



D7. COMPETENCIA MOTRIZ (pg. 146)

Definición

Afrontar de forma autónoma, crítica, creativa y expresiva las diversas situaciones del ámbito motor relacionadas consigo mismo y con los demás, así como con el entorno físico y cultural, integrando los conocimientos, los procedimientos y las actitudes que contribuyen al desarrollo del comportamiento motor, para adquirir los hábitos de la práctica de actividades físicas y deportivas que ayuden a la consecución del bienestar integral mediante un estilo de vida saludable

Componentes

La competencia básica motriz se desglosa en los siguientes componentes:

1. Desarrollar las capacidades y habilidades físicas que facilitan un comportamiento motor autónomo mediante la práctica habitual, tanto individual como colectiva, de actividades físicas, lúdicas y deportivas que garanticen el bienestar personal y social.
2. Utilizar el comportamiento motor como medio para afirmar la propia identidad cultural y los valores del país, y para aprender a aceptar y apreciar la intraculturalidad e interculturalidad existentes.
3. Utilizar el cuerpo de forma espontánea o intencionada como medio de comunicación y expresión creativa, afectiva y comprensiva.
4. Integrar en la vida cotidiana de forma consciente la actividad física, en cualquiera de sus expresiones, como un elemento indispensable para el cuidado y la mejora de la salud en su integridad y el disfrute de una vida equilibrada, identificando todos los aspectos extrínsecos e intrínsecos vinculados a la misma.

Caracterización de la competencia motriz y materias que engloba

El enfoque pedagógico por competencias básicas sitúa a la persona como objeto de la acción educativa, por lo que también en la Educación Física debemos tomar esta perspectiva, ya que lo realmente educable es la persona en su totalidad.

La competencia motriz contribuye al desarrollo de todas las competencias básicas mediante el desarrollo de las capacidades y habilidades físicas, la utilización del comportamiento motor como medio para afirmar la propia identidad cultural y los valores del país, la utilización del cuerpo como medio de comunicación y expresión y la integración en la vida cotidiana de la actividad física para la mejora de la salud.

El cuerpo en sus múltiples dimensiones y el comportamiento motor autónomo dotado de significación son los ejes básicos en los que se centra el desarrollo de esta competencia. Los contenidos educativos estarán orientados a adquirir, manejar y desarrollar los conocimientos, procedimientos y actitudes que, por un lado, faciliten la participación emancipada y satisfactoria de la cultura del movimiento, así como, el acceso a una vida activa y saludable alejada de estereotipos y discriminaciones de cualquier tipo y por otro lado, contribuyan al bienestar psicosocial y la mejora de la



interacción y las relaciones con las personas y el entorno en los diferentes ámbitos de la vida.

Quien actúa en una actividad física debe percibir la información de su entorno, analizarla desde su propia subjetividad y experiencia, tomar una decisión adecuada a la situación y al contexto social en el que se encuentra e intentar llevarla a cabo. A su vez, debe adaptarse constantemente a los cambios que se van produciendo en el transcurso de la acción.

Tenemos que tener en cuenta que estas actividades físicas son en sí mismas manifestaciones culturales, surgidas, creadas y desarrolladas en culturas concretas e impregnadas de los valores y de los ideales de dichas culturas. Desde este punto de vista, las actividades físicas forman parte de la cultura física de la sociedad y reflejan los distintos modelos de comportamiento de dicha cultura.

Las prácticas físicas están presentes en la sociedad en diferentes ámbitos como el de la salud, el ocio y la recreación, los ritos culturales, el mundo del espectáculo, los medios de comunicación, o la educación (formal e informal). Todas estas prácticas forman parte del patrimonio motor y cultural de nuestra sociedad por lo cual es importante preservar la diversidad y la riqueza de dichas prácticas. Esta diversidad no se refiere solamente a las diferentes situaciones y contextos en los que podríamos englobar las actividades físicas, sino también a las características sociales de las mismas. Las características de sus participantes, del lugar o el momento en el que se practican, de los productos asociados a la práctica y del consumo de los mismos, etc. son también aspectos que se deben tener en cuenta a la hora de analizar dichas prácticas.

El carácter lúdico, vivencial y las continuas situaciones de aprendizaje en ambientes, contextos y entornos diversos y cambiantes que surgen dentro de un grupo heterogéneo convierten a la Educación Física en el vehículo idóneo para trabajar y desarrollar la dimensión socioemocional de la competencia motriz.

La expresión dramática y corporal desarrolla la citada dimensión socioemocional de una forma lúdica. A partir del conocimiento y comprensión de uno mismo y de las propias emociones llegamos a conocer y comprender los sentimientos de los y las demás y por último, conseguir relacionarnos y entendernos para alcanzar un objetivo común y superar los diferentes conflictos que surjan.

Esta dimensión está vinculada al conocimiento, percepción y regulación de los estados emocionales, a la capacidad de automotivarse, al reconocimiento de las emociones ajenas y al control de las relaciones. Hablamos, por lo tanto de autoconciencia, de autorregulación, de motivación, de empatía, de destreza social. El desarrollo de esta competencia afecta de forma significativa en múltiples aspectos de la vida cotidiana ya que contribuye a la superación y resolución de conflictos personales y laborales, a la prevención de conductas antisociales y nocivas, a la mejora de nuestra relaciones con las personas, tanto en el ámbito familiar, afectivo, social y profesional, a nuestra buena salud física y al bienestar psicosocial y nos permite vivir en armonía con nosotros mismos y con nuestro entorno.

Aunque en mayor o menor medida, todas las actividades físicas repercuten en las diferentes dimensiones de la salud de la persona, el caso de las actividades basadas en la realización de ejercicios físicos (estiramientos, ejercicios gimnásticos,



entrenamientos de carrera, musculación, relajación, etc.) tienen un gran valor a la hora de promover un estilo de vida saludable y activo. La presencia de este tipo de actividades es amplia y diversa en nuestra sociedad y persiguen fines relacionados con las diferentes dimensiones de la persona. No obstante, la propia práctica y la vivencia placentera de diversos tipos de actividad física se convierte en la base en la que se construirá el hábito activo y la futura práctica del alumnado. La influencia de esta competencia en la consecución de una política de salud exitosa y sostenible es indudable, lo cual repercutirá directamente en la propia “salud” del país.

Podemos decir, por lo tanto, que la finalidad básica de la acción educativa escolar en esta materia debe ser educar al alumnado para una vida activa enriquecedora y saludable, teniendo como ejes básicos, el cuerpo y el comportamiento motor en sus múltiples dimensiones y significaciones.

Analizados los componentes que conforman la competencia motriz se deduce claramente que la referencia fundamental para el diseño y desarrollo curricular de la materia debe ser garantizar la implantación social de una cultura inclusiva del movimiento a lo largo de toda la vida, que integre y asiente la actividad física en la sociedad como consecuencia de la toma de conciencia del valor de un estilo de vida activo y saludable, indicador de garantía del bienestar para todas personas y manifestación de la identidad y los valores del país.

Esta competencia engloba las siguientes áreas y materias:

Educación Primaria:

- Educación Física.

Educación Secundaria Obligatoria:

- Educación Física.

Enfoques del área y de la materia

El área y materia de Educación Física contribuye al logro de la competencia motriz mediante el desarrollo de sus contenidos específicos y metodología de enseñanza-aprendizaje, así como el enfoque sobre la evaluación.

Para alcanzar el nivel óptimo de competencia motriz se precisa emplear de forma conjunta y coordinada conocimientos, procedimientos y actitudes. El carácter fundamentalmente procedimental del área, requiere una actitud activa y participativa por parte del alumnado, ya que es mediante la acción como va a desarrollar sus competencias. Los diferentes conocimientos y el desarrollo de una actitud adecuada en cada situación (contenidos declarativos y actitudinales), son herramientas imprescindibles para mejorar las posibles conductas motrices y es en la propia acción donde cobran sentido.

Las fuentes de conocimiento provendrán tanto del desarrollo de los contenidos curriculares de la materia como de otras materias curriculares, así como, del proceso de búsqueda, selección, análisis y evaluación de la información realizada de forma consciente por el propio alumnado, asumiendo éste último un papel más activo en la construcción y actualización de su propio conocimiento. Esa búsqueda de conocimiento por parte del alumnado le permitirá un acercamiento al contexto



cultural en el que vivimos y una profundización en la propia cultura e identidad del país.

La organización sistemática y equilibrada de los contenidos durante todos los cursos permitirá al alumnado disfrutar de una amplia y diversa experiencia motriz en la que basará su capacidad para la práctica de actividades físicas y el desarrollo de un estilo de vida activo. Resultan factores condicionantes para dicha organización las características, intereses y motivaciones del alumnado, las posibilidades del centro y del contexto en el que éste se encuentre, la presencia de actividades de cada bloque de contenidos (diversidad de situaciones y tareas motrices), el valor cultural de las prácticas, la posibilidad de desarrollar competencias transversales (tanto las comunes como las específicas de la materia) y la posibilidad de transferir lo aprendido a diversas situaciones de la vida.

En la Educación Primaria y sobre todo en las primeras edades, la acción educativa se centra más en las actividades físicas cuya situación motriz predominante es la psicomotriz o individual en un entorno físico estable. Hacia los últimos años de esta etapa y de manera progresiva, se diversifica la naturaleza de las actividades propuestas, tomando mayor presencia las actividades físicas cuya situación motriz predominante es la sociomotriz y también las actividades que se realizan en un entorno físico inestable que requiere adaptarse a él. Las actividades planteadas están relacionadas con las necesidades, intereses y experiencias del alumnado. Se procura la integración de las distintas experiencias y aprendizajes del alumnado y se adapta a sus ritmos de trabajo. Las situaciones que se plantean en Educación Primaria deberán ser de una complejidad adecuada al estadio de desarrollo en el que el alumnado se encuentre, aumentando paulatinamente en dificultad en función de su evolución.

En la Educación Secundaria Obligatoria la enseñanza de la Educación Física ha de ser una continuación de la etapa anterior. En ese proceso continuo se irán realizando aprendizajes con niveles gradualmente mayores de dificultad. De manera progresiva se han de incorporar de forma significativa y motivadora las situaciones que se relacionan con la preparación para la vida adulta. Del mismo modo, se desarrollará paulatinamente la capacidad para el análisis crítico en torno a las actividades físicas.

La metodología utilizada para llevar adelante la sesión también deberá ir acorde con los fines educativos que se persiguen. El objetivo de la acción docente deberá ser crear un clima de aprendizaje adecuado, posibilitando la interacción del alumnado en diversas situaciones y contextos. Para ello, se informará al alumnado de los objetivos que se persiguen con las diferentes actuaciones educativas y se orientarán las propuestas didácticas hacia el proceso, como medio para la consecución de los objetivos previstos.

La información, a la hora de proponer una actividad o una tarea, se debe transmitir de forma precisa y estructurada para facilitar al alumnado la comprensión de la misma. La intervención educativa, cuando se vea necesaria, ayudará al alumnado a prestar mayor atención a la información determinante para la consecución de la tarea. El docente prestará especial atención a los aspectos afectivos y emocionales relacionados con el éxito y el fracaso, fomentando en el alumnado, mediante la práctica, el descubrimiento de nuevos medios para el progreso y el aprendizaje. Por ello, es importante que las metas propuestas para el alumnado sean alcanzables para cada persona y reforzar positivamente los logros realizados. Estos logros impulsarán



comportamientos cada vez más eficaces y un progreso en el aprendizaje. El logro facilita también el disfrute por lo experimentado y en ese sentido facilita el camino para la inclusión de todos los individuos.

Del mismo modo, el educador o la educadora podrá orientar las conductas de su alumnado en función de las actividades que le proponga; incluso tratar de cambiar el tipo de conductas que se manifiesten en una actividad haciendo cambios en las características de la propia situación o de la tarea a realizar.

El alumnado aprende que la actividad física y deportiva es importante para su vida. Para ello, se debe plantear la materia como un proyecto de innovación y transformación de la cultura del movimiento imperante. Dicho proyecto tendrá como finalidad proporcionar una oportunidad a todo el alumnado, independientemente de sus características y género, de interiorizar esa necesidad de implementar la actividad física para conseguir el disfrute de una vida activa autónoma y satisfactoria y de adquirir y desarrollar las competencias necesarias para ello, provocando y estimulando en el alumnado el deseo de aprender para integrar en la vida cotidiana de forma consciente la actividad física.

Esa conciencia de necesidad y de valor y en consecuencia, la adquisición y desarrollo de las competencias vinculadas a la misma se logrará mediante el conocimiento, la vivencia y puesta en práctica personal y grupal, la observación, la interacción, la experimentación, la indagación, la exploración, la innovación, todo ello en un ambiente educativo inclusivo, satisfactorio y favorable centrado en el propio alumnado.

El alumnado necesita disponer de oportunidades para aprender, para experimentar, para interactuar y el profesorado debe preocuparse de generar múltiples situaciones e integrar en el proceso de enseñanza y aprendizaje diversos contextos, tanto dentro del ámbito de la educación formal y no formal, que favorezcan un aprendizaje auténtico que revierta en el propio estilo de vida del alumnado y en los distintos ámbitos de la vida.

El juego y los deportes en sus diferentes expresiones y contextos y desde una perspectiva lúdica son la herramienta principal para la consecución de un ambiente educativo, inclusivo y satisfactorio para el alumnado. Además son un buen instrumento para la toma de conciencia de la necesidad de una condición física óptima y para desarrollar las capacidades y habilidades físicas que facilitan un comportamiento motor autónomo del alumnado.

Los juegos tradicionales propios del país nos acercan al patrimonio e identidad cultural del país y nos ayudan a desarrollar la conciencia cultural. Los juegos y expresiones corporales de otras culturas y los juegos internacionales facilitan la educación intercultural y por lo tanto el enriquecimiento cultural del alumnado.

Los juegos de expresión dramática y corporal desarrollan la competencia socioemocional en el alumnado. De una forma lúdica, partiendo del conocimiento y comprensión de uno mismo y de las propias emociones llegamos a conocer y comprender los sentimientos de los y las demás y por último, conseguir relacionarnos y entendernos para alcanzar un objetivo común y superar los diferentes conflictos que surjan.



A la hora de presentar actividades físicas y deportivas, tenemos que tener en cuenta las oportunidades que el entorno natural del País Vasco ofrece para experimentar y cultivar un estilo de vida activo, así como, la tradición popular extendida en el país de realizar actividades físicas y deportivas en dicho entorno.

Estas expresiones de actividad física han de contribuir a la integración en la vida cotidiana de la actividad física, a la mejora de la salud en su integridad y al disfrute de una vida equilibrada.

El profesorado jugará un papel de guía y recurso, en el que las interacciones con el alumnado se centrarán en facilitar su papel activo y ayudarle a descubrir por sí mismo el valor de un estilo de vida activo, así como evaluar y gestionar su cuerpo y sus comportamientos motores para interactuar con el entorno de forma autónoma y creativa y, a su vez, gestionar su propia actividad física y deportiva en parámetros de salud y bienestar emocional. Ayudará a establecer relaciones entre los conceptos y la práctica, fomentará el aprendizaje significativo, enseñará a aprender a aprender y utilizará metodologías variadas y complementarias que faciliten la participación del alumnado.

El rol principal del educador o educadora en Educación Física, consiste en facilitar el proceso de aprendizaje y promover la práctica de actividades físicas. Dar a conocer las prácticas, ayudar a la consecución de la tarea propuesta, fomentar el desarrollo de la competencia motriz en los diferentes tipos de situaciones son objetivos que se propone el o la docente de esta materia.

Una de las funciones principales del docente debe ser la elección del tipo de actividad física que propone al alumnado, teniendo en cuenta tanto las características y el funcionamiento de la propia actividad (situación, tarea, material, espacio, tiempo, tipo de interacciones, etc.), como los aspectos sociales de la práctica y en particular del alumnado, del centro y de la población en la que se va a llevar a cabo; es decir, teniendo en cuenta también las características de la realidad concreta en la que esa actividad se va a proponer.

En cuanto al proceso de evaluación, se trata de evaluar si efectivamente el alumnado ha tomado conciencia de la necesidad de integrar la actividad física y deportiva a lo largo de su vida y además presenta las competencias necesarias para hacerlo. Para ello debemos utilizar procedimientos de evaluación formativos y continuos integrados con las actividades de enseñanza y aprendizaje, mediante los cuales el alumnado conozca sus carencias y limitaciones y las pueda corregir. Esto supone que el profesorado haga llegar la información necesaria al alumnado a lo largo del proceso educativo, y no se limite a una simple calificación.

Para la evaluación del alumnado se plantearán actividades que exijan razonamiento y aprendizaje significativo y permitan evaluar la aplicación, en diferentes contextos, de los conocimientos, procedimientos y actitudes adquiridas para implementar un estilo de vida activo. A su vez, se diseñarán estrategias de evaluación que permitan conocer y valorar el trabajo personal del alumnado. Ello supone evaluar no solo resultados de aprendizaje sino los procesos que han llevado a la consecución de esos resultados.

El alumnado debe participar en el proceso de evaluación y tomar conciencia del mismo, ya que si no existe dicha participación difícilmente podrá incidir en su mejora.



Se evalúa para conocer dónde se encuentra el alumnado en relación a su aprendizaje, dónde debiera estar y qué le queda por recorrer.

Finalmente, la actividad física y deportiva influye directamente en la generación de los modelos de comportamiento activo en el alumnado. En este sentido, el profesorado de Educación Física junto con el resto del profesorado pueden potenciar su rol de educadores para la vida activa y saludable, aprovechando las oportunidades que ofrece el centro educativo y su entorno para evitar el sedentarismo entre el alumnado, más allá de la clase de Educación Física.

Al igual que con el profesorado, se debe potenciar la colaboración con las familias para el fomento de las actividades físicas y deportivas que se desarrollan fuera del horario lectivo, que deben enfocarse desde una perspectiva claramente educativa y como prolongación de la acción educativa, siendo fundamental para ello el establecimiento de una adecuada conexión con las actividades lectivas.

Situaciones de integración

La acción competente supone la movilización integrada de recursos adquiridos para resolver situaciones consideradas como retos o problemas. Estos retos o problemas deben ser de un nivel de complejidad accesible para su resolución, a la vez que un desafío para el alumnado. Se presentan en conjuntos o “familias” de situaciones que son variadas, pero de nivel de complejidad equivalente, por lo que precisan para su resolución la movilización de recursos que tienen parámetros similares.

Estas situaciones de aprendizaje y de evaluación deben tener en cuenta los centros de interés del alumnado, además de contemplar la comprensión e interpretación del mundo que los y las jóvenes de Educación Primaria y Secundaria poseen. Las formas de interpretación y comprensión del mundo no son las mismas en la Educación Primaria y en la Educación Secundaria Obligatoria, por lo que los centros de interés y las situaciones de aprendizaje y de evaluación no pueden ser las mismas.

A modo indicativo, se presentan algunos ejemplos de situaciones que se consideran significativas para la adquisición de la competencia motriz:

A **nivel personal** se presentarán distintas situaciones motrices que faciliten en el alumnado el desarrollo de las capacidades y habilidades físicas, el desarrollo de su capacidad de regular las propias emociones, el desarrollo de la capacidad de motivarse a sí mismo, el reconocimiento de emociones ajenas y el control de las relaciones. También se presentarán situaciones en las que el alumnado pueda desarrollar los aspectos comunicativos, expresivos y creativos de forma espontánea o intencionada. Asimismo, se plantearán situaciones relacionadas con la salud y con la alimentación saludable, los efectos tóxicos que sobre el organismo y la conducta de las personas produce el consumo de drogas, con estilos de vida activos y saludables y con el concepto hedonista de la actividad física, así como situaciones problemáticas vinculadas al autoconcepto físico y el bienestar psicológico.

A **nivel social** se abordarán situaciones relacionadas con el impacto de estilos de vida poco saludables y sedentarios, con el valor inclusivo de la actividad física y el deporte. Además se presentarán situaciones que reflejen la interculturalidad y la intraculturalidad que nos rodea y el valor de la misma, sin olvidar situaciones que propicien el conocimiento de las actividades innovadoras, de investigación y eventos de actualidad globales en el campo de la actividad física y el deporte.



A **nivel académico** se presentarán situaciones cercanas al contexto y a la actividad físico-deportiva tanto escolar como extraescolar del centro, incluyendo escenarios que permitan una transferencia de los hábitos saludables a la vida cotidiana (educación postural, relajación, control de la respiración, higiene...) y otra serie de situaciones que permitan la adopción de diversos papeles relacionados con los procesos de creación de un estilo de vida activo.

A nivel del **ámbito laboral** se plantearán situaciones en las que quede patente la incidencia de estilos de vida activos y saludables en el desempeño profesional, en la siniestralidad y estrés laboral, así como situaciones que desarrollen la empatía, la asertividad, el respeto y la destreza social que faciliten la solución de conflictos y la colaboración para el desarrollo de objetivos comunes.

Desde el enfoque de la educación por competencias el rol de la escuela no puede limitarse a la enseñanza y aprendizaje de los contenidos, sino que también ha de enseñar a movilizar y transferir los conocimientos disponibles para la resolución de situaciones complejas que le preparen para la vida personal, social, académica y laboral.

Contribución de la competencia motriz al logro de las competencias básicas

Esta materia debido a su carácter lúdico y vivencial y por la diversidad de contextos y situaciones que contempla se convierte en el vehículo idóneo para la adquisición y desarrollo de las competencias básicas transversales y disciplinares definidas para esta etapa.

Aportación de la competencia motriz a las competencias básicas transversales

Competencia para la comunicación verbal, no verbal y digital

La comunicación constituye un elemento esencial dentro de la competencia motriz y socioemocional. Nos encontramos con un alumnado que necesita expresar su mundo emocional, que necesita relacionarse y entenderse con su entorno.

La Educación Física ofrece gran variedad de intercambios comunicativos desde una perspectiva lúdica, lo cual facilita el desarrollo de habilidades comunicativas en diferentes lenguajes tanto a nivel individual como grupal.

Los juegos y deportes, la expresión dramática y corporal utilizan como principal herramienta el cuerpo en movimiento vinculado a un comportamiento motor y en el que el alumnado debe identificar y ser consciente de sus propias emociones y comunicarlas de forma verbal y no verbal. A su vez, el alumnado debe reconocer las emociones ajenas mediante la propia comunicación y la escucha, estableciendo relaciones emocionales hacia los demás que le posibiliten percibir las situaciones desde otro punto de vista y el desarrollo de objetivos comunes que faciliten la toma de decisiones en la solución de conflictos.

La Educación Física facilita la integración de nuevas tecnologías informáticas y audiovisuales a través de proyectos creativos y como fuente de recursos e información para profundizar en los procesos de enseñanza y aprendizaje y para acceder a nuevas propuestas de actividad física y deportiva que nos acerque a estilos de vida más activos y saludables.



Por último, contribuye al análisis crítico de los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo y a la propia actividad física y deportiva procedentes de los medios de información y comunicación.

Competencia para aprender a aprender y a pensar

Mediante la Educación Física el alumnado experimenta situaciones que le permiten responsabilizarse de su propio aprendizaje estableciendo metas alcanzables. Estas metas posibilitan la aplicación de sus conocimientos y habilidades en contextos y situaciones cambiantes que llevan a la búsqueda y comprensión de la información, a la reflexión, al razonamiento y a la creatividad favoreciendo la toma de decisiones.

Competencia para convivir

La Educación Física favorece la educación en valores ya que nos enseña a alcanzar destrezas sociales que facilitan el control de nuestras relaciones, adquiriendo pautas de colaboración, cooperación y convivencia, que favorecen la coeducación y la igualdad de género, así como ejercitarse en la resolución razonada y pacífica de los conflictos.

Los juegos tradicionales y expresiones corporales propios del país, así como los de otras culturas fomentan una actitud de respeto a la diversidad cultural, permiten un acercamiento y comprensión de la identidad cultural y el valor de la cultura del país y enriquecen nuestra propia cultura.

Competencia para la iniciativa y el espíritu emprendedor

Las situaciones de enseñanza y aprendizaje desarrolladas en entornos lúdicos, de confianza y colaboración diseñadas en esta materia posibilitan educar en la iniciativa y en el emprendimiento.

El desarrollo e implementación de proyectos creativos e innovadores dirigidos a la gestión de la actividad física y deportiva del alumnado tanto en el entorno escolar como en el extraescolar y a la mejora de sus capacidades y habilidades favorecen esta competencia.

Competencia para aprender a ser

Esta área de aprendizaje ofrece muchas oportunidades para el desarrollo de la inteligencia emocional. El contexto lúdico nos da la oportunidad de escenificar situaciones cotidianas mediante las cuales pueden experimentarse diferentes situaciones, que nos den la posibilidad de autorregular las emociones y la conducta motriz, desarrollando el autoconcepto y autoestima ajustados a la realidad, así como la autoconciencia, el autocontrol, la motivación, la autonomía, la empatía y el control de las relaciones, pilares del desarrollo armónico y equilibrado de nuestra personalidad.

Aportación de la competencia motriz a las competencias básicas disciplinares

Competencia en comunicación lingüística y literaria

Podemos decir que el lenguaje es fundamental en la Educación Física como instrumento para construir un ambiente integrador e inclusivo que elimine el lenguaje sexista, androcéntrico y discriminatorio muy propio de las actividades físicas totalmente deportivizadas.



El vocabulario específico que la materia aporta enriquece la competencia comunicativa lingüística y literaria, favoreciendo el uso habitual del euskara en el ámbito del deporte y la actividad física.

Competencia matemática

Las situaciones lúdicas y deportivas se desarrollan en una variedad de espacios que implican características diferentes y que precisan de un conocimiento y dominio del mismo. En especial, en la expresión dramática y corporal el control del espacio y el tiempo son elementos fundamentales para su desarrollo.

En los aspectos relacionados con el diseño de programas de mejora y desarrollo de la condición física y en la adopción de hábitos alimenticios, la aplicación de cálculos matemáticos y estadísticos juegan un papel relevante en los mismos.

Competencia científica

El proceso de enseñanza y aprendizaje para la adquisición y desarrollo de las competencias motrices supone, a su vez, el desarrollo y aplicación del pensamiento científico ya que en este proceso se comprende las situaciones a partir de aplicar modelos teóricos, se propone una actuación y se evalúa la eficacia de la propuesta en función del resultado y del propio proceso de aprendizaje y finalmente se valida la propuesta o se introducen los cambios pertinentes.

Competencia tecnológica

La integración de la Educación Física y la Tecnología contribuye a la adquisición y desarrollo de ambas competencias. La Educación Física favorece la integración de elementos tecnológicos para el intercambio de experiencias y conocimientos, para el análisis de los comportamientos motores, para el control de la actividad física y para el desarrollo de las capacidades y habilidades físicas, así como para la gestión y organización de la propia actividad física y deportiva.

Competencia social y cívica

Las habilidades y destrezas sociales están implícitas en la dimensión comunicativa, participativa y cooperativa de las actividades físico-deportivas, así como de las actividades de expresión dramática y corporal en las que conviven la pluralidad y la diversidad, convirtiéndose la materia en un medio eficaz para el desarrollo de la competencia social y cívica.

El enfoque educativo de las situaciones motrices propuestas debe fomentar el valor de la responsabilidad y el rechazo social de prácticas antideportivas y nocivas para la salud.

Competencia artística

La Educación Física contribuye a la competencia artística mediante expresiones como pueden ser el juego dramático, las improvisaciones, la pantomima o mimo, la danza creativa, la creación artística, el juego teatral favorecen la comprensión de las diferentes manifestaciones culturales y artísticas dotándolas de valor, facilita el diálogo intercultural, permite la adquisición de nuevos recursos de expresión y comunicación.