



Contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje para Educación física. 3.º EP

TEMA 1

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
Consolidación de la lateralidad propia y proyección en los otros y en el espacio	Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de otras personas, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	Realiza acciones básicas (saltos sobre una pierna, botes, pases) con eficacia utilizando su lado dominante. Realiza acciones básicas con el lado no dominante mostrando un mínimo dominio. Realiza acciones básicas y desplazamientos orientándose adecuadamente a la derecha e izquierda respecto a objetos y/o compañeros.
Posibilidades de movimiento de los segmentos corporales y articulaciones	Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de otras personas, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	Realiza movimientos segmentarios con la cintura escapular en distintas posiciones. Realiza movimientos segmentarios con la cintura pélvica en distintas posiciones. Moviliza las distintas zonas de la columna vertebral. Reconoce los huesos y articulaciones en un dibujo.
Representación del propio cuerpo y del de los demás. Identificación y movilización de los huesos y articulaciones y contracción y relajación de los principales músculos	Relacionar los conceptos específicos de Educación Física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.	Reconoce en su cuerpo los principales músculos al contraerlos y relajarlos. Moviliza las distintas articulaciones de forma aislada y realiza todos los movimientos posibles con la mayor amplitud.
Control corporal en situaciones de equilibrio estático	Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	Realiza posturas con un compañero variando los apoyos y manteniendo el equilibrio. Realiza juegos y actividades de cooperación, oposición y lucha manteniendo el equilibrio propio
Ajuste corporal: equilibrio dinámico	Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	Se desplaza de distintas formas (gateando, saltando) sobre distintas superficies manteniendo el equilibrio.. Realiza recorridos variando los tipos de desplazamiento con coordinación y manteniendo el equilibrio.
Mejora de las habilidades perceptivo-motrices en situaciones dinámicas	Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	Realiza actividades de pase y recepción con un compañero variando la velocidad y el tipo de desplazamiento. Se desplaza conduciendo un balón con el pie y realizando golpes a un objetivo según se le solicita.



Tema 2

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
El cuidado del cuerpo: identificación y descripción de los hábitos y las normas de aseo personal en relación con el cuidado del cuerpo	Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia su propia persona.	Utiliza la vestimenta y el calzado apropiado en la realización de la clase de Educación Física.
Realización del calentamiento genérico al principio de las clases de Educación Física	Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia su propia persona.	Practica el calentamiento, con ayuda del profesor, como técnica básica de las clases de Educación Física, y desarrolla, con el paso del tiempo, autonomía.
Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud	Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia su propia persona.	Describe básicamente y con ayuda del profesor los beneficios del ejercicio físico para la salud.
Adaptación y regulación de los esfuerzos en cada actividad en función de las posibilidades y limitaciones propias	Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	Identifica los posibles riesgos que se pueden derivar de los ejercicios practicados y adopta medidas preventivas para su realización. Comprueba la frecuencia cardiaca y la relaciona con el tipo de ejercicio realizado.
Práctica de la relajación como forma de vuelta a la calma al final de la clase de Educación Física	Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	Participa y sigue las propuestas del profesor en una sesión de relajación adaptando la respiración a las mismas.
Flexibilidad. Ejercicios para los diferentes grupos articulares	Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	Realiza de forma autónoma los ejercicios de flexibilidad propuestos por el profesor.



Tema 3

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
Organización espacial en desplazamiento y con objetos	Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	Se desplaza de distintas formas manteniendo la distancia con un compañero, o modificándola según se le solicite. Se desplaza atendiendo a más de una relación topológica simultáneamente (delante y debajo, detrás y a la derecha) respecto a un compañero u objeto.
Organización temporal: concienciación y práctica del movimiento rítmico	Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	Realiza con cierta eficacia acciones de marcaje (en defensa) y desmarque (en ataque) en juegos colectivos sencillos con balón. Adapta su movimiento a ritmos sencillos en desplazamiento y realizando acciones con los segmentos superiores.
Organización espacio-temporal: mejora de la competencia motriz en situaciones jugadas.	Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	Adapta su movimiento a estructuras rítmicas sencillas sincronizándolo con el manejo de un objeto (auto lanzamiento, bote) Adapta su movimiento y desplazamiento al de otros compañeros en situaciones jugadas según se le soliciten variaciones de duración, velocidad y dirección



Tema 4

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
Exploración de las capacidades rítmicas asociadas al movimiento expresivo	Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	Representa diversas acciones sencillas (de la vida cotidiana, de profesiones, etc.), en ocasiones con movimientos rítmicos.
Toma de conciencia de las posibilidades de simbolización de las posturas y movimientos expresivos.	Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	Realiza sencillas secuencias de movimiento libre con un soporte rítmico.
Exploración y expresión variada de emociones, sentimientos y estados de ánimo y su relación con la tonicidad	Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	Crea sencillas secuencias de movimiento propias a partir de bailes conocidos. Expresa un mismo estado de ánimo de formas distintas. Exterioriza emociones y sentimientos con naturalidad y desinhibición.
Exploración de las posibilidades de expresión de forma desinhibida y creativa	Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	Dramatiza pequeños cuentos y fábulas de animales realizando distintas acciones. Expresa espontáneamente sensaciones, sentimientos y estados de ánimo propuestos



Tema 5

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
<p>Carrera y marcha en función de un ritmo marcado combinando acciones según estímulos variables. Situaciones donde varíe la forma de desplazamiento en función de los objetivos de la propia actividad. Carreras de relevos individuales y por parejas, con o sin transporte de objetos</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Ejecuta acciones motoras que implican la combinación de todas las formas de desplazamiento conservando el equilibrio y coordinando la acción de los segmentos corporales.</p>
<p>Juegos de persecución –sin cooperación o de cooperación sencilla– donde sean aplicados todo tipo de desplazamientos variando las condiciones espacio-temporales y con incremento progresivo en la dificultad</p>	<p>Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>Aplica y adapta los desplazamientos en juegos de persecución a las situaciones que surgen adecuándolos en cada momento y manteniendo el control del cuerpo.</p>
<p>Desplazamientos y saltos ya conocidos, variando toda la gama de impulsos y caída Desplazamientos y saltos con materiales diferentes (cuerdas, neumáticos, balones, etc.)</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Ejecuta acciones motoras que implican la combinación de desplazamientos y saltos coordinando la acción de los segmentos corporales y sin perder el equilibrio ni la continuidad en los juegos de persecución individuales o en grupo.</p>
<p>Combinación variada de giros en torno a los ejes longitudinal y transversal con desplazamientos y saltos. Realización de trepas en giros y suspensión en torno al eje longitudinal y transversal (en una barra, en una cuerda, etc.) Práctica de giros en torno a los ejes longitudinal y transversal en superficies reducidas y en planos inclinados, combinando con otros desplazamientos y saltos</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Realiza giros sobre los ejes transversal y longitudinal, en los dos sentidos, variando la posición de los segmentos corporales, coordinándolos en la acción y manteniendo el equilibrio general. Realiza una combinación simple de tres elementos: un desplazamiento, un salto y un giro, sin perder el equilibrio.</p>
<p>Recorrido de circuitos con diferentes acciones que combinen desplazamientos con saltos, giros, suspensiones, etc. Práctica de todo tipo de juegos aplicando y combinando las habilidades básicas en entornos conocidos y en entornos menos habituales</p>	<p>Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>Realiza con eficacia motriz un circuito propuesto por el profesor utilizando las habilidades básicas desarrolladas en la unidad, combinándolas y adaptándolas a los retos que plantea el mismo. Utiliza las habilidades aprendidas para participar activamente en juegos de cooperación en entornos menos habituales, resolviendo los retos y situaciones motoras de carácter individual o en colaboración con otros con eficacia</p>



Tema 6

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
Práctica de juegos espaciales y temporales de complejidad creciente que consolidan la estructuración espacio-temporal	Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	Realiza combinaciones y encadenamientos de habilidades motrices acomodándolas a los objetivos de juegos con unos parámetros espacio-temporales determinados.
Juegos motores donde se mejoran las cualidades físicas con el uso continuado de las habilidades básicas y sus combinaciones por medio de variables cada vez más complejas	Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	Identifica y diferencia las habilidades motrices y las cualidades físicas básicas y las aplica a los juegos.
Juegos sencillos de iniciación deportiva: predeportivos, modificados o adaptados, en los que predomine la relación de oposición (p. ej. balón-tiro) y de cooperación-oposición	Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.
Juegos y actividades motoras en entornos cercanos al centro. Juegos sencillos de orientación. Celebración de unos «Juegos Olímpicos» o competición deportiva en el parque	Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	Practica un amplio repertorio de juegos diferenciados por sus retos tácticos y con diferentes roles de participación.
Práctica de juegos cooperativos y tradicionales de distintas culturas, especialmente los presentes en el entorno	Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.	Practica diferentes juegos populares, tradicionales y autóctonos comprendiendo las características de los mismos y distinguiendo de los deportes juegos más convencionales.
Juegos y deportes adaptados al medio natural (juegos de pistas, juegos de orientación, rastreos...). Excursiones de carácter interdisciplinario con otras asignaturas (sendas ecológicas, recogida de plantas y minerales...)	Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.	Participa en una actividad de senderismo en el medio natural respetando las normas relacionadas con la flora, la fauna y la seguridad.
Los Juegos Olímpicos. Historia y evolución. Deportistas referentes por sus logros y valores	Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.	Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer información sobre la historia de los Juegos Olímpicos y exponer un trabajo según las pautas proporcionadas.



Tema 7

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE PRENDIZAJE
<p>Realización de manipulaciones y manejo de diferentes objetos, en situación estática y de desplazamiento, con distintos objetivos</p> <p>Situaciones y tareas jugadas manipulando objetos (malabarismos)</p> <p>Introducción de juegos con pelotas y otros objetos pequeños (sensibilidad de los dedos)</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Se desplaza transportando un móvil de diferentes formas y por diferentes superficies sin perder el control del mismo.</p>
<p>Lanzamientos de precisión en altura o distancia con una o con ambas manos, y con distintos objetivos.</p> <p>Transporte de objetos con desplazamientos y acciones variadas</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Coordina de forma correcta un desplazamiento frontal con un lanzamiento a distancia con una mano.</p>
<p>Combinación de desplazamientos con lanzamientos a distancia y de precisión</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Se desplaza en zig-zag rodando o botando un balón entre obstáculos variados manteniendo el control sobre el mismo.</p> <p>Coordina de forma correcta un desplazamiento frontal con un lanzamiento con el brazo dominante sobre un blanco fijo.</p>
<p>Golpeos de móviles con todas las partes del cuerpo.</p> <p>Golpeos sucesivos contra una pared con distintas partes del cuerpo</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Golpea el balón con un pie frente a una pared con cierta continuidad adaptándose a la trayectoria del móvil.</p> <p>Realiza golpeos básicos con un implemento adaptándose a las trayectorias de los móviles.</p>
<p>Aplicación de las habilidades manipulativas y de lanzamiento para adquirir habilidades propias de los juegos deportivos colectivos</p> <p>Pase y recepción de móviles y otros objetos en distintas situaciones y posiciones, y en todas sus variantes</p>	<p>Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>Pasa y recibe el balón de forma continuada y en diferentes posiciones (de pie, sentado, etc.) adaptándose a su trayectoria.</p> <p>Dirige distintos tipos de móviles a blancos fijos golpeándolos con diferentes partes del cuerpo o con un implemento</p>