

CONTENIDOS / SABERES BÁSICOS	SITUACIONES APRENDIZAJE	CRITERIOS EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>Salud física: Diseño de dietas saludables, gestionando de una manera crítica la información publicitaria (supuestos super alimentos, dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Análisis nutricional de los alimentos consumidos. Consolidación de una cultura en materia de educación postural: movimientos, posturas, desequilibrios, corrección, fortalecimiento y estiramientos ante dolores musculares. Profundización en pautas para prevenir y tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</p> <p>Salud social. Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. Estudio de la normativa básica de referencia.</p> <p>Salud mental. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación.</p>	1, 2, 3 y 4	1.1(7%), 1.2(7%), 1.3(7%), 3.1(10%) 3.3(10%)	<p>Registro de participación diaria (30%)</p> <p>Pruebas prácticas (50%)</p> <p>Pruebas teóricas (20%)</p> <p>*En caso de no realizarse alguno de los apartados su parte se repartirá entre las restantes</p>
<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>Elección crítica y justificada de la práctica física: Gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización.</p> <p>Preparación de la práctica motriz: Mantenimiento, reciclado y reparación de material deportivo. Elección de la indumentaria y equipamiento conveniente, aspectos preparatorios, preventivos y de seguridad, capacidades implicadas, apreciación reglamentaria, conciencia táctica, si se requiere, y fundamentos técnicos.</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad. Actuaciones específicas ante accidentes: reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Consolidación del protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar), así como de técnicas específicas para la identificación y actuación en caso de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).</p>	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8 y 10	1.1(7%), 1.3(7%), 1.4(1%) 2.1(15%)	
<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>	5, 6, 7, 8 y 10	1.2(7%) 1.6(1%) 2.1(15%) 3.1(10%)	

<p>Toma de decisiones. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización</p>			
<p>anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición y de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo propio y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.</p> <p>Capacidades condicionales: Reconocimiento y consolidación de las capacidades físicas básicas. Planificación, control y evaluación del entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.</p> <p>Profundización, identificación y corrección de errores en la adquisición de habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: Deportes de red y muro: frontenis, pádel palas o paladós. Deportes de red y muro: fútbol o voleibol. Deportes de bate y campo: béisbol, softbol o rounders. Deportes de invasión: rugby, rugby tag o touch rugby.</p> <p>Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.</p> <p>Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial. Desarrollo de estrategias de adaptación.</p>			
<p>D. Emociones y relaciones sociales.</p> <p>Gestión emocional: Habilidades volitivas y capacidad de superación.</p> <p>Desarrollo de habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</p>	<p>5, 6, 7, 8, 10 y 12</p>	<p>1.5(10%) 3.2(10%) 3,3(10%) 4.2(2%)</p>	
<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <p>Consolidación de los usos comunicativos de la corporalidad, a través de técnicas específicas de expresión corporal como la elaboración de coreografías, etc.</p> <p>Deporte y género: Estereotipos. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.</p>	<p>9 y 12</p>	<p>3.2(10%) 3.3(10%) 4.1(2%) 4.2(2%)</p>	

Influencia del deporte en la cultura actual: Análisis de la relevancia del deporte profesional, así como de su influencia en la cultura actual.			
F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.	3	5.1(1%) 5.2(1%)	

<p>Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.</p> <p>Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano: consolidación de los valores de cuidado y preservación del entorno.</p>			
--	--	--	--