

Educación Física. 2º ESO				RELACIÓN ESTÁNDARES - UNIDADES DIDÁCTICAS							
Contenidos	Criterios de evaluación	Comp	Estándares de aprendizaje evaluables	C.F.	Hab. salud. Lesiones I	Juegos de rastreo	Baloncesto	Voleibol	Ex.Cor: Dramatización	Juegos alternativos	
<b>Bloque 1. Salud y calidad de vida</b>											
<input type="checkbox"/> Características de las actividades físicas saludables e incorporación a la vida cotidiana. <input type="checkbox"/> Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud El descanso y la salud. <input type="checkbox"/> <b>Técnicas básicas de respiración y relajación</b> como medio de aliviar tensiones.	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	CMT	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	X							
		CAA	6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.	X							
		CSC	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	X							
<input type="checkbox"/> <b>Fomento y práctica de la higiene</b> y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. <input type="checkbox"/> Prácticas de los fundamentos de la <b>higiene postural</b> en la realización de actividades	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo	CCL	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	X					X		
		CSC	9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	X	X		X	X			
<input type="checkbox"/> <b>El calentamiento general y específico</b> <input type="checkbox"/> <b>Las lesiones.</b> El riesgo potencial de la práctica de actividad física. <input type="checkbox"/> La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva. Análisis de estereotipos <input type="checkbox"/> Uso responsable de las <b>tecnologías de la información</b> y consultar y elaborar documentos digitales propios.	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	CCL	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios	X							
		CD	10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física, utilizando recursos tecnológicos.	X							
		CAA									
		CCL									
		CD									
		CAA									
		CSC									
		CEC									
	11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.										
<b>Bloque 2. Condición física y motriz</b>				C.F.	Hab. salud. Lesiones I	Juegos de rastreo	Baloncesto	Voley	Ex.Cor: Dramatización	Juegos alternativos	
<input type="checkbox"/> Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas <input type="checkbox"/> Indicadores de la intensidad de esfuerzo <input type="checkbox"/> Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz <input type="checkbox"/> Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz <input type="checkbox"/> <b>Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable</b> <input type="checkbox"/> Control de la intensidad de esfuerzo	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud	CMT	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	X					X		
		CAA	4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva	X	X						
		CAA	4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	X							
<input type="checkbox"/> Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.	5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	CMT	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	X							
		CMT	5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	X							
		CAA	5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.		X						
		CAA	5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	X	X						
<b>Bloque 3. Juegos y deportes</b>				C.F.	Hab. salud. Lesiones I	Juegos de rastreo	Baloncesto	Voley	Ex.Cor: Dramatización	Juegos alternativos	

<input type="checkbox"/> Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas	CMT	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.			X	X	X		X
<input type="checkbox"/> <b>Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos</b>		CAA	1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.			X	X	X		X
<input type="checkbox"/> Fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de <b>colaboración, oposición y colaboración-oposición.</b>		CSC	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.			X	X	X		X
<input type="checkbox"/> Las fases del juego en los <b>deportes colectivos.</b>		SIEP	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.			X	X	X		X
<input type="checkbox"/> La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas										
<input type="checkbox"/> Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego	CMT	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.				X	X		X
<input type="checkbox"/> Situaciones reducidas de juego.		CAA	3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.				X	X		X
<input type="checkbox"/> <b>Juegos populares y tradicionales</b>		CSC	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.				X	X		
<input type="checkbox"/> <b>Juegos alternativos y predeportivos.</b>		SIEP								
<input type="checkbox"/> Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante										
<input type="checkbox"/> Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y 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	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.			X	X	X		
<input type="checkbox"/> Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.		CSC	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.				X	X		X
<input type="checkbox"/> Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por		SIEP	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.				X	X		X
<input type="checkbox"/> Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.										
<input type="checkbox"/> Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por										
<b>Bloque 4. Expresión corporal</b>				<b>C.F.</b>	<b>Hab. salud. Lesiones I</b>	<b>Juegos de rastreo</b>	<b>Baloncesto</b>	<b>Voley</b>	<b>Ex. Cor: Dramatización</b>	<b>Juegos alternativos</b>
<input type="checkbox"/> El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y movimiento	2- Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.						X	
<input type="checkbox"/> Juegos de Expresión Corporal: <b>presentación, desinhibición, imitación...</b>		CAA	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.						X	
<input type="checkbox"/> <b>El mimo y el juego dramático.</b>		CSC	2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.						X	
<input type="checkbox"/> Control de la <b>respiración y la relajación</b> en actividades expresivas.		SIEP	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.						X	
<input type="checkbox"/> Los <b>bailes y las danzas. Los bailes tradicionales de Andalucía</b>		CEC								
<input type="checkbox"/> Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de los demás.										
<b>Bloque 5. Actividades físicas en el medio natural</b>				<b>C.F.</b>	<b>Hab. salud. Lesiones I</b>	<b>Juegos de rastreo</b>	<b>Baloncesto</b>	<b>Voley</b>	<b>Ex. Cor: Dramatización</b>	<b>Juegos alternativos</b>
<input type="checkbox"/> 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	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CMCT	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.			X				
<input type="checkbox"/> Técnicas básicas de <b>orientación.</b> Identificación mapa terreno y terreno mapa.		CAA	8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas			X				
<input type="checkbox"/> <b>Recorridos guiados y juegos de pistas.</b>		CSC	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.			X				

<input type="checkbox"/> Práctica de actividades físico-deportivas urbanas; <b>parkour...</b>			
<input type="checkbox"/> Fomento de los desplazamientos activos	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	
<input type="checkbox"/> <b>Normas de seguridad en los desplazamientos</b> a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.		CAA	
		CSC SIEP	



**CCL (Competencia en Comunicación Lingüística)**  
**CMCT (Competencia básicas en ciencia y tecnología)**  
**CD (Competencia Digital)**  
**CAA (Aprender a aprender)**  
**CSC (Competencia Sociales y Cívica)**  
**SIEP (Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprend.)**  
**CEC (Competencia Conciencia y expresiones culturales)**