

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. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, haciendo uso de diferentes sistemas de entrenamiento y aplicando de manera autónoma diversas herramientas informáticas que permitan la autoevaluación y el seguimiento de la evolución de la mejora motriz, según las necesidades e intereses individuales y respetando, aceptando y valorando la propia realidad e identidad corporal y la de los demás, en diferentes manifestaciones motrices y contextos.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física
	1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, respiración, relajación, seguridad e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando y asumiendo como propias las rutinas 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. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, en diferentes contextos y situaciones motrices, identificando y valorando situaciones de riesgo y actuando de manera preventiva en su caso.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física 4 Primeros auxilios
	1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes, valorando diferentes contextos y tipos de lesiones para aplicar de manera autónoma medidas específicas de primeros auxilios.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física 5 Primeros auxilios
	1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad, en diferentes contextos y situaciones, haciendo uso para ello de herramientas informáticas.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	1 Condición física

	1.6. Explorar 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. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado, consolidando 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. 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.	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. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas de forma autónoma en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía	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, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos	3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, gestionando positivamente la competitividad y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	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
	3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía	Rúbricas Observación directa	2 Cordoball 3 Bijball

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.	en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final, valorando el proceso.	Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	4 Voley – Cachibol 6 Pinfuvote 7 Colpbol 9 Bádminton 10 Pickleball
	3.3. 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 de género, afectivo sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	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
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 justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales, y en particular la andaluza.	4.1. Contextualizar la influencia social del deporte en las sociedades actuales, valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico políticos, practicando diversas modalidades relacionadas con Andalucía o las procedentes de otros lugares del mundo.	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
	4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.	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
	4.3. 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 diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control	11 Expresión corporal

	dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad, desde una pedagogía crítica y creativa.	Coevaluación Producciones escritas	
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 en entornos naturales andaluces, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando de forma autónoma el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando colaborativa y/o cooperativamente actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	12 Actividades en el medio natural
	5.2. Diseñar y organizar actividades físico deportivas en el medio natural y urbano andaluz, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas con autonomía.	Rúbricas Observación directa Autoevaluación Pruebas prácticas Lista de control Coevaluación Producciones escritas	12 Actividades en el medio natural