuelta a la calma.
- Conocimiento e Identificación de los principales elementos básicos intervinientes en los movimientos (articulaciones, huesos...).
- Trabajos individuales y colectivos relacionados con la actividad física y la salud. Uso de las TIC.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: adecuación de las acciones a las capacidades y limitaciones personales en situaciones motrices individuales. Coordinación de acciones con compañeros en situaciones cooperativas. Adecuación de la acción a la ubicación del adversario en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección de la posición corporal o la distancia adecuadas en situaciones de oposición de contacto. Selección de acciones para mantener la posesión, recuperar el móvil o evitar que el atacante progrese en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Esquema corporal: conocimiento y control del propio cuerpo.
- Experimentación e intervención en el movimiento.
- Actitud postural.
- Experimentación en situaciones de tensión y relajación corporal.
- Identificación y experimentación con el segmento dominante y no dominante.
- Coordinación dinámica general y segmentaria.
- Conocimiento y control del propio cuerpo a través del movimiento.
- Equilibrio estático y dinámico.
- Disminución de la base de sustentación, elevación del centro de gravedad y reequilibración.
- Orientación espacial. Desarrollo de las nociones topológicas.

- Orientación temporal. Nociones temporales básicas
- Capacidades físicas desde el ámbito lúdico y el juego.
- Toma de conciencia entre esfuerzo y frecuencia respiratoria y cardiaca.
- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas.
- Resolución de problemas motores mediante el uso de las habilidades motrices básicas.
- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos.
- Autonomía e iniciativa personal. El juego libre como medio de disfrute.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: estrategias de identificación, experimentación y manifestación de emociones, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.
- Expresión de sentimientos en grupo.
- Habilidades sociales: verbalización de emociones derivadas de la interacción en contextos motrices.
- Respeto y aceptación de las reglas de juego.
- El juego como medio de disfrute. Los juegos libres y organizados. El juego simbólico y cooperativo.
- Conductas que favorezcan la convivencia y la igualdad de género, inclusivas y de respeto a los demás, en situaciones motrices: estrategias de identificación de conductas contrarias a la convivencia o discriminatorias.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura.
- Usos comunicativos de la corporalidad: gestos, muecas, posturas y otros.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: referentes en el deporte de distintos géneros.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: educación vial y normas para peatones. (cinturón de seguridad, uso adecuado del casco, semáforos...). Concienciación de accesibilidad de peatones con dificultades. Normas de uso de la vía pública. Movilidad segura, saludable y sostenible.
- Posibilidades motrices de los espacios de juego y esparcimiento infantil.
- Conservación desde una visión sostenible: realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.

- Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y en el entorno del centro.
- Perspectiva comunitaria del entorno: planteamiento de soluciones para mejorar el entorno del centro referente a la contaminación.

Segundo Ciclo

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

- 1.1. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.
- 1.2. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.
- 1.3. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.
- 1.4. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.

Competencia específica 2

- 2.1. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.
- 2.2. Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.
- 2.3. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.

Competencia específica 3

- 3.1. Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones negativas que surjan en contextos de actividad motriz.
- 3.2. Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.

- 3.3. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de violencia.

Competencia específica 4

- 4.1. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.
- 4.2. Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas femeninas, masculinas o mixtas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.
- 4.3. Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.

Competencia específica 5

- 5.1 Desarrollar una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación, aplicando medidas de conservación ambiental.

Saberes básicos

A. Vida activa y saludable.

- Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Beneficios de una alimentación saludable. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.
- Salud social: la actividad física como hábito y práctica saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida (consecuencias de jugar: ganar y perder). Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.
- Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Implicación y disfrute en la actividad física. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Organización y gestión de la actividad física.

- Diferentes usos y finalidades según la elección de práctica física: catárticos, lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás.
- Cuidado, preparación, uso correcto y recogida del material según la actividad a desarrollar. Materiales reciclados y reutilizados en la práctica física.

- Hábitos de higiene corporal relacionados con la actividad física.
- Normas básicas de utilización de instalaciones, materiales y autorregulación de conductas para el comienzo de la práctica deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: percepción, decisión, ejecución y control de resultados en situaciones estables y conocidas. Resolución de problemas referentes a normas, reglas y patrones del juego. Resolución de conflictos.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Sistematización de rutinas de calentamiento y estiramiento. Conocimiento de aspectos básicos en materia de primeros auxilios.
- Funcionalidades de los principales elementos orgánicos relacionados con el movimiento
- Trabajos individuales y colectivos relacionados con la actividad física y la salud. Búsqueda y selección de información. Uso de las TIC.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Esquema corporal:
 - Control tónico-postural e independencia segmentaria en reposo y en movimiento.
 - Actitud postural. Toma de conciencia en situaciones de tensión y relajación corporal.
 - Discriminación de derecha e izquierda en compañeros y objetos. Mejora de la eficacia con segmentos dominante y manejo con segmentos no dominante.
 - Coordinación dinámica general y segmentaria.
 - Equilibrio estático y dinámico. Disminución de la base de sustentación, elevación del centro de gravedad y reequilibración con y sin objetos.
 - Estructuración espacial. Situación de objetos y sujetos entre ellos en cuanto a dirección y distancia.
 - Estructuración temporal. Desarrollo de los conceptos de orden y duración.
- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas. Relación entre frecuencia cardiaca y respiratoria e intensidad del ejercicio.
- Habilidades y destrezas motrices Ajuste y consolidación de habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y

manipulativas. Combinación de habilidades.

- Resolución de problemas motores mediante la combinación de habilidades y destrezas motrices (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones en movimiento).
- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos. El juego libre y reglado como medio de disfrute.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: reconocimiento de experiencias y de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices. Gestión de la frustración durante y después del juego.
- Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.
- Juegos de cooperación, oposición y cooperación/oposición. Juegos alternativos y modificados.
- Concepto de deportividad.
- Valores asociados a la práctica de actividades físico-deportivas evitando las conductas contrarias a la convivencia, discriminatorias o sexistas, en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): estrategias de identificación, abordaje y evitación y efectos negativos.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: educación vial para bicicletas, peatones, patines y patinetes. Movilidad segura, saludable y sostenible. Equipamiento y circulación. Fomento del uso de carriles bici.
- Conservación desde una visión sostenible: espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute y mantenimiento.
- Estado del material para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos. Recogida de materiales contaminantes.
- Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión.
- Perspectiva comunitaria del entorno: realización de actividades físicas y juegos en el medio natural y urbano.

- Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural, urbano y del entorno del centro educativo.

Tercer ciclo

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

- 1.1. Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria.
- 1.2. Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.
- 1.3. Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.
- 1.4. Identificar y abordar conductas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

Competencia específica 2

- 2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.
- 2.2. Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.
- 2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

Competencia específica 3

- 3.1. Participar en actividades motrices, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándolas de forma asertiva.
- 3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo las actuaciones de compañeros y rivales.
- 3.3. Convivir mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales,

diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, así como una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad de género.

Competencia específica 4

- 4.1. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, reconociendo y transmitiendo su valor cultural y su potencial como espacio generador de interacciones constructivas entre personas con orígenes diferentes y entendiendo las ventajas de su conservación.
- 4.2. Valorar el deporte como fenómeno cultural, analizando los estereotipos de género o capacidad y los comportamientos sexistas que a veces suceden en su contexto, rechazándolos y adoptando actitudes que eviten su reproducción en el futuro.
- 4.3. Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.

Competencia específica 5

- 5.1. Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una perspectiva ecosostenible del entorno y comunitaria.

Saberes básicos

A. Vida activa y saludable.

- Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultraprocesados y bebidas energéticas o azucaradas. Efectos de una mala alimentación. Autogestión de la alimentación y dieta saludable. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.
- Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, incluido el propio cuerpo, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Salud mental: consolidación, respeto y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Identificación de las posibilidades y los límites corporales. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Efectos nocivos de los estereotipos.

B. Organización y gestión de la actividad física.

- Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos y agonísticos. Cuidado, preparación, uso y recogida del material según la actividad a desarrollar. Análisis de la influencia ejercida por los medios en la compra de

equipamientos. Reciclaje y reutilización del material en la práctica física.

- Hábitos autónomos de higiene corporal dentro y fuera del centro en acciones cotidianas. Normas específicas de utilización de instalaciones y autorregulación de conductas para el comienzo de la práctica deportiva. Adaptación de la conducta a cada uno de los espacios de práctica.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: atención selectiva y anticipación. Decisión y ejecución en situaciones variables. Seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Autoevaluación.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: importancia de respetar las normas de seguridad. Calentamiento general y vuelta a la calma. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás. Responsabilidad en la creación de rutinas de calentamiento.. Recuperación, relajación y estiramientos.
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Técnicas PAS (proteger, ayudar, socorrer).
- El aparato locomotor y actividad física: órganos, músculos, huesos, articulaciones, etc.
- Trabajos individuales y colectivos relacionados con la actividad física y la salud. Búsqueda, selección y exposición oral de los resultados. Uso de las TIC.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarcarse y ubicarse en un lugar desde el que constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático y dinámico en situaciones complejas o superficies inestables.
 - Lateralidad: ejecución con segmento dominante de forma eficiente en contextos lúdico deportivos. Ejecución coordinada con segmentos no dominantes.
 - Estructuración espacial, percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición.
 - Estructuración temporal y espacio-temporal, percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras y de ritmos.
- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes

(coordinación, equilibrio y agilidad). Identificación de factores que influyen en su desarrollo. Toma correcta de pulsaciones.

- Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales. Adecuación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente con eficacia. Iniciación a la práctica predeportiva.
- Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión. Identificación de indicadores básicos relacionados con el estado emocional a nivel propio como de los demás y medidas a adoptar.
- Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la identificación, abordaje, rechazo y resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de género, capacidad o competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista; abuso sexual o cualquier forma de violencia). Autoarbitraje.
- Concepto de fairplay o “juego limpio”. Actitudes no deportivas y sus consecuencias. Juegos modificados: campo y bate, invasión, cancha dividida, blanco y diana, Deportes individuales y colectivos. Concepto de deportividad. Desarrollo de la empatía.

E. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.
- Deportes olímpicos y paralímpicos, instituciones e historia asociada a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- Normas de uso: normas básicas de seguridad vial relacionadas desde la actividad física y deportiva. Movilidad segura, saludable y sostenible.
- Transporte activo, seguro y sostenible: bicicletas, patines, patinetes.
- Juegos y lugares al rededor del centro donde se puedan practicar diferentes deportes. Parque de educación vial.
- Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural: valoración previa y actuación. Espacios naturales y urbanos: uso, disfrute y conservación.

- Conservación desde una visión sostenible: construcción y reutilización de materiales para la práctica motriz.
- Realización de actividades físicas, juegos y deportes en el medio natural, urbano y del entorno del centro educativo. Las carreras de orientación.
- Perspectiva comunitaria del entorno: cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y del entorno del centro educativo.

Educación Plástica y Visual

El área de Educación Plástica y Visual involucra las dimensiones sensorial, intelectual, social, emocional, afectiva, estética y creativa, y promueve el desarrollo de la inteligencia, el pensamiento creativo y visual, así como el descubrimiento de las posibilidades derivadas de la recepción y la expresión culturales. Desde esta área se aprenden los mecanismos que contribuyen al desarrollo de las distintas capacidades artísticas del alumnado, que influyen directamente en su formación integral y le permiten acercarse al conocimiento y disfrute de las principales manifestaciones culturales y artísticas de su entorno. Al mismo tiempo, la Educación Plástica y Visual ofrece al alumnado la posibilidad de iniciarse en la creación de sus propias propuestas y desarrollar el sentimiento de pertenencia e identidad, el gusto estético y el sentido crítico.

La Educación Plástica y Visual comprende los aspectos relacionados tanto con la recepción como con la producción artística. Por un lado, el área contribuye a que el alumnado comprenda la cultura en la que vive, de modo que pueda dialogar con ella, adquirir las destrezas necesarias para su entendimiento y disfrute y desarrollar progresivamente su sentido crítico. En este sentido, será fundamental trabajar la autoconfianza, la autoestima y la empatía, así como abordar el análisis de las distintas manifestaciones culturales y artísticas desde el diálogo intercultural y el respeto a la diversidad.

Por otro lado, la Educación Plástica y Visual favorece la experimentación, la expresión y la producción artística de forma progresiva a lo largo de los tres ciclos en los que se organiza la Educación Primaria. El área contribuye así al uso de diferentes formas de expresión artística e inicia al alumnado en la elaboración de propuestas plásticas, visuales y audiovisuales. Además de la exploración de los diversos lenguajes, artes y disciplinas, así como de las distintas técnicas plásticas, visuales y audiovisuales para la creación de sus propias propuestas, se considera fundamental la aproximación al trabajo, tanto individual como colectivo, a partir de herramientas, instrumentos y materiales variados con el objetivo de que el alumnado investigue y se adentre en la dimensión lúdica, creativa, comunitaria y social del área.

A partir de los objetivos de la etapa y de los descriptores que conforman el Perfil de salida del alumnado, se han establecido cuatro competencias específicas en esta área. Estas competencias específicas comprenden el descubrimiento y conocimiento de las manifestaciones artísticas más importantes de las distintas épocas, lugares y estilos; la investigación artística con el propósito de desarrollar una sensibilidad propia; y la expresión mediante distintos lenguajes, medios, materiales y técnicas artísticas para producir obras propias, tanto de forma individual como colectiva.

El grado de adquisición de estas competencias específicas se determina a través de los criterios de evaluación, que aparecen directamente vinculados a ellas y que incluyen aspectos relacionados con los conocimientos, las destrezas y las actitudes necesarias para su consecución por parte del alumnado.

Los saberes básicos están organizados en torno a tres bloques fundamentales: *Recepción y análisis*, *Creación e interpretación* y *Artes plásticas, visuales y audiovisuales*. En el primero se incluyen los elementos necesarios para poner en práctica la recepción activa y el análisis de las creaciones artísticas de distintas épocas,