

3º ESO. TEMPORALIZACIÓN CONTENIDOS

	Contenido	Criterios de Evaluación Asociados
1	1. CF y salud: Resistencia I	3.1.1
	2. Fuerza I	3.1.2 3.1.3
	3. Pinfuvote y Ultimate	3.2.2 3.4.2
	4. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias	3.1.5, 3.4.1
2	5. Baloncesto	3.2.3
	6. Rugby-tag	3.3.1
	7. Orientación en el IES	3.5.1 3.5.2
	8. Primeros auxilios: RCP, Heimlich, ictus	3.1.4
3	9. Dramatización	3.3.2, 3.4.3
	10. Lucha escénica	3.3.3
	11. Cariocas y cabuyería	3.2.1
	12. Dietas saludables vs No saludables	3.1.6

3º ESO. DESARROLLO POR COMPETENCIAS

Competencia	Criterio de Evaluación	Contenido Asociado	Situación de Aprendizaje (SDA)	Instrumento de Evaluación
EFI.3.1: Estilo de vida activo y saludable	EFI.3.1.1: Planificación de actividades físicas	1. CF y salud: Resistencia I	Planificación de una rutina de entrenamiento cardiovascular	Observación + Cuestionario
	EFI.3.1.2: Incorporación de rutinas saludables	2. Fuerza I	Diseño de un plan de ejercicios de fuerza con recuperación	Rúbrica + Diario de trabajo
	EFI.3.1.3: Prevención de lesiones	8. Primeros auxilios: RCP, Heimlich, ictus	Simulación de una emergencia en clase	Cuestionario + Prueba práctica
	EFI.3.1.4: Aplicación de primeros auxilios	8. Primeros auxilios: RCP, Heimlich, ictus	Role play de aplicación de primeros auxilios	Prueba práctica + Cuestionario
	EFI.3.1.5: Crítica de estereotipos	4. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias	Debate sobre mitos en la actividad física	Debate + Cuaderno de clase
	EFI.3.1.6: Uso de aplicaciones digitales	12- Dietas saludables vs no saludables	¿Cómes sano?	Infografía
EFI.3.2: Resolución de situaciones motrices	EFI.3.2.1: Participación en proyectos motores	11. Cariocas y cabuyería	Creación de una coreografía con cariocas	Rúbrica + Observación
	EFI.3.2.2: Actuación ante situaciones inciertas	5. Pinfuvote y Ultimate	Competición de ultimate con reglas flexibles	Lista de control + Prueba práctica
	EFI.3.2.3: Control de habilidades motrices	3. Baloncesto	Torneo de baloncesto con adaptación de movimientos	Circuito técnico-táctico + Rúbrica
EFI.3.3: Ética y deportividad	EFI.3.3.1: Responsabilidad en la organización	6. Rugby-tag	Organización de un torneo de rugby-tag	Lista de control + Proyecto
	EFI.3.3.2: Cooperación e inclusión	9. Dramatización	Creación de una dramatización cooperativa	Rúbrica + Observación
	EFI.3.3.3: Resolución de conflictos	10. Lucha escénica	Escenificación de luchas con resolución de conflictos	Lista de control + Cuaderno de clase
EFI.3.4: Impacto social del deporte	EFI.3.4.1: Crítica del impacto del deporte	4. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias	Análisis de noticias sobre estereotipos en el deporte	Cuaderno de clase + Rúbrica

Competencia	Criterio de Evaluación	Contenido Asociado	Situación de Aprendizaje (SDA)	Instrumento de Evaluación
	EFI.3.4.2: Rechazo de estereotipos de género	5. Pinfuvote y Ultimate	Discusión sobre igualdad de género en el deporte	Debate + Escala de evaluación
	EFI.3.4.3: Producciones expresivas	9 . Dramatización	Creación de una dramatización cooperativa	Rúbrica + Observación
EFI.3.5: Expresión y creatividad	EFI.3.5.1: Expresión corporal y creatividad	9. Dramatización	Montaje de una obra de teatro con expresión corporal	Proyecto + Rúbrica
	EFI.3.5.2: Práctica física sostenible	7. Orientación en el IES	Actividad de orientación en el entorno escolar	Análisis de situación + Escala de evaluación