

Nombre alumno:		Grupo:	
INDICADORES COMPETENCIALES - EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACH		SÍ	NO
CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	Evalúa su nivel inicial de condición física mediante pruebas básicas (resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad)		
	Aplica principios básicos del entrenamiento para la mejora de la salud		
	Reconoce los beneficios de la práctica regular de actividad física sobre la salud física y mental		
	Identifica riesgos del sedentarismo y hábitos poco saludables		
	Integra rutinas de calentamiento y recuperación en sus prácticas deportivas		
HABILIDADES MOTRICES Y TÉCNICO-TÁCTICAS	Demuestra destrezas básicas en diferentes deportes individuales y colectivos		
	Aplica estrategias técnico-tácticas en situaciones de juego real		
	Muestra control postural y coordinación en actividades motrices complejas		
	Se adapta a diferentes roles dentro de la práctica deportiva (jugador, árbitro, observador)		
	Utiliza correctamente materiales y espacios deportivos con seguridad		
EXPRESIÓN CORPORAL Y COMUNICACIÓN	Utiliza el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa		
	Participa en actividades rítmicas, de danza o expresión corporal		
	Coordina movimientos en grupo atendiendo al ritmo y la música		

INDICADORES COMPETENCIALES - EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACH		SÍ	NO
	Reconoce la importancia del lenguaje corporal en la comunicación no verbal		
	Valora la expresión corporal como manifestación cultural y artística		
ACTIVIDAD FÍSICA Y MEDIO NATURAL	Participa en actividades físicas en el medio natural (senderismo, orientación, ciclismo, juegos de aventura)		
	Respeto y cuida el entorno durante las prácticas al aire libre		
	Aplica normas básicas de seguridad en entornos naturales		
	Reconoce el valor educativo y recreativo de las actividades al aire libre		
	Integra la sostenibilidad en la práctica de actividad física en la naturaleza		
COMPETENCIAS SOCIALES Y ACTITUDINALES	Trabaja en equipo mostrando cooperación, respeto y deportividad		
	Acepta roles y responsabilidades dentro de la práctica deportiva		
	Respeto las normas del juego y la figura del árbitro		
	Gestiona de forma constructiva el éxito y la frustración en la práctica deportiva		
	Muestra constancia, esfuerzo y actitud positiva en las actividades físicas		