

**NIVEL 1º E.S.O.**

**CRITERIOS DE EVALUACION y COMPETENCIAS CLAVE:**

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. **CMCBCT, CAA, CSC, SIEP.**
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. **CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.**
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. **CMCBCT, CAA, CSC, SIEP.**
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. **CMCT, CAA.**
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. **CMCT, CAA, CSC.**
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. **CAA, CSC, SIEP.**
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. **CMCT, CAA, CSC.**
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. **CCL, CSC.**
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. **CCL, CD, CAA.**
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. **CMCT, CAA, CSC, SIEP.**
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. **CCL, CD, CAA, CSC, CEC.**
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. **CCL, CD, CAA.**

**BLOQUE DE CONTENIDOS:**

**Bloque 1. Salud y calidad de vida.**

- El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física.
- Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
- Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)

**Bloque 2. Condición física y motriz.**

- Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
- Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices.

**Bloque 3. Juegos y deportes.**

- Juegos predeportivos. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.
- Juegos alternativos
- Juegos cooperativos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.
- Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

**Bloque 4. Expresión corporal.**

- Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento.
- Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas,...

**Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural.**

- Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, etc.
- Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

**ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN:**

**TEORÍA:**

- completar las tareas no realizadas por classroom, trabajo sobre béisbol y baloncesto

**PRÁCTICA**

- test de condición física y deportiva: Test de Cooper, comba, coreografía con aros