

EDUCACIÓ FÍSICA

CE1. Identificar i incorporar hàbits saludables bàsics en la vida quotidiana, desenvolupant un estil de vida actiu, a través de l'activitat física regular i adequada.

2n CICLE				3r CICLE	
1r	2n	3r	4t	5è	6è
1.1. Incorporar hàbits saludables relacionats amb l'activitat física i l'alimentació que contribueixen a la millora de la salut física, mental i emocional, identificant els principals efectes negatius d'una dieta desequilibrada.				1.1. Adoptar hàbits saludables relacionats amb l'activitat física, l'alimentació i la higiene postural que contribueixen a la millora de la salut física, mental i emocional, reconeixent els efectes negatius del sedentarisme i les conductes nocives i valorant els beneficis que aporta un estil de vida actiu.	
Conèixer la piràmide alimentària i la seua importància en la salut	Hidratar-se correctament durant la sessió d'EF.	Diferenciar entre un esmorzar saludable o no saludable.	Assolir uns hàbits alimentaris diaris saludables.	Saber fer un planning setmanal d'exercici saludable.	Seleccionar aliments tenint en compte la informació de les etiquetes.
1.2. Incorporar progressivament mesures d'higiene postural i de precaució i prevenció d'accidents.				1.2. Adoptar mesures de precaució i prevenció d'accidents així com protocols d'actuació davant dels accidents.	
Conèixer i respectar les normes establides dins de l'àrea i les activitats a realitzar durant les classes.				Posar en pràctica les nocions bàsiques per mantenir la salut de l'esquena.	Saber realitzar primers auxilis bàsics.
1.3. Executar les fases d'activació i tornada a la calma relacionades amb la condició física, a través de rutines en les activitats físiques quotidianes.				1.3. Incorporar autònomament les fases d'activació i tornada a la calma en diferents propostes d'activitat física, relacionant-les amb la condició física i interioritzant aquestes rutines com un hàbit de pràctica motriu saludable i responsable.	
Realitzar jocs d'escalfament i tornada a la calma.	Realitzar jocs d'escalfament i tornada a la calma.	Realitzar jocs d'escalfament incloent la mobilitat articular. Conèixer dos postures bàsiques	Realitzar jocs d'escalfament incloent la mobilitat articular. Conèixer dos postures bàsiques	Realitzar jocs d'escalfament incloent la mobilitat articular. Practicar els diferents tipus de	Realitzar jocs d'escalfament incloent la mobilitat articular. Conèixer estiraments dels grans

		de ioga.	de ioga.	respiració.	grups musculars.
1.4.1.4. Iniciar-se en l'hàbit de practicar activitat física, a través de la realització de rutines bàsiques d'exercicis i jocs que fomenten l'autoconeixement i una harmoniosa interacció.				1.4. Practicar activitat física de forma regular, a través de la realització de rutines d'exercicis, jocs o pràctiques preesportives en situacions individuals i col·lectives que fomenten una harmoniosa interacció i convivència.	
Realitzar reptes i desafiaments motrius acceptant i respectants les possibilitats i limitacions pròpies i de la resta.				Realitzar reptes i desafiaments motrius acceptant i respectants les possibilitats i limitacions pròpies i de la resta. Conèixer les limitacions individuals i plantejar un repte per a superar-les.	

EDUCACIÓ FÍSICA

CE2: Mostrar consciència i control dels elements fonamentals de la corporalitat en la resolució de situacions motrius variades.

2n CICLE				3r CICLE	
1r	2n	3r	4t	5è	6è
2.1. Prendre consciència de la corporalitat amb les possibilitats i limitacions, en diferents situacions motrius individuals i en convivència, mostrant una disposició positiva cap a la pràctica física.				2.1. Reconèixer i acceptar la corporalitat, valorant i respectant les possibilitats i limitacions personals i alienes, a través de la participació i la resolució de reptes i situacions motrius individuals i en convivència que impliquen esforç, autoregulació i gestió de les emocions.	
Mostra una actitud positiva i de disposició cap a la pràctica física, participant activament i amb entusiasme en les activitats	Manifesta una actitud positiva, de respecte i col·laboració envers els altres durant les activitats físiques, mostrant interès per a treballar en equip i fomentant un clima de convivència harmonios.	Mostra una actitud positiva i de perseverança enfront dels desafiaments, demostrant una predisposició a assumir nous rols i responsabilitats en els treballs en grup, i col·laborant activament amb els altres.	Manté una actitud positiva, d'autoconfiança i d'empatia cap als altres durant les activitats físiques, demostrant una capacitat de lideratge i una disposició a ajudar i motivar els seus companys de manera positiva.	Demostra una presa de consciència més profunda de la seva corporalitat, reconeixent i acceptant les seves pròpies possibilitats i limitacions en diferents situacions motrius individuals i en convivència, així com valorant i respectant les possibilitats i limitacions dels altres.	Participa activament en activitats que impliquen reptes i situacions motrius, mostrant un compromís amb l'esforç, l'autoregulació i la gestió de les emocions, demostrant una actitud positiva.

2.2. Identificar els principals elements anatòmics i funcionals implicats en el moviment, en situacions motrius habituals.				2.2. Relacionar els principals elements anatòmics i funcionals implicats en el moviment i l'activitat física, en situacions motrius transferibles al seu espai vivencial.	
Identifica i nomena algunes parts del cos humà relacionades amb el moviment, com ara les mans, les cames i el cap.	Identifica i nomena diverses parts del cos humà relacionades amb el moviment, com ara els braços, les cames, l'esquena i el tronc, en situacions motrius habituals.	Comprén de manera més detallada el funcionament dels músculs, les articulacions i els ossos, relacionant-los amb el moviment i identificant-ne les seues funcions bàsiques.	Conéix de manera més avançada el funcionament dels músculs, les articulacions i els ossos, relacionant-los amb el moviment i reconeixent-ne les funcions específiques en activitats físiques diverses.	Relaciona els principals elements anatòmics implicats en el moviment i l'activitat física, com ara els ossos, músculs i articulacions, amb les situacions motrius que experimenta en el seu entorn.	Conéix de manera més profunda les funcions del sistema muscular, el sistema locomotor i altres sistemes relacionats amb el moviment,
2.3. Mostrar un progressiu control corporal adequat a diferents contextos i situacions motrius.				2.3. Adquirir un domini i control corporal adequat, adaptant-se a les demandes de la resolució de problemes en situacions motrius variades.	
Mostra un control corporal inicial adequat en les activitats motrius bàsiques, com ara caminar, córrer i saltar, adaptant-se als diferents contextos i situacions motrius.	Demostra un control corporal més precís i coordinat en una àmplia gamma d'activitats motrius, adaptant-se als diferents contextos i situacions de moviment amb més fluïdesa i precisió.	Aplica habilitats motrius més complexes en situacions motrius desafiantes, mostrant un control corporal adequat, una adaptació eficient i una progressió en la resolució de tasques motrius més exigents.	Utilitza habilitats motrius avançades per a afrontar reptes motrius més complexos i situacions motrius variades, mostrant un control corporal adequat i una capacitat per a adaptar-se i resoldre situacions motrius desafiantes.	Demostra un domini i control corporal avançat en una àmplia gamma de situacions motrius, adaptant-se de manera eficaç a les demandes específiques de resolució de problemes plantejats.	Utilitza habilitats motrius avançades de manera eficient i precisa per a abordar reptes motrius exigents, demostrant un control corporal òptim i una capacitat per a adaptar-se i resoldre situacions motrius desafiantes de manera eficaç.

EDUCACIÓ FÍSICA

CE 3: Resoldre reptes i situacions motrius fent ús de les capacitats físiques, perceptivomotrius i les habilitats motrius en diferents contextos de la vida quotidiana a través de l'activitat física i el joc.

2n CICLE				3r CICLE	
1r	2n	3r	4t	5è	6è
3.1. Executar desplaçaments, salts, girs i altres accions motrius de manera coordinada, facilitant el desenvolupament motriu en situacions controlades de joc i activitat física en entorns estables i coneguts, respectant el treball en equip.				3.1. Combinar diferents habilitats motrius bàsiques i específiques a través de la participació activa en situacions de joc en entorns variats i variables, fomentant la tolerància i el treball en equip.	

Executa desplaçaments bàsics com córrer, saltar i caminar de manera coordinada en situacions de joc i activitat física, en entorns estables i coneguts, respectant el treball en equip amb els companys.	Realitza accions motrius més elaborades com girar amb control, realitzar salts amb dificultat i llançar amb precisió en situacions controlades de joc i activitat física, demostrant una coordinació i desenvolupament motriu millorats.	Realitza accions motrius més complexes com girar amb fluïdesa, realitzar salts amb precisió i llançar amb control en situacions controlades de joc i activitat física.	Executa desplaçaments amb habilitat, com córrer amb velocitat i canvis de direcció, saltar amb agilitat i caminar en equilibri en situacions de joc i activitat física, en entorns estables i coneguts, respectant el treball en equip amb els companys.	Participa activament i de manera cooperativa en les activitats de joc, mostrant tolerància cap als altres jugadors i fomentant el treball en equip mitjançant la comunicació i la col·laboració efectiva.	Combina de manera avançada i creativa diferents habilitats motrius bàsiques i específiques, utilitzant estratègies i tàctiques adequades en situacions de joc en entorns variats i variables, demostrant un control precís i una coordinació motriu desenvolupada.
3.2. Desenvolupar habilitats socials inclusives en les pràctiques motrius amb localització dels estereotips i amb resolució de conflictes individuals i col·lectius de forma dialogada i justa.			3.2. Conviure en el context de les pràctiques motrius, mostrant habilitats socials per a la davant de la diversitat de gènere, afectivosexual, ètnica, socioeconòmica o de competència motriu; amb una actitud crítica cap als estereotips.		
Demostra habilitats socials bàsiques en les pràctiques motrius, com ara compartir i col·laborar amb els altres estudiants, respectant les diferències i evitant l'ús d'estereotips.	Exhibeix habilitats socials més avançades en les pràctiques motrius, com ara cooperar de manera eficaç amb els altres companys, demostrant respecte i empatia cap a les seves diferències individuals i evitant prejudicis i estereotips.	Resol conflictes individuals i col·lectius de forma dialogada i justa, utilitzant estratègies de negociació, mediació i resolució de conflictes per a arribar a solucions pacífiques, equitatives i cooperatives en les situacions motrius.	Demostra habilitats socials inclusives avançades en les pràctiques motrius, com ara promoure la participació i l'acceptació de tots els estudiants, respectant la diversitat i treballant col·lectivament amb justícia i igualtat, superant estereotips i discriminació.	Desenvolupa una actitud crítica cap als estereotips existents en les pràctiques motrius, demostrant una consciència i una comprensió de la importància de la igualtat i la inclusió en aquests contextos.	Demostra habilitats socials avançades per a conviure de manera inclusiva en el context de les pràctiques motrius, mostrant respecte, acceptació i tolerància cap a la diversitat de gènere, afectivosexual, ètnica, socioeconòmica o de competència motriu, i evitant estereotips i prejudicis.
3.3. Experimentar reptes motrius senzills que impliquen les capacitats físiques bàsiques a través de situacions motrius controlades i jocs.			3.3. Resoldre desafiaments motrius mitjançant exercicis, jocs i accions encaminades a la millora de la condició física i adaptant l'esforç a l'activitat física de manera conscient.		
Experimenta reptes motrius senzills, com ara saltar per sobre d'obstacles baixos, córrer en una línia recta o equilibrar-se en una base estreta, a través de situacions motrius controlades i jocs, demostrant una participació activa i un esforç per a superar-los.	Aplica les seves capacitats físiques bàsiques de manera més precisa i coordinada en els reptes motrius, demostrant una millora en el seu control corporal i una capacitat per a adaptar-se a les demandes específiques de cada situació.	Participa en reptes motrius més desafiants, com ara saltar amb precisió en un circuit d'obstacles, córrer amb canvis de direcció ràpids o realitzar equilibris en superfícies inestables amb moviments simultanis, a través de situacions motrius controlades i jocs, demostrant una actitud decidida i una perseverança en l'afrontament dels reptes.	Aplica les seves capacitats físiques bàsiques de manera eficaç i precisa en els reptes motrius més exigents, demostrant una coordinació motriu avançada, una adaptació efectiva a les demandes específiques i una capacitat per a resoldre situacions motrius desafiants.	Demostra una comprensió i aplicació adequada dels principis d'entrenament físic, com ara l'adaptabilitat de l'esforç, el control del ritme cardíac i la gestió de la fatiga, en la resolució dels desafiaments motrius relacionats amb la millora de la condició física.	Aplica de forma efectiva els principis d'entrenament físic, com ara la variabilitat de l'esforç, la recuperació adequada i l'autoavaluació del rendiment, en la resolució dels desafiaments motrius relacionats amb la millora de la condició física.
3.4. Aplicar fonaments bàsics d'estratègia i cooperació en situacions concretes de joc, identificant els principals valors socials i culturals associats als jocs.			3.4. Integrar fonaments tècnics, tàctics, d'estratègia i cooperació, adoptant els valors socials i culturals a través de la participació activa en jocs i activitats		

preesportives.					
Demostra cooperació en les situacions de joc, mostrant una disposició a treballar en equip, respectant les normes i els altres jugadors, i identificant valors socials com la solidaritat i l'espera del torn.	És capaç de cooperar en les situacions de joc, col·laborant amb els altres jugadors, prenent decisions conjuntes i identificant valors socials com la justícia i la igualtat en el joc.	Aplica fonaments d'estratègia més elaborats en situacions de joc, com ara planificar i executar estratègies amb un objectiu específic, tenint en compte les accions dels altres jugadors.	Resol fonaments d'estratègia més complexes en situacions de joc, utilitzant tàctiques avançades per a assolir objectius específics i anticipant-se a les accions dels altres jugadors.	Integra fonaments tècnics, com ara tècniques de llançament, passada o control, en situacions de joc i activitats preesportives, utilitzant-les de manera adequada i precisa en relació amb les demandes específiques del joc.	Aplica fonaments tàctics més complexos, com ara l'anticipació de jugades, la presa de decisions ràpides i l'adaptació a les dinàmiques de joc, demostrant una comprensió i una aplicació avançada de les estratègies, i adoptant els valors socials i culturals com la solidaritat i la cooperació durant la participació.

EDUCACIÓ FÍSICA

CE 4: Participar en l'execució de propostes artisticoexpressives amb aportacions estètiques i creatives pròpies de la cultura motriu a través de la utilització dels recursos expressius bàsics del cos i el moviment.

2n CICLE				3r CICLE	
1r	2n	3r	4t	5è	6è
4.1. Explorar les possibilitats comunicatives del llenguatge corporal, participant en dinàmiques guiades d'iniciació a propostes escèniques, coreogràfiques, balls i danses.				4.1. Aplicar recursos expressius i tècniques del cos comunicatiu en propostes escèniques, coreogràfiques, balls i danses, desenvolupant la sensibilitat creativa expressiva i artística, així com l'escolta activa.	
Participa activament en activitats d'iniciació a balls i danses, seguint les indicacions de l'educador i adaptant-se als moviments i ritmes bàsics.	Experimenta i utilitza les possibilitats comunicatives del llenguatge corporal en dinàmiques guiades, com ara interpretar personatges o situacions a través dels moviments.	Explora i expressa de manera més creativa i autònoma les possibilitats comunicatives del llenguatge corporal en dinàmiques guiades, com ara crear i representar petites escenes amb un llenguatge no verbal més complex.	Participa activament i amb més destresa en activitats de ball i dansa, demostrant una millora en la precisió, la coordinació i l'expressió dels moviments.	Aplica recursos expressius del cos comunicatiu, com ara gestualitat, postures i moviments, en propostes escèniques, coreogràfiques, balls i danses, demostrant una comprensió i una aplicació adequada dels recursos expressius en la transmissió de missatges i emocions.	Desenvolupa de manera més avançada la sensibilitat creativa expressiva i artística, expressant-se amb fluïdesa i expressivitat en les propostes escèniques, coreogràfiques, balls i danses.
4.2. Executar moviments creatius i expressius amb progressiva desinhibició, enriquint la seua identitat emocional i personal, a través de representacions individuals i/o grupals senzilles.				4.2. Crear moviments i composicions expressives amb i sense suport musical, comunicant sensacions,	

				emocions i idees de forma creativa i desinhibida, desenvolupant l'autoconfiança des de l'ús dels recursos rítmics i expressius de la motricitat.	
Executa moviments creatius i expressius senzills utilitzant el cos per a expressar emocions i idees de manera personal, en representacions individuals o grupals senzilles.	Executa moviments creatius i expressius més elaborats amb desinhibició progressiva, utilitzant el cos per a expressar emocions i idees amb més detall i precisió, en representacions individuals o grupals senzilles.	Enriqueix la seua identitat emocional i personal a través de l'expressió corporal més sofisticada, demostrant una major capacitat per a interpretar i comunicar les seues emocions i experiències a través del moviment.	És capaç de desenvolpar la seua identitat emocional i personal a través de l'expressió corporal més madura, demostrant una major confiança i autenticitat en la seua expressió i comunicació a través del moviment.	Crea moviments i composicions expressives amb i sense suport musical, utilitzant recursos rítmics i expressius de la motricitat per a comunicar sensacions, emocions i idees de forma creativa i desinhibida.	Desenvolupa una autoconfiança més avançada en la seua capacitat per a crear i expressar-se a través del moviment.
4.3. Participar activament en muntatges artístics senzills i guiats, fent ús dels recursos expressius del cos i del moviment.				4.3. Organitzar i dissenyar projectes artístics col·lectius, aplicant els recursos expressius del cos i del moviment.	
Col·labora de manera positiva amb els companys durant els muntatges artístics, mostrant una actitud oberta i una disposició a treballar en equip.	Participa activament en muntatges artístics senzills i guiats, fent ús de recursos expressius més desenvolupats del cos i del moviment.	Participa de manera activa i creativa amb els companys durant els muntatges artístics, mostrant una capacitat per a generar idees i aportar solucions, així com una actitud d'escolta i acceptació de les propostes dels altres.	Aplica els seus coneixements activament en muntatges artístics senzills i guiats, fent ús dels recursos expressius del cos i del moviment amb fluïdesa i expressivitat	Col·labora activament amb els companys en l'organització i el desenvolupament dels projectes artístics, mostrant una capacitat per a generar i compartir idee	Organitza i dissenya projectes artístics col·lectius, aplicant els recursos expressius del cos i del moviment amb creativitat.

EDUCACIÓ FÍSICA

CE 5: Participar activament en l'exploració del patrimoni natural i cultural de l'entorn, a través d'activitats físiques i artísticopressives guiades, adoptant mesures de responsabilitat individuals i col·lectives que afavorisquen la pràctica segura i respectuosa amb el medi.

2n CICLE				3r CICLE	
1r	2n	3r	4t	5è	6è
5.1. Dur a terme activitats físiques i artísticopressives en el medi natural i/o entorns no habituals de manera guiada i controlada, coneixent les tècniques adequades.				5.1. Participar en l'organització i realització d'activitats físiques i artísticopressives en el medi natural o entorns no habituals, aplicant de manera autònoma les tècniques adequades.	

<p>Participar en el dia de rodes. Realitzar jocs en l'entorn prop del centre. Participar en la cursa solàrdia.</p>		<p>Participar de manera adequada a l'activitat Aula ciclista. Realitzar jocs en l'entorn prop del centre. Participar en la cursa solidària.</p>
<p>5.2. Identificar mesures de seguretat i accions per a la conservació del medi mitjançant la participació en les activitats inclusives en l'entorn.</p>		<p>5.2. Aplicar mesures de seguretat i accions per a la conservació del medi i la sostenibilitat en les activitats en l'entorn, col·laborant en la seua organització amb perspectiva inclusiva.</p>
<p>Mostrar actitud responsable a l'activitat del plogging.</p>		<p>Mostrar actitud responsable a l'activitat del plogging.</p>
<p>5.3. Participar en activitats físiques i artísticoadressives per al coneixement del patrimoni natural i cultural pròxim a través d'activitats guiades en l'entorn.</p>		<p>5.3. Reconéixer i valorar el patrimoni natural i cultural pròxim a través d'activitats físiques i artísticoadressives en l'entorn i des d'una perspectiva comunitària i crítica.</p>
<p>Realitzar jocs populars de l'entorn al medi natural.</p>	<p>Realitzar un recorregut guiat per una persona autòctona per l'entorn i trobar les plantes y punts comentats en la xarrada. Realitzar jocs populars de l'entorn al medi natural.</p>	<p>Realitzar un recorregut guiat junt a alumnes de l'institut complimentant els ítems demanats en l'activitat. Realitzar jocs populars de l'entorn al medi natural.</p>

EDUCACIÓ FÍSICA

CE 6: Identificar i explorar recursos tecnològics relacionats amb l'activitat física i la salut, utilitzant-los de manera responsable i segura, sota la supervisió de l'entorn familiar i escolar.

2n CICLE				3r CICLE	
1r	2n	3r	4t	5è	6è
<p>6.1. Experimentar amb recursos tecnològics senzills relacionats amb l'activitat física i la salut, en situacions motrius.</p>				<p>6.1. Aplicar recursos tecnològics relacionant-los amb l'activitat física i la salut a través de la resolució de problemes en situacions motrius.</p>	

				Conéixer l'ús de l'Strava per treballar la resistència.	
6.2. Fer ús de manera guiada d'algunes aplicacions tecnològiques vinculades a reptes motrius, jocs i preesports, identificant els beneficis i riscos.				6.2. Seleccionar i explorar diferents aplicacions tecnològiques relacionades amb l'activitat física i la salut, vinculades a reptes motrius, jocs i preesports, valorant els beneficis i riscos.	
					Dissenyar una ruta de senderisme per l'entorn utilitzant el GPS.
6.3. Participar en diferents propostes físiques i artísticoadjectives de manera guiada, fent ús de la tecnologia i coneixent els nous escenaris de comunicació i aprenentatge.				6.3. Utilitzar la tecnologia de forma crítica, responsable i guiada en diferents dispositius, a través de propostes físiques i artísticoadjectives, integrant les possibilitats dels nous escenaris de comunicació i aprenentatge.	
		Grabar en video les coreografies creades o danses practicades i fer-se una autoavaluació.		Grabar en video la composició final d'acrosport.	