

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36002347	CEIP Pérez Viondi	A Estrada	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación primaria	Educación física	6º Pri.	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	22
4.2. Materiais e recursos didácticos	23
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	24
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	25
6. Medidas de atención á diversidade	26
7.1. Concreción dos elementos transversais	26
7.2. Actividades complementarias	28
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	29
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	30
9. Outros apartados	30

1. Introducción

A seguinte programación didáctica para a área de Educación Física está destinada ao 6º curso de Educación Primaria, realizada en base á Concreción Curricular do centro e tendo en conta o Decreto 155/2022 no que se establece o currículo de Educación Primaria. Hoxe en día está máis que comprobado os beneficios que ten a práctica de exercicio físico. Por exemplo, durante o exercicio libéranse unha serie de moléculas (BNDF, IGF-1) que interveñen en procesos neuronais básicos, como a plasticidade sináptica, a neuroxénese ou a vascularización cerebral (Gómez-Pinilla e Hillman, 2013), xunto ao incremento do nivel de neurotransmisores imprescindibles para unha boa aprendizaxe, como a dopamina (motivación), serotonina (estado de ánimo) ou noradrelina (atención), por exemplo. Nos últimos anos a neurociencia revelou que o exercicio regular pode modificar o entorno químico e neuronal que favorece a aprendizaxe, é dicir, os beneficios son tamén cognitivos (Donnelly et al. 2016). Polo tanto, ademais de tratarse como área propia, ten transferencias e beneficios para a persoa e para o resto de áreas. A área de Educación Física debe fundamentarse na adquisición das capacidades que contribúan ao desenvolvemento persoal e a unha mellor calidade de vida. Ten que dirixirse cara ao coñecemento progresivo da conducta motora e á adquisición de actitudes, valores e normas referentes ao corpo e ao movemento. Ademais, datos alarmantes da OMS sobre o aumento de casos de obesidade infantil, causados en gran medida pola triple praga do sedentarismo (televisión, redes sociais e videoxogos) constitúen a tormenta perfecta de lecer pasivo. Cabe sinalar neste aspecto que temos na nosa man cambiar certos hábitos. Encontrámonos inmersos nunha sociedade cun ritmo de vida frenético e cun consumismo desenfreado. Unha sociedade onde os valores se encontran en entre dito e onde a xestión das emocións estase declarando como unha necesidade básica. É unha área que contribuirá ao logro de diversos fins educativos na Etapa de Educación Primaria: socialización, autonomía, aprendizaxes básicas e mellora das posibilidades expresivas, cognitivas, comunicativas e lúdicas. Pero a Educación Física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento, de organización perceptiva, anatómico-funcional, estético-comunicativa, de relación persoal coas demais persoas, agonística, hixiénica, hedonista, de compensación e catártica. Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á Atención á Diversidade. Debe incidirse na Coeducación e na Igualdade de oportunidades para ambos sexos. Nesta proposta teranse en conta os diferentes ritmos de maduración, pretendendo desenvolver as capacidades e habilidades instrumentais que melloran e aumentan as posibilidades de movemento dos alumnos/as, a través de patróns motores básicos que constitúan unha sólida base para o futuro. Un dos obxectivos principais debe ser fomentar a adquisición dun estilo de vida activo e saudable que lle permita ao alumnado chegar a consolidar hábitos e, posteriormente, perpetualos ao longo da súa vida. Esos hábitos de vida saudable son a clave para evitar o sedentarismo e a obesidade contribuíndo a ter calidade de vida. Temos que inculcar ao noso alumnado que a actividade física ten que estar no presente e no futuro do seu día a día. Para abordar con posibilidades de éxito as numerosas situacións motrices ás que se verá exposto o alumnado ao longo da súa vida, será preciso desenvolver de maneira integral capacidades de carácter cognitivo e motor, pero tamén afectivo-motivacional, de relacións interpersoais e de inserción social. Deste xeito, o alumnado terá que aprender a xestionar as súas emocións e as súas habilidades sociais en contextos de práctica motriz. O alumnado tamén deberá recoñecer diferentes manifestacións da cultura motriz, como parte relevante do patrimonio cultural, expresivo e artístico, que poden converterse en obxecto de gozo e aprendizaxe. Para iso, será preciso desenvolver a súa identidade persoal e social integrando nela as manifestacións máis comúns da cultura motriz, a través dunha práctica vivenciada e creativa. O desenvolvemento de actitudes comprometidas co medio ambiente e a súa materialización en comportamentos baseados na conservación e na sustentabilidade asociaranse cunha competencia fundamental para a vida en sociedade que debe comezar a adoptarse nesta etapa.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, practicando regularmente actividades físicas e deportivas e adoptando comportamentos que potencien a saúde física, mental e social, así como medidas de responsabilidade individual e colectiva durante a práctica motriz para interiorizar e integrar hábitos de actividade física sistemática que contribúan ao benestar.			2-5		2-5		3	
OBX2 - Adaptar os elementos propios do esquema corporal, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e as destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións, para dar resposta ás demandas de proxectos motores e de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria.			1	3	4-5			
OBX3 - Desenvolver procesos de autorregulación e interacción no marco da práctica motriz, con actitude emprática e inclusiva, facendo uso de habilidades sociais e actitudes de cooperación, respecto, traballo en equipo e deportividade, con independencia das diferenzas etnoculturais, sociais, de xénero e de habilidade dos participantes, para contribuír á convivencia social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa.	1-5				1-3-5	2-3		
OBX4 - Recoñecer e practicar diferentes manifestacións lúdicas, físico-deportivas e artístico-expresivas propias da cultura motriz, valorando a súa influencia e as súas achegas estéticas e creativas á cultura tradicional e contemporánea, para integralas nas situacións motrices que se utilizan regularmente na vida cotiá.		3				3		1-2-3-4
OBX5 - Valorar diferentes medios naturais e urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con eles, comprendendo a importancia da súa conservación desde un enfoque sustentable e adoptando medidas de responsabilidade individual durante a práctica de xogos e actividades físico-deportivas, para realizar unha práctica eficiente e respectuosa coa contorna e participar no seu coidado e mellora.			5			2-4	1-3	

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Desafíos físicos cooperativos	Traballaremos os desafíos físicos cooperativos para crear o ambiente e coñecer cales son as nosas capacidades físicas, afectivas e sociais para avanzar no resto do curso.	10	5	X		
2	Espartanos	Melloraremos a condición física, crearemos hábitos saudables e a hixiene postural, aprendendo a manter un ritmo de carreira estable que poderemos poñer en práctica nun contexto real de carreira, na saída do XOGADE co campo a través.	10	6	X		
3	Creamos hábitos saudables	Mediante as diferentes modalidades do paintball (completa a misión, protexe ao capitán saudable, atrapa o prato de Harvard...) traballaremos habilidades de lanzamento e recepción así como a alimentación e hábitos saudables.	8	5	X		
4	Parkour	Realizaremos as principais técnicas do parkour con diferentes niveis de consecución, aplicarámoslas de forma práctica co deporte World Chase Tag e acabaremos creando a nosa propia senda Parkour.	8	5	X		
5	Acroescalada	Realizaremos unha produción final por grupos basada nas figuras aprendidas de acroescalada.	8	5	X		
6	Béisbol	Traballaremos a iniciación aos deportes de bate e campo co softball, partindo de deportes alternativos como o rubéisbol.	8	6		X	
7	Bádminton	Seguiremos avanzando no traballo cos deportes de raqueta, experimentando con diferentes opcións (pickleball, tenis de mesa, xogos adaptados como o dos catro cadrados...) e chegando a posibilidades e concienciación táctica do bádminton mediante o modelo pedagóxico Teaching Games for Understanding.	8	6		X	
8	Exprésate comigo	A través de diferentes propostas rítmicas traballaremos a expresión corporal dende varias perspectivas.	8	5		X	
9	Goubak	Con este deporte alternativo traballaremos numerosos aspectos tácticos así como diferentes aspectos que nos presenta (exemplo a introdución dos números negativos).	8	6		X	
10	Bottleball	Mediante a reutilización de material de refugallo coas nosas creacións traballaremos principios dos deportes de	8	7			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
10	Bottleball	campo dividido.	8	7			X
11	Rugby Tag	Iniciáremonos neste deporte e nos seus principios básicos.	8	7			X
12	Gozamos do entorno	Nesta UD traballaremos a iniciación á orientación con propostas como o geodashing ou o GPSart.	8	7			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Desafíos físicos cooperativos	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.	Adquire hábitos saudables.		
CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Participa activamente en todos os desafíos, proporcionando ideas, solucións ou comentarios constantemente e con fundamento, amosando unha boa disposición e interese na clase.	TI	100
CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	Recoñece algúns dos efectos beneficiosos da actividade física.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Saúde mental: - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.

Contidos

- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.

UD	Título da UD	Duración
2	Espartanos	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.	Hidrátase de forma adecuada.	TI	100
CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	Realiza quecementos de forma autónoma, variando exercicios e implicando todos os grandes grupos musculares.		
CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Recoñece efectos dos hábitos posturais na saúde, así como unha adecuada activación e relaxación.		
CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.	Respecta as medidas de seguridade.		
CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	Coñece exercicios para mellorar a súa condición física.		
CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	Traballa cos seus compañeiros para a mellora da condición física.		
CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	É consciente da importancia que ten a condición física na saúde.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	É capaz de dosificar o esforzo, intentando levar un ritmo de carreira estable.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. - Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física. - Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás. - Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais. - Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer) - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade). - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural. - Previsión de riscos de accidente durante a práctica no medio natural e urbano: valoración previa e actuación.

UD	Título da UD	Duración
3	Creamos hábitos saudables	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	Recoñece algún efecto beneficioso para integrar na súa vida diaria.	TI	100
CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.	Coñece hábitos de alimentación saudable para levar á súa vida diaria.		
CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	Coñece os prexuízos dos ultraprocesados.		
CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Coñece exercicios de activación e relaxación.		
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	Aplica principios básicos nas distintas modalidades do Paintball axustándoos á lóxica do xogo nas situacións de cooperación-oposición.		
CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	Xestiona as emocións durante o xogo.		
CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Convive dialogando para a resolución de conflitos.		
CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.	Participa activamente en xogos motores valorando a súa achega cultural.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos

- Saúde física:
- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Impacto dos alimentos ultraprocesados e das bebidas pouco saudables.
- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Esquema corporal:
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Xestión emocional: autoestima. ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.

UD	Título da UD	Duración
4	Parkour	5

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Realiza un quecemento adecuado á práctica que se vai levar a cabo.	TI	100
CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	Resolve problemas motrices relacionados coas persecucións (World Chase Tag)		
CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	Adapta habilidades motrices para superar obstáculos.		
CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	Participa na creación da senda parkour secuenciando accións.		
CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.	Adopta as medidas de seguridade acordadas para a práctica das técnicas parkour e a creación da súa senda parkour.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Esquema corporal: - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou en superficies inestables. - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade). - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.

Contidos

- Previsión de riscos de accidente durante a práctica no medio natural e urbano: valoración previa e actuación.

UD	Título da UD	Duración
5	Acroescalada	5

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.	Adopta posturas de rexeitamento fronte a discriminación.	TI	100
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	Participa no desenvolvemento do proxecto motor (montaxe acroescalada) intentando xerar producións motrices de calidade).		
CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	Xestiona as emocións durante a creación.		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	Adquire técnicas (xogo de balóns/ acroescalada) sendo quen de implementalas nun proxecto motor.		
CA3.4 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical, e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.	Crea composicións de forma estética e creativa.		
CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	Autorregula a súa actuación nos diferentes momentos da creación.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

- Saúde social:

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado. - Uso de ferramentas ou plataformas dixitais. - Esquema corporal: - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou en superficies inestables. - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo. - Deportes olímpicos e paralímpicos, historia e institucións asociadas aos xogos olímpicos e paralímpicos.

UD	Título da UD	Duración
6	Béisbol	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Analiza criticamente os comportamentos sexistas asociados ao deporte.	TI	100
CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Aplica principios básicos de decisións asociados aos deportes de bate e campo.		
CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Adapta a súa competencia motriz á lóxica interna dos xogos modificados traballados.		
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	Respecta os parámetros de deportividade e xogo limpo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Mostra un compromiso activo no fomento da igualdade de xénero.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. - Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física. - Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices. - Concepto de fairplay ou <i>ixogo limpo</i>.

UD	Título da UD	Duración
7	Bádminton	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Adopta posturas non sexistas no transcurso do xogo.		
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	Aplica principios básicos de decisión traballados adaptándose ao contexto de actuación.	TI	100

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	Respecta as normas consensuadas para o deporte.		
CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Valora os deportes de raqueta como fenómeno cultural analizando os estereotipos de xénero.		
CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Dialoga na resolución de conflitos.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. - Esquema corporal: - Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas. - Concepto de fairplay ou <i>lxogo limpo</i>. - Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.

UD	Título da UD	Duración
8	Exprésate comigo	5

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.	Rexeita comportamentos discriminatorios e os estereotipos de xénero.	TI	100
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	Xera producións motrices de calidade en grupo.		
CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	Autorregula a súa actuación participando activamente nas propostas.		
CA3.4 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical, e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.	Comunica ideas de forma estética e creativa.		
CA5.7 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.	Crea composicións con soporte musical.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: - Saúde mental: - Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado. - Uso de ferramentas ou plataformas dixitais. - Esquema corporal: <ul style="list-style-type: none"> - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo. - Coñecemento e execución de bailes e danzas populares de Galicia, de España e do mundo. - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.

UD	Título da UD	Duración
9	Goubak	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Respecta a diversidade.	TI	100
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	Aplica principios básicos asociados ao Goubak.		
CA4.4 - Respectar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	Coñece e respecta as normas do Goubak, xogando de forma limpa.		
CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Participa activamente nas actuacións que fomentan igualdade de xénero.		
CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñece condutas no deporte que afectan á convivencia.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.

Contidos

- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.

UD	Título da UD	Duración
10	Bottleball	7

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	Amosa unha actitude crítica ante os estereotipos.	TI	100
CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Reflexiona sobre os principios básicos traballados.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	Aplica principios básicos dos deportes de campo dividido.		
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	Recoñece o valor das actuacións dos compañeiros e dos rivais.		
CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Colócase atendendo á lóxica interna do xogo.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. - Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva. - Toma de decisións: - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas. - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais. - Concepto de fairplay ou 'xogo limpo'. - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

UD	Título da UD	Duración
11	Rugby Tag	7

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	Aplica principios básicos de colaboración-oposición.	TI	100
CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.	Aborda condutas vinculadas ao deporte que afectan negativamente á convivencia.		
CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Aplica principios básicos do Rugby Tag.		
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	Coñece e respecta as normas do Rugby Tag, xogando de forma limpa.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas. - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto. - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil. - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais. - Concepto de fairplay ou òxogo limpo.

Contidos
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de

UD	Título da UD	Duración
12	Gozamos do entorno	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.	Coñece e aplica actuacións básicas de primeiros auxilios.	TI	100
CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.	Adapta as accións motrices ao deporte de orientación.		
CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Valora a orientación como fenómeno cultural.		
CA6.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.	Respecta o medio en todas as actividades propostas.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer) - Toma de decisións: - Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais. - Esquema corporal: <ul style="list-style-type: none"> - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural. - Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.

Contidos

- Transporte activo e sustentable: bicicletas, patíns, patinetes.
- Previsión de riscos de accidente durante a práctica no medio natural e urbano: valoración previa e actuación.
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

4.1. Concrecións metodolóxicas

O instrumento do xogo, combinación de curiosidade e pracer, é a arma máis poderosa da aprendizaxe. Esta cita de Francisco Mora (2013) indica o camiño que levará a metodoloxía, favorecendo un alumnado activo. Como non podía ser doutra maneira empregarei o recurso do xogo como o elemento por excelencia da nosa área. Seguindo a Delgado Noguera traballarei os seguintes estilos de ensinanza, favorecendo o uso do descubrimento guiado, a resolución de problemas, o traballo por retos ou a cooperación, como nos indican as orientacións metodolóxicas da nosa área. Dentro das metodoloxías activas cabe destacar a gamificación mediante microgamificacións, por exemplo con xogos de quecemento. Cabe sinalar que os modelos pedagóxicos serán un dos eixes principais desta programación. Abordan moito máis falando de metodoloxías na aula, contidos, rol da avaliación, como traballar os enfoques comprensivos do deporte, experiencias motivantes do alumnado, como fomentar a responsabilidade persoal e social dentro da aula. Van máis alá do eixe profesor-alumno-agrupamentos (os 3 eixes dos estilos de ensinanza). Abarcan case todos os factores, sendo específicos de EF e con evidencias prácticas do seu emprego. Seguindo a Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela Alcalá, D., Pérez Pueyo, A. e Aznar Cebamanos, M. (2016). Modelos pedagóxicos en Educación Física: consideracións teórico-prácticas para docentes. Revista Española de Educación Física y Deportes, 413, 55-75, podo sinalar modelos pedagóxicos que se empregarán. Por un lado, o teaching games for understanding (TGfU) para traballar de xeito comprensivo os deportes. O modelo de educación deportiva adaptado ao noso contexto e ao noso tempo de práctica, pasando por diferentes roles. Outro modelo pedagóxico a destacar é a aprendizaxe cooperativa que introduciremos na aula con estruturas como o Puzzle de Aronson, escaleira de cartas, reto do 1 ao 12 ou círculo do poder. Outros modelos que se implementarán son:

-Estilo actitudinal: afástase de centrar a importancia nos contidos, para preocuparse polo proceso de aprendizaxe e as necesidades do alumnado, converténdoo no centro do mesmo. Establece as actitudes como elemento vertebrador para conseguir un mellor aprendizaxe e unha maior motivación cara a EF. Proponse o motriz como un medio, traballando simultánea e equilibradamente o resto das capacidades que desenvolven de maneira integral ao individuo. A súa finalidade radica en que todo o alumnado teña experiencias positivas, sen excepción e dende a inclusión. Son tres os compoñentes a través dos que se desenvolve: 1) as actividades corporais intencionadas; 2) organización secuencial cara as actitudes; 3) as montaxes finais.

-Autoconstrución de material: o proceso de deseñar e construír materiais reforza tres elementos básicos do construtivismo: a aprendizaxe activa que aprende facendo, a aprendizaxe social que aprende en grupo e o aprendiz creativo que diseña e inventa. Usarase en Unidades como a de Bottleball.

-Educación para a saúde: a idea central deste modelo é que a saúde, en vez de habilidade, debe ser o obxectivo/resultado principal da EF. Por iso basease na idea de Siedentop (1996) de que os estudantes valoren ter unha vida fisicamente activa. Propoñen que a aprendizaxe debe incluír o coñecemento e a comprensión da importancia da actividade física, a organización do estilo de vida e o desenvolvemento de estratexias de auto-xestión. Malia que todas as UD están enfocadas a isto, sinalase algún aspecto concreto, como por exemplo na unidade de condición física na que se traballa a importancia de manter un ritmo adecuado na carreira, logrando mantelo no tempo.

- Educación aventura: un formato de ensinanza no que os estudantes participan en actividades de aventura que requiren habilidades físicas, cognitivas e afectivas. Entre os seus elementos fundamentais figuran: resolución de problemas/ superación de barreiras/ cooperación/ uso creativo de espazos e materiais/ contexto lúdico. A metodoloxía adaptase a cada unha das unidades didácticas propostas e a secuenciación lóxica dos contidos.

Consideramos clave crear un clima de clase positivo na que brille o respecto, coeducación e cooperación. Unha EF emocional na que tomemos ao noso alumnado como un todo. Para iso, empregaranse técnicas como pode ser o caso do mindfulness ou os desafíos físicos emocionais seguindo a autoras relevantes neste sentido como Irene Pellicer. Unha utilización equilibrada e coherente destes aspectos sinalados favorecerá no alumnado a súa implicación, a súa motivación, as relacións interpersoais, a aprendizaxe, a autonomía e a súa disciplina, estimulando no docente un

desenvolvemento profesional óptimo e favorecendo a mellora do proceso educativo. Deberemos facer visible o invisible a través do currículo oculto. Se queremos que a programación como guía de acción docente sexa real non podemos deixar de lado o que ensinamos ou deixamos de ensinar inconscientemente.

Empregaranse dous tipos de sesións, a de Marcelino Vaca Escribano (adaptada a 5 momentos de sesión) e a de Seners (3 partes), fundamentalmente. Adaptaranse a cada tipo de método, xa que por exemplo co Flipped classroom suprímese a fase de información, xa que se leva a cabo na casa.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións: polideportivo, ximnasio, patio exterior e patio interior.
Informático e audiovisual: proxector, pizarra dixital, ordenador, altosfalantes, equipo de música...
Non convencional refutable: xornais, botellas e bolsas de plástico, botes suavizante...
Non convencional: globos, toallas, sacos, teas, panos...
Convencional gran tamaño: porterías, canastras, colchonetas, pelotas grandes...
Convencional pequeno tamaño: aros, cordas, picas, conos, pelotas...

Poderíamos definir os recursos e materiais didácticos como os instrumentos e medios que suministran información ao docente sobre futuras pautas ou decisións acerca de todo o proceso de ensinanza e de aprendizaxe. Os diferentes materiais e recursos didácticos que utilizaremos deberán cumprir as seguintes funcións: 1. Función de apoio á aprendizaxe: os materiais favorecen a interiorización dos contidos dunha maneira eficaz e significativa dentro do proceso de adquisición de aprendizaxe. Os materiais xogan un papel esencial ao ser os canalizadores na selección e almacenamento da información. 2. Función estruturadora: axudan á hora de ordenar e estruturar toda a información que reciben, de maneira que o abstracto verase transformado en coñecementos máis concretos e accesibles, conseguindo con iso, que os alumnos obteñan unhas aprendizaxes máis específicas e concretas. 3. Función motivadora: todo recurso material ten que ser chamativo, fonte de interacción e favorecedora da aprendizaxe de forma agradable, divertida e pracenteira, onde o neno non conciba en si mesmo o obxectivo principal que persegue, que é a aprendizaxe, senón que considere toda actividade educativa como unha ampliación máis da súa vida diaria. Con base no sinalado, Bautista (2010) establece unha serie de características que deben ter os materiais en relación á función complementaria que realiza na actividade educativa, como: - Carácter motivador; xa que, segundo a forma, textura, cor e características particulares do material, espertase o interese e curiosidade para a súa utilización. - Carácter polivalente; os materiais poden ser utilizados como elementos en varias actividades escolares e como elementos de diferentes xogos. - Carácter colectividade; a súa utilización pode ser individual ou colectiva. - Carácter de accesibilidade; estar organizado e dispoñible para a libre elección dos alumnos. A importancia do material, os recursos e estímulos aplicados como xogo na Actividade Física son fundamentais xa que permiten realizar experiencias múltiples, mediante os cales se vai acadando a comprensión concreta e precisa dos obxectivos nas metas propostas, así como tamén o proporcionar a capacidade de poder crear, relacionar, e transformar o que se quere alcanzar en coñecemento, cun ambiente cheo de emocións, sensacións e experiencias propias do ser humano mediante actividades lúdicas. Á hora de falar sobre os recursos e materiais de Educación Física é necesario establecer as diferenzas que existen entre un e outro. Para moitos autores sinónimos, pero para outros hai unha diferenza entre os materiais e os recursos. Trujillo (2010), menciona que por materiais defínense aqueles materiais curriculares que foron elaborados cunha finalidade explícita, mentres que os recursos didácticos toman o seu verdadeiro valor pedagóxico no momento no que os docentes deciden, desde a metodoloxía, integralos no currículo. Os recursos e materiais utilizados nas sesións de Educación Física cumpren distintas finalidades, sendo as máis relevantes as seguintes: - Son un medio entre a teoría impartida e a práctica deportiva. - Motivan ao alumnado á hora de realizar as tarefas. - Favorecer a comunicación e comprensión entre o alumnado. - Son un elemento auxiliar eficaz. - Posibilita a autoinstrución. - Son unha guía para as aprendizaxes. - Permiten avaliar ao alumnado. En función da unidade didáctica e sesión a impartir, empregaranse uns materiais e recursos diferentes. Deben estar acordes ás actividades para realizar. O material dependerá do propósito co cal se vai a traballar, polo que será preciso analizar: a idade, as capacidades, a contorna, entre outras. Tamén teremos en conta para a impartición da área os recursos que

nos ofrece a comunidade e o entorno (parques, ríos, bosques, camiños, pistas de tenis e outras instalacións) e que igualmente serán empregados cando así se considere.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Lagardera define a avaliación como un mecanismo de recollida de información que, unha vez valorada, serve para tomar determinadas decisións. A avaliación debe ser entendida como unha práctica reflexiva que nos permita comprender mellor o que sucede no escenario educativo. Tamén nos permitirá investigar sobre a nosa propia práctica. Polo tanto, a avaliación débenos servir para acumular o maior número de información sobre un alumno e sobre todos os aspectos que determinan o proceso de aprendizaxe. En Educación Física a avaliación posúe unha serie de peculiaridades que se deben ter en conta:

- O carácter lúdico que a actividade físico-deportiva posúe fai que os obxectivos que se plantexen sexan de satisfacción persoal. Xerar actitudes positivas e duradeiras é unha meta a longo prazo, logo non debemos obsesionarnos con obxectivos inmediatos.
- A estreita relación entre motricidade e desenvolvemento evolutivo desvirtúa os éxitos conseguidos polo profesorado.
- As condicións en que se desenvolve a área: número de alumnos, tempo dispoñible, necesidade de instrumentos ou condicións específicas e a imposibilidade de avaliar de forma masiva poden restar eficacia á avaliación. Polo tanto é necesario abordar estas condicións con criterios realistas, debemos seleccionar instrumentos que pola súa economía, facilidade de aplicación, fluidez na organización e calidade da información recollida alteren menos o ritmo de clase.
- Ten que compaxinar as apreciacións subxectivas coas obxectivas, tanto unhas como outras poden alterar a información. Os obxectivos actitudinais poden perderse na subxectividade e a práctica exclusiva de probas obxectivas reduce o progreso do alumno fronte á norma.
- A ausencia dun contido estable definido e uniforme fai que se imparta substancialmente de forma diferente segundo as circunstancias da contorna. A avaliación inicial serve para coñecer o nivel, non exacto, pero si unha aproximación, do grupo clase con respecto a algúns contidos.

A través desta avaliación inicial en educación física, non se pretende coñecer todos os aspectos que se poidan avaliar na área (se fose así poderíamos estar todo o ano avaliando), senón só aqueles que sexan máis relevantes para o obxectivo educativo que cada un pretenda conseguir, e así poder realizarse unha idea rápida e global de onde pode partir. Existe unha gran variabilidade de aspectos a avaliar en Educación Física e de distinta natureza (expresión corporal, habilidades motrices básicas, equilibrio, coordinación, capacidades física básicas, actividades no medio natural, xogos de cooperación-oposición, respecto que lle teñen ao material, a autonomía, etc.). Podemos definir a avaliación inicial como aquela que nos permite diagnosticar ata onde pode chegar o proceso de ensinanza e de aprendizaxe, como o punto de partida dos obxectivos propostos.

Na primeira sesión de cada unidade didáctica prestarase especial atención ao nivel de partida do alumnado en canto aos contidos de dita unidade (posibilidades, necesidades, intereses, etc). Suporá unha avaliación inicial que poderá condicionar o grado de complexidade das actividades das seguintes sesións. Tamén ao inicio do curso realizaremos unha avaliación inicial para coñecer o nivel de competencia motriz dos nosos alumnos/as. Esta primeira avaliación do curso que se levará a cabo durante as sesións do mes de setembro e que nos permitirá obter un diagnóstico inicial estará composta por:

- Ficha médica de cada alumno e alumna
- Circuitos e actividades que comprendan os seguintes contidos: - Estructuración espazo-temporal - Coordinación e equilibrio - Habilidades básicas - Habilidades xenéricas - Capacidades físicas
- Expresión e comunicación corporal: estas tarefas e actividades poden ser rexistradas en vídeo para unha posterior análise e valoración por parte do mestre, co obxectivo de ter un punto de partida co que comezar a traballar cos contidos.

A diversidade é unha realidade facilmente observable, e a súa axeitada atención é un dos alicerces básicos no que se fundamenta o sistema educativo. Cada alumno e cada alumna teñen unha ampla gama de necesidades educativas, debidas á presenza de múltiples factores persoais e sociais (xénero, idade, etapa de desenvolvemento madurativo, motivación, intereses, estilos de aprendizaxe, expectativas, procedencia socioeconómica e cultural, orixe étnica, etc.), que deben ser satisfeitas. En consecuencia, todo centro ten que estar en condicións de:

- 1.º Adaptarse ás características individuais e sociais de cada alumno ou alumna.
- 2.º Ofrecer unha cultura común, respectando as peculiaridades de cada cultura propia.
- 3.º Adoptar unha metodoloxía que favoreza a aprendizaxe de todo o alumnado na súa diversidade.
- 4.º Partir dunha avaliación inicial do alumnado en cada núcleo de aprendizaxe que permita detectar os seus coñecementos previos, para facilitar a significatividade dos novos contidos que se deben aprender.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
Peso UD/ Tipo Ins.	10	10	8	8	8	8	8	8	8	8
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Unidade didáctica	UD 11	UD 12	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	8	8	100
Táboa de indicadores	100	100	100

Criterios de cualificación:

A avaliación será Criterial, interpretando os resultados en función do alumno/a e avaliando o seu propio progreso, é dicir, o resultado obtido do individuo comparárase con outros resultados obtidos polo mesmo nas mesmas actividades ou probas. Rexistraremos diariamente o que acontece nas sesións, empregando diferentes Instrumentos de Avaliación:

- DIANA DE AUTOAVALIACIÓN

- ESCALAS DE VALORACIÓN: cada U.D. inclúe a escala que se aplicará nela.

- REXISTRO ANECDÓTICO: reflectiranse acontecementos que sexan significativos a efectos de avaliación do alumnado, así como calquera feito ou incidencia da sesión que nos poida servir como autoavaliación.

- LISTAS DE CONTROL: consiste nunha serie de ítems referidos a características, accións e actividades, nas que se indicará simplemente se se realizan ou non.

- RÚBRICAS: instrumento de medición no que a través dos CA prescritos, mediante a disposición de escalas, que permiten determinar a calidade da execución en tarefas específicas.

- COAVALIACIÓN: o alumnado será o responsable de avaliar aos seus compañeiros en aspectos e accións definidas polo docente.

- TEST MOTORES: miden as cualidades físicas básicas que posúe o alumnado para realizar unha actividade física.

- LUDOGRAMAS: permite observar e representar o rol dos xogadores; e contabilizar accións (por exemplo, o número de pases que fai).

- SOCIOGRAMA. permitiranos coñecer as relacións sociais que existen dentro dos membros do grupo.

CANDO SE AVALÍA?

1- AVALIACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS: Avaliarase cada unha das Unidades Didácticas sobre 10, empregando diversos instrumentos de avaliación. Para isto, tomaremos de referencia os criterios de avaliación xunto cos seus mínimos de consecución establecidos para cada unha das UD do apartado 3.3. Avaliación das Unidades Didácticas desta programación.

2- AVALIACIÓN DO TRIMESTRE: Para avaliar cada trimestres teremos en conta as Unidades Didácticas levadas a cabo en cada un dos trimestres. A nota do trimestre será o resultado da nota ponderada acadada polo alumno/a en cada UD, sempre tendo en conta a % de peso que ten esa UD.

3. AVALIACIÓN FINAL DO CURSO (NOTA ORDINARIA) : A nota da avaliación final ou ordinaria será o resultado da % de peso das UD

Criterios de recuperación:

Para o alumnado que non superen o grao de consecución mínima dos CA estableceremos as seguintes premisas:

1.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito progresivo quedarán superados cando na seguinte avaliación sexan acadados.

2.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito non progresivo proporánselle actividades ao longo do curso nas distintas UD para que o alumnado supere ditos Criterios de Avaliación.

6. Medidas de atención á diversidade

O punto de partida das nosas actuacións será a avaliación inicial. Partiremos do Decreto 229/2011 do 7 de decembro e a Orde do 8 de setembro de 2021 que o desenvolve. Serán clave as actividades de ampliación e reforzo, as actividades de seguemento e as actividades especificamente deseñadas. Neste sentido será vital a adaptación dos instrumentos de avaliación. As medidas tomaranse ao principio de curso e de cada UD. Os primeiros claustros sobre avaliación inicial tamén son un momento idóneo para afrontar estas medidas en coordinación co resto do profesorado. Dado o caso articularanse medidas de reforzo educativo durante o curso cando ocorra unha situación especial nese período de tempo. Necesitamos saber o rendemento en cursos anteriores, aspectos físicos, de saúde, sociais, cognitivos a comezo do curso. Pero ao comezo de cada UD coñeceremos tamén os seus intereses, motivacións e coñecementos previos. Non podemos esquecernos da diversidade ordinaria existente en calquera grupo humano. Atenderase a cada alumno de xeito individualizado, tratando de darlle unha resposta ás súas necesidades e características. No caso de que ao longo do curso académico se detectaran outras necesidades no alumnado ou se incorporaran nenos novos, levaríanse a cabo as propostas establecidas no Plan de Atención á Diversidade do centro, así como no resto de documentos do centro, adoptando as medidas oportunas. Non nos podemos esquecer daquel alumnado que de xeito esporádico non pode acceder con normalidade ás nosas clases, como por exemplo o alumnado lesionado. Para atendela propónse establecer un programa de traballo individualizado no que se realicen as actividades que son compatibles coa lesión durante o tempo que este permaneza, sempre vinculándoas ós contidos en cada UD.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Comprensión lectora	X	X	X	X	X			
ET.2 - Expresión oral e escrita	X	X	X	X	X			
ET.3 - Educación Emocional e Educación en Valores	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Igualdade entre homes e mulleres	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Educación Vial								
ET.6 - Educación Ambiental			X					
ET.7 - Educación para a saúde	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia.	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9	UD 10	UD 11	UD 12
ET.1 - Comprensión lectora	X		X	X
ET.2 - Expresión oral e escrita				X
ET.3 - Educación Emocional e Educación en Valores	X	X	X	X
ET.4 - Igualdade entre homes e mulleres	X	X	X	X
ET.5 - Educación Vial				X
ET.6 - Educación Ambiental		X		X
ET.7 - Educación para a saúde	X	X	X	X
ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico	X	X	X	X
ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia.	X	X	X	X

Observacións:

A Educación Primaria, pretende proporcionar ao alumnado unha educación que lle permita afianzar o seu desenvolvemento persoal e o seu propio benestar; desenvolver as habilidades sociais, a creatividade e a afectividade; lograr que adquiran os elementos básicos da cultura, e formalo para o exercicio dos seus dereitos e das súas obrigacións na vida como cidadáns. Desta forma, tanto en Educación Infantil como en Educación Primaria, a actuación do profesor e a relación que se establece entre el e o alumno reviste unha gran relevancia; por iso, os principios nos que se fundamentan os temas transversais deben inspirar en toda a actividade docente e, do mesmo xeito deben ser traballados conxuntamente coas familias para que os nenos e nenas non vivan actuacións contraditorias entre o ámbito escolar e familiar. Para conseguir o anteriormente exposto, faise necesaria a presenza dos temas transversais no currículo. Hai que sinalar, que os temas transversais impregnan gran parte dos contidos das áreas. Son prescritivos e non aparecen no currículo como disciplinas separadas senón impregnado todo o labor educativo na que todo o profesorado de todos os niveis e etapas educativos está involucrado. Ditos temas poden definirse como contidos basicamente actitudinais, que exercen influencia no comportamento conductual do noso alumnado. Son valores importantes tanto para o desenvolvemento integral e persoal dos alumnos, como para o desenvolvemento dunha sociedade democrática, respectuosa co medio e tolerante.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Carreira solidaria contra a leucemia	#VueltaAlColeUnoEntrecienmil	X		
Magosto	Xogos populares e tradicionais	X		
Día Mundial da Saúde	Spartan Race e retos en diferentes momentos da xornada		X	
Día da Educación Física na rúa	Visibilización da nosa materia		X	
Día da discapacidade	Paraolimpiadas	X		
Ligas internas	Diferentes deportes e dinámicas.	X	X	X
Xogade	Diferentes modalidades nas que participaremos	X	X	X
Proxecta +	Proxecto de Vida activa e deportiva	X	X	X
Letras Galegas	Carreira de Orientación			X
Día Mundial do medio ambiente	Andaina			X

Observacións:

Entendemos como actividades complementarias aquelas actividades didácticas que se realizan co alumnado en horario lectivo e que, formando parte da programación, teñen carácter diferenciado polo momento, espazo ou recursos que se utilizan. Dende a Educación Física temos múltiples exemplos de actividades complementarias: visitas, traballos de campo, viaxes de estudos, conmemoracións e outras semellantes. Ao longo do curso levaranse a cabo as actividades complementarias aprobadas na PXA e quedando abertas a posibles actividades complementarias e extraescolares que xurdan ao longo do curso. Estas novas actividades serán aprobadas seguindo a normativa vixente. As actividades Complementarias e Extraescolares que se presentan na listaxe son un exemplo de actividades que se poderán levar a cabo, polo que serán adaptadas a cada centro docente.

8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
Realizouse unha planificación adecuada?
Adecuouse a programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
Metodoloxía empregada
Fíxose partícipe ao alumnado da aprendizaxe?
A metodoloxía permitiu acadar os obxectivos propostos?
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Relacionáronse os recursos dos programas do centro coa área?
Que aspectos se poden mellorar da xestión de clase?
Aproveitáronse os recursos do centro?
Medidas de atención á diversidade
Foron adecuadas as medidas de atención á diversidade?
Coordináronse as actuacións co equipo de orientación?
Clima de traballo na aula
O clima de traballo na aula permitiu acadar os obxectivos propostos?
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Realizáronse as suficientes reunións co resto de equipos docentes?
A coordinación coas familias foi adecuada?

Descrición:

Farase unha valoración do proceso para ir realizando axustes, se fose preciso. Trimestralmente usaranse indicadores de logro, para comprobar se o noso proceso docente está a seguir as directrices programadas e se é necesario facer modificacións no mesmo para mellorar a nosa actuación e conseguir unha maior coherencia co contexto educativo concreto no que a levamos a cabo, atendendo ás necesidades e intereses do alumnado. Para a valoración dos indicadores de logro empregaremos instrumentos de avaliación como as escalas de observación.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

As programacións didácticas deben incluír mecanismos de revisión, avaliación e modificación en relación cos resultados académicos e procesos de mellora. Ao remate do curso e unha vez revisados os resultados académicos, a avaliación docente e a avaliación do proceso de ensinanza e de aprendizaxe, tomará as posibles medidas conducentes á mellora deses resultados realizando unha análise en profundidade da programación didáctica. Estas propostas de mellora tamén serán recollidas na memoria final, así como os contidos que foi preciso engadir, eliminar ou modificar con respecto á programación prevista. A programación é un documento co que guiarse día a día na realidade da aula polo que continuamente hai que reflexionar sobre a súa adecuación a cada grupo-clase ou a cada alumno ou alumna e se é necesario modificala en función dos feedback recibidos e dos resultados obtidos. Será revisada trimestralmente xunto ca avaliación do alumno/a, avaliación do docente e avaliación de ensinanza e de aprendizaxe. Aspectos susceptibles de analizar como parte da revisión, avaliación e modificación da programación didáctica:

- Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
- Adecuación da secuenciación e temporalización das unidades didácticas.
- O desenvolvemento da programación respondeu a secuenciación e temporalización previstas.
- Aplicación metodoloxía didáctica acordada.
- Adecuación da secuencia de traballo na aula.
- Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
- Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.
- Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua
- Adecuación dos programas de apoio, recuperación.
- Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
- Grao de desenvolvemento das actividades extraescolares e complementarias previstas.
- Adecuación dos mecanismos para informar as familias sobre criterios de avaliación.
- Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
- Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
- Grao de integración das TICs no desenvolvemento da materia.

9. Outros apartados