

## **Resumen de los criterios de evaluación de 3º ESO:**

1. **EFL3.1.1:** Establecer y organizar secuencias de actividad física centradas en la salud, usando herramientas digitales, respetando y valorando la realidad corporal de uno mismo y de los demás.
2. **EFL3.1.2:** Incorporar rutinas saludables, como activación, esfuerzo, alimentación y relajación, de manera autónoma y consciente durante la práctica física.
3. **EFL3.1.3:** Aplicar medidas específicas para la prevención de lesiones en diferentes fases de la actividad física.
4. **EFL3.1.4:** Implementar protocolos de primeros auxilios en situaciones de emergencia durante la práctica de actividad física.
5. **EFL3.1.5:** Criticar y rechazar estereotipos sociales perjudiciales para la salud, promoviendo hábitos de vida saludables.
6. **EFL3.1.6:** Utilizar aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la actividad física de manera crítica y segura.
7. **EFL3.2.1:** Participar y colaborar en proyectos motores, valorando el trabajo individual y colectivo.
8. **EFL3.2.2:** Actuar de manera autónoma y adaptativa ante situaciones motrices inciertas, aplicando la toma de decisiones y ajuste motor.
9. **EFL3.2.3:** Demostrar control sobre las habilidades motrices en diferentes contextos, ajustando las decisiones y movimientos.
10. **EFL3.3.1:** Asumir responsabilidades en la organización y gestión de actividades físicas, promoviendo el respeto y la deportividad.
11. **EFL3.3.2:** Participar en actividades motrices inclusivas, adaptando los roles y promoviendo la diversidad.
12. **EFL3.3.3:** Usar habilidades sociales para resolver conflictos en situaciones motrices, respetando las normas y a los demás.
13. **EFL3.4.1:** Analizar y criticar el impacto social, político y económico del deporte en la sociedad actual.
14. **EFL3.4.2:** Rechazar estereotipos de género y promover la igualdad en el deporte y las actividades físicas.
15. **EFL3.4.3:** Crear y participar en producciones expresivas utilizando el cuerpo como medio de comunicación.
16. **EFL3.5.1:** Participar en actividades físicas de manera responsable, minimizando el impacto ambiental y cuidando el entorno.
17. **EFL3.5.2:** Planificar y organizar actividades físicas en entornos naturales, garantizando la seguridad y fomentando el desarrollo sostenible.

### 3º ESO. TEMPORALIZACIÓN CONTENIDOS.

ACTIVIDADES EVALUABLES			
Trimestre	Situación de Aprendizaje	Contenido	Criterios de Evaluación
1	SA 1: Hábitos de vida saludables.	Condición Física, salud y primeros auxilios.	1.1. Condición Física (Métodos de Fuerza y Resistencia). 1.2. Alimentación saludable e higiene corporal. 1.4. Primeros Auxilios. 1.5. Malos Hábitos y promoción de vida activa y saludable.
	SA 2: Deportes de red.	Pickleball y pinfuvote.	2.2. Táctica. 2.3. Técnica.
	3.1. Compromiso físico en las sesiones./3.2. Compromiso con la materia./3.3. Compromiso social.		
2	SA 3: Deportes de Invasión.	Colpbol y Fútbol Sala.	1.3. Dirección fases de la sesión. 2.2. Táctica. 2.3. Técnica.
	SA 4. Juegos Populares y tradicionales.	Juegos de Andalucía.	4.1. Participación en juegos, trabajos y/o pruebas de conocimiento. 4.2. Trabajo deporte y sociedad.
	3.1. Compromiso físico en las sesiones./3.2. Compromiso con la materia./3.3. Compromiso social.		
3	SA 5: Sevillanas.	Sevillanas	4.3. Representación y creación de sevillanas.
	SA 6: Circo.	Cariocas y malabares.	2.1. Montajes coreográficos y de habilidades.
	SÁ 7: Actividad Física urbana y natural.	Parkour, Senderismo, Calistenia, HIIT o danzas urbanas.	5.1. Salida Complementaria. 5.2. Diseño de actividades en el medio natural. 1.6. APP salud: Strava.
	3.1. Compromiso físico en las sesiones./3.2. Compromiso con la materia./3.3. Compromiso social		

Primer Trimestre: 1. “Hábitos de vida saludable”: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4 2. “Deportes de red”: 2.2, 2.3  +3.1, 3.2, 3.3	Segundo Trimestre: 3. “Deportes de invasión”: 1.3, 2.2, 2.3 4. Juegos Populares y tradicionales: 4.1,4.2  +3.1, 3.2, 3.3	Tercer Trimestre: 5. “Sevillanas”: 4.3 6. “Circo”: 2.1 7. Actividad Urbana y Natural”: 5.1,5.2, 5.3 +3.1, 3.2, 3.3
---	--	--

### 3º ESO. DESARROLLO POR COMPETENCIAS

Competencia	Criterio de Evaluación	Contenido Asociado	Situación de Aprendizaje (SDA)	Instrumento de Evaluación
<b>EFL3.1:</b> Estilo de vida activo y saludable.	<b>EFL3.1.1:</b> Planificación de actividades físicas	1. CF y salud: Resistencia y Fuerza.	Planificación de una rutina de entrenamiento cardiovascular y diseño de un plan de ejercicios de fuerza.	Observación de retos físicos cooperativos. Ev. resultante de test físicos. Rúbrica planificación.
	<b>EFL3.1.2:</b> Incorporación de rutinas saludables	1. Hábitos saludables.	Higiene diaria y trabajos relacionados con hábitos de vida saludable.	Rúbrica de desempeño + Diario de trabajo.
	<b>EFL3.1.3:</b> Prevención de lesiones	3. Calentamiento, vuelta a la calma y prevención.	Pruebas, trabajos o dirección de fases de la sesión.	Rúbrica de planificación .
	<b>EFL3.1.4:</b> Aplicación de primeros auxilios	1. Primeros auxilios: RCP, Heimlich, ictus	Role play de aplicación de primeros auxilios y/o prueba de conocimientos.	Rúbrica de desempeño de situaciones de emergencia y prueba de conocimientos.
	<b>EFL3.1.5:</b> Identificar y reflexionar sobre los comportamientos que pongan en riesgo la salud.	1. Malos hábitos.	Tarea teórico-práctica- reflexiva.	Rúbrica de desempeño.
	<b>EFL 3.1.6.</b> Uso de aplicaciones digitales	1- Retos Strava.	Tarea teórico-práctica- reflexiva: Uso de APP de registro de	Lista de control del registro.

Competencia	Criterio de Evaluación	Contenido Asociado	Situación de Aprendizaje (SDA)	Instrumento de Evaluación
			actividad física en el medio natural /urbano.	
<b>EFI.3.2:</b> Resolución de situaciones motrices.	<b>EFI.3.2.1:</b> El circo.	6. Cariocas y malabares	Creación de una coreografía con cariocas y malabares.	Rúbrica del proyecto motor + Observación
	<b>EFI.3.2.2:</b> Toma de decisiones en situaciones de incertidumbre.	2. Deportes de red. 3. Deportes de invasión.	Participación en torneos.	Observación+GPAI
	<b>EFI.3.2.3:</b> Control de habilidades motrices.	2. Deportes de red. 3. Deportes de invasión.	Prueba técnico	Circuito técnico-táctico + Rúbrica de desempeño técnico.
<b>EFI.3.3:</b> Ética y deportividad.	<b>EFI.3.3.1.</b> Compromiso físico en las sesiones.	Todas	Todas	Rúbrica trimestral.
	<b>EFI.3.3.2:</b> Compromiso con la materia.	Todas	Todas	Rúbrica trimestral.
	<b>EFI.3.3.3:</b> Compromiso social.	Todas	Todas	Rúbrica trimestral.
<b>EFI.3.4:</b> Impacto social del deporte.	<b>EFI.3.4.1:</b> Juegos Populares y tradicionales.	4. Juegos de Andalucía.	Creación de stands, trabajos y/o pruebas de conocimiento.	Observación+Lista de control de participación y actitudes
	<b>EFI.3.4.2:</b> Trabajo, deporte y sociedad.	4. Juegos de Andalucía.	Tarea teórico-práctica-reflexiva.	Cuestionario de reflexión y análisis crítico.
	<b>EFI.3.4.3:</b> Producciones expresivas.	5 . Sevillanas.	Representación y creación de sevilanas.	Trabajo de reflexión sevilanas y práctica diaria.
<b>EFI.3.5:</b> Expresión y creatividad.	<b>EFI.3.5.1:</b> Participación en actividades físicas urbanas y naturales.	7. Parkour, Senderismo, Calistenia, HIIT o danzas urbanas.	Evaluación de la participación en la salida complementaria propuesta en el entorno urbano o natural. APP salud: retos Strava.	Rúbrica de observación de actividades.
	<b>EFI.3.5.2:</b> Diseño de actividades físicas urbanas y naturales.	7.Parkour, Senderismo, Calistenia, HIIT o danzas urbanas.	Diseño de actividades en el medio natural.	Rúbrica de participación y creación de actividades.

