

|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------|-----------------------|
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Programación didáctica de Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | Consejería de Educación, Cultura y Deportes |                       |
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Curso: 3º de ESO (LOMLOE) - I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 13001984 - IES Pedro Álvarez Sotomayor      |                       |
| 1                                                                               | Unidad de Programación: CONDICIÓN FÍSICA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             | 1ª Evaluación         |
|                                                                                 | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B1.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.                                                                                               |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos. |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B3.SB3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                             |                       |
|                                                                                 | 3.EFI.B3.SB4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Sistemas de entrenamiento.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             |                       |
| Comp. Espec.                                                                    | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             | %<br>Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE1                                                                       | Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             | 25                    |
|                                                                                 | 3.EFI.CE1.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                             | 40<br>MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE1.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             | 40<br>MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE1.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                             | 4<br>MEDIA PONDERADA  |
|                                                                                 | 3.EFI.CE1.CR5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | 4<br>MEDIA PONDERADA  |
|                                                                                 | 3.EFI.CE1.CR6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                             | 4<br>MEDIA PONDERADA  |

|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             |               |                  |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------|---------------|------------------|
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Programación didáctica de Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | Consejería de Educación, Cultura y Deportes |               |                  |
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Curso: 3º de ESO (LOMLOE) - I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | 13001984 - IES Pedro Álvarez Sotomayor      |               |                  |
| 2                                                                               | Unidad de Programación: ORIENTACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             | 1ª Evaluación |                  |
|                                                                                 | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.                                                                                                                          |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab.                                                                                                                                                                                                                  |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.                                                                                                                                                                                                           |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.                                                                                                                                                                                     |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                             |               |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.B6.SB9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                             |               |                  |
| Comp. Espec.                                                                    | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             | %             | Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE5                                                                       | Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             | 10            |                  |
|                                                                                 | 3.EFI.CE5.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen. |  |                                             | 50            | MEDIA PONDERADA  |
|                                                                                 | 3.EFI.CE5.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.                                                                                                                                                                                                                      |  |                                             | 50            | MEDIA PONDERADA  |

|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             |                    |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------|--------------------|
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Programación didáctica de Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | Consejería de Educación, Cultura y Deportes |                    |
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Curso: 3º de ESO (LOMLOE) - /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | 13001984 - IES Pedro Álvarez Sotomayor      |                    |
| 3                                                                               | Unidad de Programación: FLOORBALL                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | 2ª Evaluación      |
|                                                                                 | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.                                                         |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B3.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboraciónoposición de persecución y de interacción con un móvil. |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B3.SB5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B4.SB2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B4.SB3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B4.SB4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                             |                    |
| Comp. Espec.                                                                    | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | % Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE2                                                                       | Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | 25                 |
|                                                                                 | 3.EFI.CE2.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                             | 20 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE2.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE2.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
| Comp. Espec.                                                                    | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | % Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE3                                                                       | Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | 20                 |
|                                                                                 | 3.EFI.CE3.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE3.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE3.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                             | 20 MEDIA PONDERADA |



Castilla-La Mancha

Consejería de  
Educación, Cultura  
y Deportes

Programación didáctica de Educación Física

Curso: 3º de ESO (LOMLOE) - /

Consejería de Educación, Cultura y Deportes

13001984 - IES Pedro Álvarez Sotomayor

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                  |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------|
| 4            | Unidad de Programación: INICIACIÓN AL CIRCO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2ª Evaluación |                  |
|              | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                  |
|              | 3.EFI.B2.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos. |               |                  |
|              | 3.EFI.B3.SB2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |                  |
|              | 3.EFI.B3.SB6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |               |                  |
|              | 3.EFI.B4.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               |                  |
|              | 3.EFI.B5.SB3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |               |                  |
| Comp. Espec. | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | %             | Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE2    | Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 25            |                  |
|              | 3.EFI.CE2.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 20            | MEDIA PONDERADA  |
| Comp. Espec. | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | %             | Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE3    | Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 20            |                  |
|              | 3.EFI.CE3.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 40            | MEDIA PONDERADA  |
|              | 3.EFI.CE3.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 20            | MEDIA PONDERADA  |

|                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                       |                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <br>Castilla-La Mancha<br>Consejería de Educación, Cultura y Deportes |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Programación didáctica de Educación Física<br>Curso: 3º de ESO (LOMLOE) - I                                                                                                                                                                                                                                     |  | Consejería de Educación, Cultura y Deportes<br>13001984 - IES Pedro Álvarez Sotomayor |                  |
| 5                                                                                                                                                    | Unidad de Programación: NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | 2ª Evaluación                                                                         |                  |
|                                                                                                                                                      | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                       |                  |
| 3.EFI.B1.SB1                                                                                                                                         | Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                       |                  |
| 3.EFI.B1.SB2                                                                                                                                         | Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                       |                  |
| 3.EFI.B1.SB3                                                                                                                                         | Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                       |                  |
|                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                       |                  |
| Comp. Espec.                                                                                                                                         | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | %                                                                                     | Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE1                                                                                                                                            | Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | 25                                                                                    |                  |
|                                                                                                                                                      | 3.EFI.CE1.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. |  | 40                                                                                    | MEDIA PONDERADA  |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                  |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------|
| 6            | Unidad de Programación: RITMOS LATINOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Final |                  |
|              | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |                  |
|              | 3.EFI.B2.SB4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.                                                                                                                                        |       |                  |
|              | 3.EFI.B5.SB2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |                  |
| Comp. Espec. | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | %     | Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE4    | Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 20    |                  |
|              | 3.EFI.CE4.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.                                                                 | 25    | MEDIA PONDERADA  |
|              | 3.EFI.CE4.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físicodeportivo.                                                                | 25    | MEDIA PONDERADA  |
|              | 3.EFI.CE4.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. | 50    | MEDIA PONDERADA  |

|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             |                    |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------|--------------------|
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Programación didáctica de Educación Física                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | Consejería de Educación, Cultura y Deportes |                    |
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Curso: 3º de ESO (LOMLOE) - /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | 13001984 - IES Pedro Álvarez Sotomayor      |                    |
| 7                                                                               | Unidad de Programación: BALONMANO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | Final              |
|                                                                                 | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B2.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.                                    |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B3.SB1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboraciónoposición de persecución y de interacción con un móvil. |  |                                             |                    |
|                                                                                 | 3.EFI.B3.SB2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             |                    |
| Comp. Espec.                                                                    | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | % Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE2                                                                       | Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | 25                 |
|                                                                                 | 3.EFI.CE2.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                             | 20 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE2.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE2.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
| Comp. Espec.                                                                    | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | % Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE3                                                                       | Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                             | 20                 |
|                                                                                 | 3.EFI.CE3.CR1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE3.CR2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                             | 40 MEDIA PONDERADA |
|                                                                                 | 3.EFI.CE3.CR3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                             | 20 MEDIA PONDERADA |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                  |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------|
| 8            | Unidad de Programación: PRIMEROS AUXILIOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                            | Final |                  |
|              | Saberes básicos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                  |
|              | 3.EFI.B2.SB5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.                                                                                                                                  |       |                  |
|              | 3.EFI.B2.SB6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). |       |                  |
| Comp. Espec. | C. Espec / Criterios evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                            | %     | Cálculo valor CR |
| 3.EFI.CE1    | Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida. |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 25    |                  |
|              | 3.EFI.CE1.CR4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.                                                                                                           | 8     | MEDIA PONDERADA  |