

## **Resumen de los criterios de evaluación de 1º ESO:**

1. **EFI.1.1.1:** Establecer secuencias sencillas de actividad física, orientadas a la salud y al estilo de vida activo, aplicando instrumentos de autoevaluación y aceptando la propia realidad corporal.
2. **EFI.1.1.2:** Incorporar rutinas saludables, como activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, higiene y relajación, durante la práctica de actividades motrices.
3. **EFI.1.1.3:** Adoptar medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física.
4. **EFI.1.1.4:** Identificar y aplicar protocolos básicos de primeros auxilios en situaciones de accidente derivadas de la actividad física.
5. **EFI.1.1.5:** Analizar prácticas y comportamientos que afectan a la salud y la convivencia, utilizando herramientas digitales.
6. **EFI.1.1.6:** Identificar recursos y aplicaciones digitales, reconociendo sus potenciales y riesgos en la actividad física.
7. **EFI.1.2.1:** Participar en proyectos motores individuales o grupales, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación, desarrollando actitudes de superación y resiliencia.
8. **EFI.1.2.2:** Actuar correctamente en situaciones motrices variadas, aplicando principios básicos de toma de decisiones y ajustándose a las demandas de la actividad.
9. **EFI.1.2.3:** Demostrar control corporal y aplicar componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad para resolver problemas en situaciones motrices.
10. **EFI.1.3.1:** Practicar actividades motrices valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas y gestionando positivamente la competitividad.
11. **EFI.1.3.2:** Colaborar en producciones motrices, asumiendo roles y responsabilidades para alcanzar logros individuales y grupales.
12. **EFI.1.3.3:** Hacer uso de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos, respetando la diversidad y mostrando compromiso ante estereotipos y conductas discriminatorias.
13. **EFI.1.4.1:** Gestionar la participación en juegos tradicionales andaluces, valorando su conservación y evolución.
14. **EFI.1.4.2:** Reconocer actividades y modalidades deportivas, evitando estereotipos de género o capacidad.
15. **EFI.1.4.3:** Utilizar el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación, participando en composiciones individuales o colectivas.
16. **EFI.1.5.1:** Participar en actividades físicas en entornos naturales, minimizando el impacto ambiental y desarrollando una conciencia sobre la huella ecológica.
17. **EFI.1.5.2:** Practicar actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, siguiendo las normas de seguridad.

# 1º ESO. TEMPORALIZACIÓN CONTENIDOS / CRITERIOS / SDA / INSTRUMENTOS

TRIMESTRE	Contenido	Criterio de Evaluación
1	1. Salud e higiene postural. Condición física	1.1.1, 1.1.2
	2. Condición física: calentamiento / VC	1.1.3
	3. Juegos populares I	1.4.1
	4. Efectos sobre la salud de malos hábitos	1.1.5 1.1.6
	5. Pinfuvote	1.2.1
2	6. Floorball	1.3.1, 1.3.3
	7. Combas	1.5.2
	8. Primeros auxilios	1.1.4
3	9. Malabares	1.2.3
	10. Sevillanas	1.3.2, 1.4.3
	11. Deportes de raqueta I (Palas)	1.2.1 1.2.2
	12. Análisis crítico de estereotipos corporales	1.1.6, 1.4.2
	13. Juegos de pistas y rastreo	1.5.1

## Buscar juegos para CALENTAMIENTO

### Buscar la

#### Primer trimestre:

1. Salud e higiene postural. Sesión EF.  
Relajación

*Criterios de evaluación: 1.1.1, 1.1.2*

2. CF: calentamiento y VC

*Criterios de evaluación: 1.1.3*

3. Juegos populares I

*Criterios de evaluación: 1.4.1*

4. Efectos sobre la salud de malos hábitos

*Criterios de evaluación: 1.1.5*

5. Pinfuvote

*Criterios de evaluación: 1.2.1*

#### Segundo trimestre:

6. Floorball

*Criterios de evaluación: 1.3.1, 1.3.3*

7. Combas

*Criterios de evaluación: 1.5.2*

8. Primeros auxilios

*Criterios de evaluación: 1.1.4*

#### Tercer trimestre:

9. Malabares

*Criterios de evaluación: 1.2.3*

10. Sevillanas

*Criterios de evaluación: 1.3.2, 1.4.3*

11. Deportes de raqueta I (Palas)

*Criterios de evaluación: 1.2.2*

12. Análisis crítico de estereotipos corporales

*Criterios de evaluación: 1.1.6, 1.4.2*

13. Juegos de pistas y rastreo

*Criterios de evaluación: 1.5.1*

## 1º ESO. DESARROLLO POR COMPETENCIAS

Competencia	Criterio de Evaluación	Contenido	Situación de Aprendizaje (SDA)	Instrumento de Evaluación
Estilo de vida activo y saludable	1.1.1: Actividad física y salud	CF	Conociendo mi nivel físico: pruebas, reflexión y mejora personal	Ficha y reflexión personal Prueba Resistencia
	1.1.2: Activación corporal	Salud e higiene postural. Sesión EF. Relajación	hábitos higiénicos y nutricionales	Lista de control neceser higiénico
	1.1.3: Prevención de lesiones	CF	Realización de ejercicios de higiene postural- Calentamiento y VC	Rúbrica de ejecución de relajación y calentamiento
	1.1.4: Prevención de lesiones	Primeros auxilios	Medidas básicas ante accidentes deportivos	Ficha / prueba práctica
	1.1.5: Efectos de malos hábitos	Efectos sobre la salud de malos hábitos	EL sedentarismo.	Trabajo o cuestionario
	1.1.6: Análisis crítico de estereotipos corporales	Aplicaciones digitales	Ánalisis crítico de estereotipos corporales	Rubrica
Habilidades y destrezas motrices	1.2.1: Proyectos motores	Pinfuvote	Organizar un torneo por equipos	Ficha autoevaluación y coevaluacion
	1.2.2: Toma motrices de decisiones	Palas	Desafíos técnicos con palas	Rúbrica técnica toma decisiones
	1.2.3: Control corporal	Malabares	Reto motriz: Circuito malabares	Observación / rubrica de la capacidad de control
Autoregulación emocional e interacción social	1.3.1: Control de habilidades	Floorball	competición gestionando competitividad	Rubrica
	1.3.2: logros motrices ind. y grupales	Sevillanas	Creación de una 5ª sevillana	Coevaluación de colaboración y rúbrica de logro grupal
	1.3.3: Resolución de conflictos	Floorball	Competición de floorball, aplicando estrategia y resolución de conflictos.	Rúbrica de coevaluación durante el juego.

Competencia	Criterio de Evaluación	Contenido	Situación de Aprendizaje (SDA)	Instrumento de Evaluación
Manifestaciones de la cultura motriz	1.4.1: Cultura motriz andaluza	Juegos Populares	Investigar y participar sobre los juegos propios de Andalucía	Rubrica investigación participación
	1.4.2: Estereotipos de género	Sevillanas	Práctica de Sevillanas	Cuestionario y ficha de reflexión grupal.
	1.4.3: Expresión y comunicación	Sevillanas		Rubrica representación
Interacción con el entorno	1.5.1: Actividades en el medio	Juegos de pistas y rastreo	Actividad de orientación en el entorno del centro, siguiendo pistas.	Lista de control de uso adecuado de las pistas.
	1.5.2: AF a entorno urbano y natural seguridad	Combas	Coordinación con combas	Lista de valoración ejecución individual y parejas