

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Situación de aprendizaje /UD
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias, a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	1.1. Identificar y establecer secuencias sencillas de actividad física, orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial, aplicando con progresiva autonomía instrumentos de autoevaluación para ello, respetando y aceptando la propia realidad e identidad corporal.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física
	1.2. Comenzar a incorporar procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física 8 Alimentación saludable
	1.3. Identificar y adoptar de manera responsable y con apoyos puntuales medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer posibles situaciones de riesgo.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física 4 Primeros auxilios
	1.4. Identificar los protocolos de intervención y medidas básicas de primeros auxilios que es necesario aplicar ante situaciones relacionadas con accidentes derivados de la práctica de actividad física.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física 5 Primeros auxilios
	1.5. Identificar y analizar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, evitando su reproducción en su entorno escolar y en las actividades de su vida cotidiana, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física

	1.6. Identificar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	2.1. Participar en el proceso de creación de proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, utilizando con ayuda estrategias de autoevaluación y coevaluación e iniciando actitudes de superación, crecimiento y resiliencia.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball 11 Expresión corporal
	2.2. Actuar correctamente con una interpretación aceptable en contextos motrices variados, aplicando con ayuda principios básicos de la toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos de actuación facilitados, reales o simulados, reflexionando sobre los resultados obtenidos.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball
	2.3. Iniciarse en la muestra de evidencias de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas de forma guiada en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados,	3.1. Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, y gestionando positivamente la competitividad en contextos diversos.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball

<p>adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>3.2. Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices, especialmente a través de juegos, para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p>	<p>Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas</p>	<p>2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball</p>
	<p>3.3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.</p>	<p>Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas</p>	<p>1 Condición Física 2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 5 Primeros auxilios 6 Pinfuvote 7 Colpbol 8 Alimentación saludable 9 Bádminton 10 Pickleball 11 Expresión corporal 12 Actividades en el medio natural</p>
<p>4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y</p>	<p>4.1. Gestionar la participación en juegos propios de Andalucía, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p>	<p>Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas</p>	<p>2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball</p>
	<p>4.2. Reconocer las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.</p>	<p>Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas</p>	<p>2 Cordoball 3 Bijball 4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball</p>

justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.	4.3. Utilizar intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente en la creación y representación de composiciones individuales o colectivas con y sin base musical, prestando especial atención a la educación socio-afectiva y fomento de la creatividad.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	11 Expresión corporal
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano, reconociendo la importancia de preservar el entorno natural de Andalucía.	5.1. Participar en actividades físico-deportivas sencillas en entornos naturales de Andalucía, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma guiada el impacto ambiental que estas puedan producir e iniciando una conciencia sobre su huella ecológica.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	12 Actividades en el medio natural
	5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, siguiendo las normas de seguridad individuales y colectivas marcadas.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	12 Actividades en el medio natural