

**4º DE ESO. CRITERIOS DE EVALUACIÓN,
ESTÁNDARES, COMPETENCIAS Y RÚBRICAS**

EDUCACIÓN FÍSICA

<p>Criterio de evaluación</p> <p>1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>			
<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 33, 34, 35</p> <p>COMPETENCIAS: CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC</p>	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Funciones de la Educación Física a lo largo de la historia y sus concepciones actuales. 2. Actividades físicas saludables y no saludables. 3. Identificación de los efectos que provoca la intensidad en la práctica de la actividad física sobre los diferentes sistemas orgánico-funcionales y sobre el estado de salud. 4. Valoración de la aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. 5. Valoración del grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 6. Análisis y puesta en práctica de los diferentes métodos y sistemas para la mejora de sus capacidades físicas básicas. 7. Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de alguna capacidad física: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia previa valoración de su condición física. 8. Toma de conciencia y ajuste de posturas saludables en las actividades físicas-motrices y su transferencia a situaciones cotidianas. 9. Práctica de métodos de relajación y técnicas de respiración como medio para regular su esfuerzo, mejorar su rendimiento y como medio para liberar tensiones y su transferencia a diferentes situaciones escolares y no escolares. 10. Valoración de los efectos que determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo, dopaje...) y actividades físico-motrices tienen en la salud personal y colectiva. 11. Identificación de las aportaciones que una alimentación e hidratación equilibrada proporciona a la mejora del rendimiento en la actividad física. 12. Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados a la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud. 13. Desarrollo de la autoexigencia y la autoconfianza en las actividades físico-motrices. 		

<p>Criterio de evaluación</p> <p>2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>			
<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC</p>	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis y práctica de las estructuras de actividades físicas psicomotrices y sociomotrices con y sin implemento. 2. Aplicación oportuna y eficaz las habilidades específicas y estructurales de las actividades físicas y-deportivas en función de los estímulos y factores presentes en la práctica. 3. Práctica de habilidades específicas, preservando su seguridad. 4. Ajuste corporal en la resolución de problemas motores a partir de diferentes situaciones motrices. 5. Principios estratégicos en la práctica de situaciones cooperativas o competitivas de las diferentes actividades. 6. Práctica de bailes tradicionales de Canarias y de otras culturas. 7. Creación de situaciones expresivas psicomotrices y sociomotrices potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás. 8. Recopilación, clasificación y práctica de juegos y deportes tradicionales Canarios, valorándolos como identificativos de nuestra cultura. 9. Creación de situaciones expresivas individuales y colectivas potenciando las actitudes de apertura y comunicación con los demás. 10. Valoración de la actitud hacia el deporte desde la perspectiva de practicante, espectador y consumidor. 11. Autonomía y transferencia a otros contextos extradeportivos. 		

Criterio de evaluación			
3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno			
Estándares de aprendizaje evaluables relacionados 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 36, 37	Contenidos		
COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC, CEC	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diseño y ejecución de composiciones coreográficas colectivas con o sin base musical de forma individual y colectiva como medio de comunicación y expresión. 2. Responsabilidad y respeto ante la realización de las diferentes tareas. 3. Autonomía en la aplicación de calentamientos generales y específicos previo análisis de la actividad física que se realiza y para la prevención de lesiones 4. Autonomía en la aplicación de la vuelta a la calma en diferentes contextos. 5. Distribución de ejercicios, actividades o tareas de una sesión atendiendo a su intensidad o a su dificultad. 6. Aplicación de algunos protocolos básicos de primeros auxilios a la práctica físico-motriz. 7. Participación activa y respeto a la diversidad en la realización de actividades físico-motrices 8. Emancipación en el uso de los elementos de organización en el desarrollo de las sesiones. 9. Valoración de los fenómenos socioculturales asociados al deporte y posicionamiento ante los mismos. 10. Actitud crítica ante los estereotipos corporales relacionados con la sociedad de consumo (trastornos alimentarios, dopaje, modas...) y sus consecuencias para la salud. 11. Planificación, organización y práctica de actividades físico-motrices o eventos lúdicos, recreativos y deportivos en entornos habituales y no habituales. 12. Toma de conciencia de las repercusiones que las actividades físico-motrices realizadas en el medio natural tienen para la salud y para la conservación del entorno. 13. Uso de los elementos de organización para el desarrollo de las sesiones. 		

<p>Criterio de evaluación</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>			
<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>38, 39, 40</p> <p>COMPETENCIAS: CL, CMCT, CD, AA, CSC, SIEE, CEC</p>	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. 2. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información. 		

RÚBRICA EDUCACIÓN FÍSICA - 4.º CURSO DE ESO

CRITERIO DE EVALUACIÓN	INSUFICIENTE (1/4)	SUFICIENTE/ BIEN (5/6)	NOTABLE (7/8)	SOBRESALIENTE (9/10)	COMPETENCIAS						
					1	2	3	4	5	6	7

<p>1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<p>Rara vez aplica y demuestra con precisión los métodos y sistemas elementales de entrenamiento de las capacidades físicas; así como conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física en un plan de trabajo sobre su resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia, siguiendo instrucciones para el uso adecuado de los factores de carga y de los principios más generales de desarrollo de la condición física, incluyendo con incoherencia ejercicios de tonificación y flexibilidad que compensen los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes, practicando con ineficacia actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando con ingenuidad las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la calidad de vida y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<p>Ocasionalmente aplica y demuestra con precisión los métodos y sistemas elementales de entrenamiento de las capacidades físicas, así como sus conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física en un plan de trabajo sobre su resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia, atendiendo a veces con ayuda al uso adecuado de los factores de carga y de los principios más generales de desarrollo de la condición física, incluyendo cometiendo algunas incoherencia ejercicios de tonificación y flexibilidad que compensen los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes, practicando algunas veces con eficacia actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando con conciencia superficial las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la calidad de vida y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<p>Normalmente aplica y demuestra con precisión los métodos y sistemas elementales de entrenamiento de las capacidades físicas; así como sus conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física en un plan de trabajo sobre su resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia, atendiendo con cierta autonomía al uso adecuado de los factores de carga y de los principios más generales de desarrollo de la condición física, incluyendo con cierta coherencia ejercicios de tonificación y flexibilidad que compensen los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes, practicando con cierta eficacia actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando con deliberación las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la calidad de vida y la seguridad en la práctica de actividad física.</p>	<p>Siempre aplica y demuestra con precisión los métodos y sistemas elementales de entrenamiento de las capacidades físicas, así como sus conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física en un plan de trabajo sobre su resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia, atendiendo de manera autónoma al uso adecuado de los factores de carga y de los principios más generales de desarrollo de la condición física, incluyendo con coherencia ejercicios de tonificación y flexibilidad que compensen los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes, practicando eficazmente actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando consciencia crítica las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la calidad de vida y la seguridad en la práctica de AF</p>	<p>COMPETENCIA LINGÜÍSTICA</p>	<p>COMPETENCIA MATEMÁTICA Y CC.BB. EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA</p>	<p>COMPETENCIA DIGITAL</p>	<p>APRENDER A APRENDER</p>	<p>COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS</p>	<p>SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR</p>	<p>CONSCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES</p>
--	--	---	--	---	--------------------------------	--	----------------------------	----------------------------	--	---	---

<p>2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>	<p>Nunca resuelve con eficacia los problemas en situaciones motrices lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas interpretando con dificultad la percepción de estímulos y en la producción y aplicación, en condiciones reales o adaptadas, de las habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas en entornos estables como no estables así como de los fundamentos técnicos, reglamentarios. Colabora mostrando desinterés en la composición y presentación de montajes individuales y colectivos Asimismo, con ingenuidad acepta el nivel de ejecución conseguido en las distintas actividades fisicomotrices y lo valora como punto de partida para la autoexigencia y mejora.</p>	<p>Resuelve ocasionalmente con eficacia los problemas en situaciones motrices lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas interpretando sin dificultad destacable la percepción de estímulos y en la producción y aplicación, en condiciones reales o adaptadas, de las habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas en entornos estables como no estables así como de los fundamentos técnicos, reglamentarios. Valora y colabora con interés inconstante la composición y presentación de montajes individuales y colectivos Asimismo, con conciencia superficial acepta el nivel de ejecución conseguido en las distintas actividades fisicomotrices y lo valora como punto de partida para la autoexigencia y mejora.</p>	<p>Resuelve normalmente con eficacia los problemas en situaciones motrices lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas interpretando con fluidez la percepción de estímulos y en la producción y aplicación, en condiciones reales o adaptadas, de las habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas en entornos estables como no estables así como de los fundamentos técnicos, reglamentarios. Valora y colabora con interés constante la composición y presentación de montajes individuales y colectivos Asimismo, con deliberación acepta el nivel de ejecución conseguido en las distintas actividades fisicomotrices y lo valora como punto de partida para la autoexigencia y mejora.</p>	<p>Resuelve siempre con eficacia los problemas en situaciones motrices lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas interpretando con fluidez destacable la percepción de estímulos y en la producción y aplicación, en condiciones reales o adaptadas, de las habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas en entornos estables como no estables así como de los fundamentos técnicos, reglamentarios. Valora y colabora con interés y dedicación constante en la composición y presentación de montajes individuales y colectivos Asimismo, con conciencia crítica acepta el nivel de ejecución conseguido en las distintas actividades fisicomotrices y lo valora como punto de partida para la autoexigencia y mejora.</p>	<p>COMPETENCIA LINGÜÍSTICA</p>	<p>COMPETENCIA MATEMÁTICA Y CC.BB. EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA</p>	<p>COMPETENCIA DIGITAL</p>	<p>APRENDER A APRENDER</p>	<p>COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS</p>	<p>SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR</p>	<p>CONSCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES</p>
--	---	--	---	--	--------------------------------	--	----------------------------	----------------------------	--	---	---

<p>3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p>Colabora si se le indica de manera repetida e inequívoca y no cumple con eficiencia el rol asignado en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, previendo posibles desajustes del plan. Rara vez colabora con los miembros del equipo en la asunción de funciones y respeta los puntos de vista y aportaciones en los trabajos de grupo. Valora con algunos errores sin importancia los elementos estructurales que definen al deporte y ofrece posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p>Colabora si se le sugiere y cumple con poca eficiencia el rol asignado en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, previendo posibles desajustes del plan. Ocasionalmente colabora con los miembros del equipo en la asunción de funciones y respeta los puntos de vista y aportaciones en los trabajos de grupo. Valora con algunos errores sin importancia los elementos estructurales que definen al deporte y ofrece posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p>Casi siempre colabora por iniciativa propia y cumple con eficiencia el rol asignado en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, previendo posibles desajustes del plan. Normalmente colabora con los miembros del equipo en la asunción de funciones y respeta los puntos de vista y aportaciones en los trabajos de grupo. Valora con cierta corrección los elementos estructurales que definen al deporte y ofrece posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p>Colabora por iniciativa propia y cumple con eficiencia el rol asignado en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, previendo posibles desajustes del plan. Siempre colabora con los miembros del equipo en la asunción de funciones y respeta los puntos de vista y aportaciones en los trabajos de grupo. Valora correctamente los elementos estructurales que definen al deporte y ofrece posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>	<p>COMPETENCIA LINGÜÍSTICA</p>	<p>COMPETENCIA MATEMÁTICA Y CC.BB. EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA</p>	<p>COMPETENCIA DIGITAL</p>	<p>APRENDER A APRENDER</p>	<p>COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS</p>	<p>SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR</p>	<p>CONSCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES</p>
--	--	---	--	--	--------------------------------	--	----------------------------	----------------------------	--	---	---

<p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	<p>Emplea con un manejo muy básico, copiando modelos y usando tópicos las tecnologías de la información y la comunicación desde distintos dispositivos con la finalidad combinar el aprendizaje formal con su entorno personal de aprendizaje. Con todo ello amplía su aprendizaje con ingenuidad desde la práctica de actividades físico-saludables y situaciones motrices que se le planteen, así como desde la organización de eventos. Para ello</p>	<p>Emplea, como usuario básico, siguiendo algunas pautas y con orientaciones, y con pocas aportaciones creativas las tecnologías de la información y la comunicación desde distintos dispositivos con la finalidad combinar el aprendizaje formal con su entorno personal de aprendizaje. Con todo ello, amplía su aprendizaje con conciencia superficial desde la práctica de actividades físico-saludables y situaciones motrices que se le planteen, así como desde la organización de eventos.</p>	<p>Emplea con dominio eficaz, siguiendo algunas pautas y generalmente sin ayuda, y con cierta creatividad las tecnologías de la información y la comunicación desde distintos dispositivos con la finalidad combinar el aprendizaje formal con su entorno personal de aprendizaje. Con todo ello amplía su aprendizaje con deliberación desde la práctica de actividades físico-saludables y situaciones motrices que se le planteen, así como desde la organización de eventos.</p>	<p>Emplea con versatilidad y dominio ágil, autonomía e intención creativa las tecnologías de la información y la comunicación desde distintos dispositivos con la finalidad combinar el aprendizaje formal con su entorno personal de aprendizaje. Con todo ello, amplía su aprendizaje con conciencia crítica desde la práctica de actividades físico-saludables y situaciones motrices que se le planteen, así como desde la organización de eventos.</p>	<p>COMPETENCIA LINGÜÍSTICA</p>	<p>COMPETENCIA MATEMÁTICA Y CC.BB. EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA</p>	<p>COMPETENCIA DIGITAL</p>	<p>APRENDER A APRENDER</p>	<p>COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS</p>	<p>SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR</p>	<p>CONSCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES</p>
---	---	---	--	--	--------------------------------	--	----------------------------	----------------------------	--	---	---

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

4.º Educación Secundaria Obligatoria

1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
4. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
5. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
6. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
7. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
8. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

9. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
10. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
11. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.
12. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.
13. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.
14. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.
15. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.
16. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.
17. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

18. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
19. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.
20. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.
21. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.
22. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.
23. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.
24. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.
25. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.
26. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

27. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.
28. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.
29. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.
30. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.
31. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.
32. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
33. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.
34. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.
35. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.
36. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.
37. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

38. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.
39. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.
40. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Para la evaluación de la asignatura de Educación Física se tendrán en cuenta los criterios de evaluación, establecidos en el currículum de la Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato para los diferentes niveles, así como los estándares de aprendizaje -primer ciclo de la ESO, 4º de ESO y 1º de Bachillerato- y rúbricas que la administración educativa incluye en aquellos.

Para concretar y materializar lo anteriormente expuesto, y en función de los diferentes contenidos que se trabajen en las diversas unidades, se diseñarán y aplicarán los instrumentos de evaluación que se consideren más oportunos y que podrán ir desde la observación directa, listas de control, pruebas prácticas y escritas, presentación de trabajos prácticos y escritos elaborados de manera individual o grupal que permitan evaluar los productos deseados, cada uno de los cuales tendrá un peso específico en la nota global del alumno. La calificación, en este sentido, será el resultado de la media ponderada de todos los productos objeto de evaluación y se reflejará en valor numérico de 1 a 10 en el boletín de notas

Se procurará, en todo caso, mantener un equilibrio entre los aspectos teóricos, prácticos y actitudinales contemplados en los criterios, para que la evaluación sea integral e incluya los contenidos y competencias propios de la asignatura.

La posibilidad de incluir prácticamente todos los criterios de evaluación –o aspectos parciales de los mismos- en las diversas unidades de programación, en mayor o menor medida, nos permitirá llevar una evaluación continua del nivel de aprendizaje por parte del alumno a lo largo del curso. De esta manera, la evaluación se adaptará mejor a los diferentes ritmos que encontramos entre los alumnos.