

## PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

### Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36010711	CEP Dr. Fleming	Vigo	2022/2023

### Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación primaria	Educación física	5º Pri.	2	70

<b>Contido</b>	<b>Páxina</b>
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	5
4.1. Concrecións metodolóxicas	27
4.2. Materiais e recursos didácticos	30
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	31
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	32
6. Medidas de atención á diversidade	35
7.1. Concreción dos elementos transversais	36
7.2. Actividades complementarias	37
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	37
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	38
9. Outros apartados	38

## 1. Introducción

A programación da área de educación física no centro vén condicionada polas instalacións e a cantidade de grupos (24).

Cóntase cun ximnasio con capacidade máxima para un grupo e pistas polideportivas exteriores que son utilizables en función das condicións climatolóxicas.

En cada sesión coinciden dous grupos, polo que na distribución horaria establécese que cada grupo utilice o cada instalación unha vez á semana.

O material do que dispón o centro é variado e suficiente para a realización das sesións da materia, estando limitado o seu uso pola instalación que corresponda.

Segundo as bandas horarias do centro, as sesións son de 50 ou 55 minutos mais na práctica vense reducidas xa que a persoa docente ten que buscar e levar os grupos a cadansúa aula, ademais hai que ter en conta o tempo de entrada aos vestiarios ao inicio e final de cada sesión, polo que estas normalmente quedan reducidas a 40 ou 45 minutos.

O número de alumnos de cada grupo ahégase moito á ratio máxima de 25, normalmente alcánzaa. En xeral acostumbran a seren grupos bastante homoxéneos en canto as súas condicións físicas, en caso contrario implementaríanse medidas específicas de atención á diversidade.

No deseño das actividades tense en conta que son aulas mixtas, polo que son realizables tanto por nenos como por nenas.

O carácter lúdico da actividade fai que o aspecto motivacional sexa intrínseco á propia actividade.

Dáse moita importancia a que o alumnado leve o equipamento deportivo axeitado e os útiles de aseo necesarios para a súa hixiene persoal cando finalice a sesión.

## 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			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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	

### 3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Comezamos o curso	Actividades relacionadas coa presentación do grupo e as instrucións para o desenvolvemento do curso. Inclúe unha avaliación inicial do estado físico do alumnado así como sesións de xogo libre ao final de cada trimestre. Por esixencias do programa indícase peso na materia.	1	4	X	X	X
2	Aproximación ao atletismo	Actividades relacionadas coa práctica atlética, adaptada á idade do alumnado. Inclúe actividades de salto, lanzamento e carreira (velocidade e resistencia)	17	14	X		
3	Habilidades acrobáticas	Actividades relacionadas con xiros en calquera eixo. Faise maior incapé na execución de volteretas adiante, atrás e lateral,	16	10	X		
4	Iniciación ao baloncesto	Actividades relacionadas coa práctica do baloncesto, traballando sobre todo o bote, o pase, p lanzamento e a entrada a canastrtalumnado.	17	11		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
4	Iniciación ao baloncesto		17	11		X	
5	Iniciación ao floorball	Actividades relacionadas coa práctica do floorball, traballando sobre todo o agarre do stick, a conducción da bola, o pase e o lanzamento	16	11		X	
6	Predeporte de pa e raqueta	Actividades relacionadas coa práctica do badminton e das pas.	11	8			X
7	Xogos populares e tradicionais	Actividades relacionadas con xogos de cooperación, con móbiles ou sen eles, dando especial importancia á coordinación e cooperación.	11	8			X
8	Complemento Abalar	Realización dun traballo empregando o equipamento abalar do centro.	11	4			X

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Comezamos o curso	4

Criterios 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Mínimo de consecución: SI	TI	100

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

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
2	Aproximación ao atletismo	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA1.2 - 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución,SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1_10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	TI	100
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1_10) Mínimo de consecución 5		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Ficha seguimento unidade (1_10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1_10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1_10) Mínimo de consecución 5		
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 en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Ficha seguimento unidade (1_10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.3 - 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.	Ficha individual de seguimiento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.</li> <li>- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.</li> <li>- 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.</li> <li>- Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer).</li> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.</li> </ul>



## Contidos

- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
  - Estrutura temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
  - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
  - 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.
  - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
  - Concepto de fairplay ou *ixogo limpo*.
  - 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
  - Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.
  - Transporte activo e sustentable: bicicletas, patíns, patinetes.

UD	Título da UD	Duración
3	Habilidades acrobáticas	10

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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	TI	100
CA1.2 - 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA5.2 - 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA5.4 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> </ul>

## Contidos

- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- 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).
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- 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.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- 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.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- 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
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

UD	Título da UD	Duración
4	Iniciación ao baloncesto	11

Craterios 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	TI	100
CA1.2 - 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		

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

## Contidos

- Saúde física:
  - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.
  - 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 da actividade física.
  - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
  - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
  - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
  - Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
  - Respetto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
  - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
  - Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
  - Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
  - Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
  - Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
  - 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).
- 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.
- Esquema corporal:
  - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
  - Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.

## Contidos

- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- 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.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- 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
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.

UD	Título da UD	Duración
5	Iniciación ao floorball	11

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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	TI	100
CA1.2 - 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		



Criterios 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA5.1 - 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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> </ul>

## Contidos

- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- 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).
- 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.
- Esquema corporal:
- Estrutura espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- 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.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou *ixogo limpo*.
- 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

<b>Contidos</b>
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.

UD	Título da UD	Duración
6	Predeporte de pa e raqueta	8

Craterios 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	TI	100
CA1.2 - 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA5.1 - 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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - 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, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> </ul> </li> <li>- Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> </ul> </li> <li>- Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> </ul> </li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.</li> <li>- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.</li> <li>- 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.</li> <li>- Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer).</li> <li>- Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.</li> </ul> </li> </ul>

## Contidos

- Esquema corporal:
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- 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.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- 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
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

UD	Título da UD	Duración
7	Xogos populares e tradicionais	8

Craterios 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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	TI	100
CA1.2 - 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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		



Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
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.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		



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.	Ficha individual de seguimiento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA5.3 - 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.	Ficha individual de seguimiento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI		
CA5.5 - 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.	Ficha seguimiento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> </ul>

## Contidos

- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- 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).
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- 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.
- Esquema corporal:
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- 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.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- 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
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural.
- Coñecemento e execución de bailes e danzas populares de Galicia, de España e do mundo.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.

UD	Título da UD	Duración
8	Complemento Abalar	4

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	Ficha individual de seguimento actitudinal do alumnado (SI/NON) Indicador de consecución SI	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.	Ficha seguimento unidade (1-10) Mínimo de consecución 5		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Impacto dos alimentos ultraprocesados e das bebidas pouco saudables.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Deporte profesional: dimensión social.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.</li> </ul>

#### 4.1. Concrecións metodolóxicas

A metodoloxía respectará dúas condicións básicas:

1. Os procesos individuais de aprendizaxe.
2. A incidencia nos procesos cognitivos e afectivos de todo tipo de aprendizaxe.

A nivel global empregaremos unha metodoloxía construtiva, achegándonos á realidade do alumnado e ás súas diferenzas individuais, tentando que a través das actividades superen as súas limitacións.

Nas sesións a metodoloxía é globalizadora, participativa e lúdica. A través do xogo tentaremos fomentar a exploración, o descubrimento, a creatividade e sobre todo unha valoración positiva das posibilidades de cada un.

Dependendo dos obxectivos a acadar empregaremos un método conducido (intervención máxima do mestre. Aprendizaxe por mando directo), semiconducido (intervención media do mestre. Aprendizaxe por descubrimento guiado) ou non conducido (mínima intervención do mestre. Aprendizaxe mediante a busca).

O alumnado asume e asimila de xeito práctico os coñecementos sobre o seu corpo e sobre o seu funcionamento, así como as súas posibilidades motrices e experimenta con elas. Nós teremos unha función dinamizadora e integradora, entendida en sentido positivo de ánimo e guía para descubrir novas opcións e posibilidades. Esta información basearase no desenvolvemento da actividade motriz máis que no resultado da mesma. Por iso centraremos no xogo as súas aprendizaxes motrices, xa que é unha actividade querida e constante.

Por iso o aspecto lúdico xogará un papel importante en todo o noso proceso de ensino - aprendizaxe.

Propomos actividades que supoñen un esforzo e un reto, adecuándoas sempre ás capacidades do alumnado. Estimularemos, suxeriremos, orientaremos, controlaremos o risco, achegaremos ideas e posibilidades, pero o alumnado será e saberá ser o protagonista da súa propia acción motriz. Serviranos de motivación que aprendan a aplicar as súas aprendizaxes motrices a unha actividade tan querida e constante como é o xogo. Utilizarase como recurso metodolóxico en todas as sesións ou na maioría delas (como mínimo na animación e a volta á calma), aínda que se recorrerá igualmente a diversos estilos de ensino.

Na organización da clase evitaremos, na medida do posible, os tempos mortos e de espera, para o que contaremos co material suficiente ou diversificaremos as actividades, precisando dun menor número de elementos de cada tipo de material pero maior variedade de materiais a empregar. Propóranse actividades que requiran esforzos, habilitando convenientemente os tempos de recuperación mediante a diversidade no tipo de actividades.

A metodoloxía a utilizar será:

¿ Aberta: empregando diferentes estilos de aprendizaxe, en función dos obxectivos que pretendemos conseguir e das características do alumnado.

¿ Flexible: permitindo axustar as propostas ao ritmo individual do alumnado. Non nos basearemos en propostas de traballo que fixen unha meta ou unha marca igual para todos/as. As propostas que fagamos coñecerán a realidade individual de cada alumno/a, permitindo que sexa desenvolvida en función das súas posibilidades.

¿ Activa: o alumnado será o protagonista da súa propia acción. Partiremos da necesidade de actividade do alumnado desta idade para ir canalizándoa ata obter os obxectivos pretendidos. Non basearemos as propostas de traballo en repeticións de modelos, non deixaremos que fagan o que queiran, senón que mediante as propostas activas faremos que o alumnado se senta protagonista da súa propia conduta motriz.

¿ Participativa: favoreceremos o traballo en equipo para fomentar o compañeirismo e a cooperación. O que evitaremos é a competitividade, esta debemos intentar que a entendan como a superación dunha dificultade, como unha forma lúdica de relación con outros, non como rivais a quen haxa que gañar. Só se a entenden así, a competición estará desenvolvendo a sociabilización a través do xogo e da práctica deportiva.

¿ Indutiva: favoreceremos o autoaprendizaxe, de forma que sexan quen de resolver problemas motrices, organizando o seu propio traballo, constatando e comprobando a súa mellora, tanto en actitudes como en habilidades e destrezas.

¿ Integradora: aglutinaremos nun só proceso a técnica, habilidades e destrezas propias da educación física. Teremos unha formulación cualitativa, non cuantitativa. Non haberá unha resposta motriz única, senón que haberá unha mellora da actividade motriz en relación ao momento de partida.

¿ Lúdica: o xogo ocupará a maior parte da actividade do alumnado nesta idade. Presentaremos na medida do posible as tarefas en forma de xogos nos que todo o alumnado participará de xeito espontáneo. Teremos coidado tanto co contido da proposta de traballo como a forma de presentala, de modo que sexa atractiva e divertida, estimulando a participación.

¿ Creativa: as nosas propostas estimularán a creatividade no alumnado, fuxiremos de modelos fixos, estereotipados ou repetitivos.

En canto ás técnicas de ensino, basearanse na forma de dar a información inicial e na forma de ofrecer o coñecemento dos resultados ou feed back. Sobre a información inicial dicir que se refire á presentación da sesión e de cada unha das tarefas que a compoñen (está comunicación será verbal ou non verbal). Doutra banda no coñecemento dos resultados proporcionaremos, segundo o grao de desenvolvemento das actividades, os resultados das mesmas xa que o feito dunha comunicación positiva entre o profesor e o alumnado fai que aumente o rendemento na aprendizaxe, tamén podémola facer ao concluír a volta á calma (fase de análise dos resultados segundo o modelo de sesión de Santos Berrocal).

Referente ás canles de comunicación faremos uso dos tres que dispomos: visual, auditivo e kinestásico ou táctil,

nalgúns momentos utilizaranse de forma simultánea.

Respecto dos estilos de ensino, cabe destacar que seguindo a Escola Americana (Muska Mosston) utilizaremos diversos estilos propostos por este, xa que dependendo da unidade didáctica que esteamos realizando necesitaremos uns ou outros:

¿ Instrución directa: utilizaremos este tipo de estilo cando nos interese unha organización estrita do alumnado. O profesor toma as decisións explicará o xesto e realizará unha demostración de como se realiza. O alumno é pasivo e receptivo. O control do profesor é constante e realizará unha valoración global ao finalizar a sesión

¿ Asignación de tarefas: neste tipo de estilo o alumnado poden opinar, o profesor conversará con eles, dará as ordes ao comezo e ao final. Interésanos este tipo de estilo cando queiramos que o alumnado realice o exercicio ao seu ritmo ou nivel sen que isto supoña individualizar xa que o traballo é o mesmo para todos.

¿ Descubrimento guiado: formularase un problema motor dando a información necesaria. O profesor nunca dará a resposta motora, servirá de guía ao alumnado quen tomará as decisións de execución e autoavaliarase. Esperarase sempre á resposta do alumnado e reforzaranse as correctas (a resposta adoita ser única).

¿ Resolución de problemas: formularase un problema motor e o alumnado debe atopar a resposta por si mesmo, con total liberdade. As alternativas de solución son maiores, as respostas son varias, a solución debe ser coñecida con anterioridade pero o problema debe supoñer un reto. O profesor non debe rexeitar as respostas dos alumnos.

Doutra banda seguindo á Escola Francesa en relación co anterior, nesta programación utilizaremos tarefas semidefinidas, nas que lles explicaremos o obxectivo a conseguir pero non lles daremos as operacións a realizar ou o modelo a seguir para conseguir o devandito obxectivo, e tarefas definidas, nas que daremos o modelo a imitar e reproducir.

Nas nosas sesións o profesor adoptará a posición que máis lle conveña para que exista unha boa comunicación co grupo, para que non se produza interferencias á hora de presentar as tarefas. Esta posición pode ser externa (onde será o eixo central da clase, para dar información para que sexan percibidas con claridade polos alumnos) ou unha posición interna (que permitirá realizar un maior seguimento das actividades realizadas e dar no acto un coñecemento dos resultados para provocar o feed back).

Temos en conta tamén a organización do grupo/clase, esta estará supeditada á sesión que realicemos, polo que nas unidades didácticas daremos información de como levará a cabo esta realización.

Algúns principios básicos que se terán en conta ao longo de todas as sesións son os seguintes:

¿ Reforzo positivo: é importante que o alumnado estea continuamente motivado, o que propiciará unha sensación de éxito e confianza mediante o coñecemento dos seus progresos e os eloxios por parte do profesor. Desta forma, crearase un ambiente de confianza no que o alumnado se sinta seguro.

¿ Progresión: Hai que seguir unha progresión de exercicios; é dicir, ir do doado ao difícil, do sinxelo ao complexo, paulatinamente.

¿ Intensidade: os estímulos dados serán o suficientemente intensos para que os exercicios sexan asimilados axeitadamente.

¿ Transferencia: cando se efectúa un novo movemento, este debe basearse no patrón doutros movementos aprendidos anteriormente.

¿ Intereses: os exercicios formulados ao alumnado deben estar de acordo cos intereses e necesidades destes, para lograr unha aprendizaxe significativa.

¿ Individualización: hai que respectar as características morfolóxicas, fisiolóxicas e funcionais de cada neno. Cada un "é como é". De aí que á hora de avaliar se teña en conta a actitude e a aptitude.

¿ Participación: non haberá aprendizaxe se o neno non participa activamente.

Ademais, o docente non debe esquecer as seguintes pautas de actuación:

- ¿ Preparará sempre a clase para evitar rutina e improvisación.
- ¿ Dará explicacións breves, claras e concretas.
- ¿ Creará un clima de atención.
- ¿ Cando se necesite, fará demostracións dos exercicios.
- ¿ Utilizará vocabulario axeitado segundo o nivel do alumnado.
- ¿ Durante as explicacións e demostracións, colocarse en lugares visibles para que o alumnado o escoite e vexa sen dificultade

#### 4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións:
Ximnasio
Pistas Polideportivas
Vestiaros
Almacen de material
Materiais:
Conos
Aros
Cronómetros
Balóns medicinais
Colchonetas
Balóns de baloncesto
Sticks e bolas de floorball
Palas de madeira e pelotas de goma
Raquetas e volantes de bádminton
Xogos de petanca para interior
Ordenadores Abalar

#### Instalacións:

- Ximnasio no interior do colexio.
- Pistas polideportivas exteriores (balonmán, baloncesto, fútbol sala...)
- Vestiarios de nenos, nenas e profesorado no ximnasio e nas pistas polideportivas exteriores
- Almacén de material no ximnasio e nas pistas polideportivas exteriores

#### Material:

- Conos para sinalizar percpridos, obstáculos, etc
- Aros de ximnasia rítmica para traballar coordinación na carreira.
- Cronómetros para medir o tempo de carreira.
- Balóns medicinal de 2 kg. Para traballar o lanzamento.
- Colchonetas para a realización das viravoltas.
- Balóns de baloncesto para traballar o bote, pase, lanzamento e entrada a canastra.
- Stick e bolas de floorball para traballar o agarre, pase, conducción en zigzag para e o lanzamento.
- Regulamento resumido en papel de floorball
- Palas de madeira e pelotas pequenas de goma para golpes coas palas.
- Raqueta, volante e rede de bádminton para traballar o agarre, a posición básica e de xogo así como o saque.
- Xogo de petanca para interior composto por bolas de lanzamento recheas de área e boliche.
- Ordenadores Abalar para a elaboración dun traballo sobre un deporte empregando o LibreOffice Impress.

### 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A Avaliación inicial é o punto de partida para a planificación e organización do proceso de ensino aprendizaxe.

A avaliación inicial servirá para:

- ¿ Descubrir as dificultades de aprendizaxe do alumnado e prever estratexias para a súa superación.
- ¿ Valorar o aprendizaxe do alumnado apreciando o grao de desenvolvemento das capacidades previstas e de asimilación dos contidos.
- ¿ Realizar, se é o caso, modificacións na programación didáctica.

Nas sesións de avaliación inicial empregaremos preferentemente actividades cun carácter lúdico e semellantes a aquelas que o alumnado esta afeito a realizar.

Será unha avaliación máis cualitativa que cuantitativa onde empregaremos a observación e o rexistro como instrumentos fundamentais para recoller información sobre os seguintes aspectos:

- ¿ Datos de saúde e antropométricos: Enfermidades que impidan realizar algunha das actividades, altura,

peso,.....

¿ Competencia motriz: Valoraremos o grao de desenvolvemento das capacidades perceptivo -motrices (esquema corporal, lateralidade, percepción espacial, percepción temporal, ritmo, coordinación,.....)

¿ Nivel de execución das habilidades básicas: Valoraremos o grao de execución de diferentes tipos de desprazamentos: velocidade, resistencia, flexibilidade, saltos, lanzamentos, .....

Os datos recollidos servirán para revisar, analizar e se é o caso modificar a programación do curso (obxectivos, metodoloxía,....) que loxicamente está elaborada antes de coñecer ao alumnado.

## 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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	1	17	16	17	16	11	11	11	100
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100	100

### Criterios de cualificación:

Avaliacións trimestrais

Sobre un total de dez puntos valoraranse:

1 . - C o n t i d o s c o m ú n s e n e d u c a c i ó n f í s i c a  
máximo de 6 puntos

- a) A asistencia á clase coa indumentaria axeitada (roupa e calzado deportivo, material de hixiene e aseo)
- b) O esforzo como forma de superación; saber perder e gañar; aceptar as limitacións; colaborar cos compañeiros; respectar as diferenzas de sexo, raza, crenzas; coidar o material e as instalacións do centro.....
- c) As faltas de conduta cara ao profesor e compañeiros (comportamentos disruptivos: interromper a clase, insultos, agresións, groserías...)

A puntuación correspondente a este apartado é algo co que parte o alumnado; rexistraranse as incidencias negativas.

Por cada rexistro de incidencia nos apartados ¿a¿ e ¿b¿ o alumnado perderá 0,5 puntos.

Por cada un dos rexistros de incidencia no apartado ¿c¿ o alumnado perderá 1 ou 2 puntos, dependendo da gravidade da mesma.

2 . - C o n t i d o s e s p e c í f i c o s d e c a d a t r i m e s t r e  
máximo de 4 puntos

Definiranse as probas específicas nas que o alumnado pode gañar nota.

1º trimestre

U . D . : ¿ A p r o x i m a c i ó n a o a t l e t i s m o ¿ . )



- ¿ Lanzamento (balón de 2 Kg)
- ¿ Salto horizontal desde posición estática e finalización de pé
- ¿ Velocidade (campo balonmán, 40 metros)

U . D . :        ¿ H a b i l i d a d e s        a c r o b á t i c a s :        x i m n a s i a ¿

- ¿ Viravolta adiante.
- ¿ Viravolta atrás.
- ¿ Rolda lateral.

2º trimestre

U . D . :        ¿ I n i c i a c i ó n        a o        b a l o n c e s t o ¿

- ¿ Bote coa man dereita e coa man esquerda.
- ¿ Pase de peito, picado, de béisbol a unha man, coas dúas mans por encima da cabeza.
- ¿ Entrada a canastra
- ¿ Lanzamento a canastra, en estático ou suspensión, desde diferentes posicións

U . D . :        ¿ I n i c i a c i ó n        a o        f l o o r b a l l ¿

Parte Práctica (1 punto)

- ¿ Agarre
- ¿ Condución en zigzag
- ¿ Pase e control
- ¿ Lanzamento precisión.

Parte teórica (1 punto)

- ¿ Proba escrita tipo test sobre o regulamento de floorball.

3º trimestre

U . D . :        ¿ P r e d e p o r t e s        d e        p a        e        r a q u e t a ¿

Manexo de pas de madeira e pelotas de goma (ata 1 punto):

- ¿ Toques individual en estático,
- ¿ Toques individual en movemento,
- ¿ Toques por parellas.

¿ Posición básica,

¿ Colocación no campo.

U . D . : ¿ X o g o s e d e p o r t e s a l t e r n a t i v o s ¿

Petanca:

¿ Precisión.

U.D.; ¿Complemento Abalar¿

Consistirá na elaboración dun traballo, empregando o equipamento abalar, sobre actividades deportivas do nivel: atletismo, ximnasia, baloncesto, floorball, bádminton, algunha outra actividade deportiva previo acordo co profesor.

O citado traballo, como se recolle no apartado correspondente á temporalización das sesións, realízase ao longo dos tres trimestres do curso e avalíase no terceiro trimestre.

O traballo deberá conter os seguintes apartados:

¿ Presentación.

¿ Historia.

¿ Regras.

¿ Equipos / atletas representativos.

¿ Webgrafía e outros recursos.

¿ Os resultados da avaliación expresaranse nos termos de insuficiente (IN) para as cualificacións negativas, suficiente (SU), ben (BE), notable (NT) ou sobresaliente (SB) para as cualificacións positivas. A estes termos engadiráselles unha cualificación numérica, sen empregar decimais, nunha escala de un a dez, coas seguintes correspondencias

I N ( I n s u f i c i e n t e ) .  
1, 2, 3, 4.

S U ( S u f i c i e n t e ) .  
5

B E ( B e n ) .  
6.

N T ( N o t a b l e ) .  
7, 8.

S B ( S o b r e s a l i e n t e ) .  
9, 10.

¿ A nota en cada trimestre, no caso de aparecer parte decimal, será redondeada ao número enteiro superior desde as 75 centésimas.

Alumnado imposibilitado para seguir a sistemática de avaliación trimestral.

Nesta casuística inclúese ao alumnado que, por prescripción médica ou calquera outra causa debidamente documentada, non poida desenvolver as actividades correspondentes á programación da área de Educación Física

Para realizar esta avaliación excepcional deseñaranse traballos teóricos individuais que o alumnado poderá realizar na aula ou fóra dela segundo o criterio e directrices do profesorado. O citado traballo terá a seguinte sistemática de avaliación:

- ¿ Presentación ( formato papel , dixital ¿ )  
20%
- ¿ Contido ( coherente e axustado as indicacións )  
70%
- ¿ Fontes ( bibliografía , webgrafía ¿ )  
10%

#### Avaliación final de curso (Ordinaria)

Con carácter xeral, a cualificación da avaliación ordinaria será a media aritmética, redondeada á alza, das cualificacións trimestrais do curso. En función das características individuais do alumnado, as cualificacións positivas poderán verse modificada nun máximo dun rango de nota.

¿ Particularidades:

¿ A avaliación positiva no último trimestre do curso implica unha nota final positiva aínda que non necesariamente do mesmo rango, logo da aplicación do criterio xeral.

#### **Criterios de recuperación:**

A avaliación positiva no seguinte trimestre supón a recuperación do anterior.

## **6. Medidas de atención á diversidade**

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar.

A diversidade é o reto que temos presente diariamente nas nosas aulas e ó que temos que dar resposta de forma óptima para asegurar unha educación con igualdade de oportunidades e de calidade para todo o alumnado.

Atender á diversidade implica tamén atender á diversidade do grupo clase, xa que calquera alumna ou alumno pode presentar algunha dificultade insuperable durante o proceso de ensino aprendizaxe que faga necesaria a atención individualizada. A diversidade engloba situacións, circunstancias persoais puntuais ou permanentes que necesitan ser resoltas para facilitar o acceso á aprendizaxe, a un ensino equitativo e de calidade.

Na área de Educación Física é moi importante centrar a actividade na coeducación, xa que é na actividade física e no deporte onde se pon máis claramente de manifesto a diferenza de sexos.

Diversidade non implica segregar, separar, educación diferente, implica igualdade de oportunidades para todas e todos.

Desde o punto de vista da escola normalizadora, debemos entender a educación como un conxunto de recursos materiais e persoais adaptados para atender adecuadamente ás necesidades que poida presentar o alumnado.

A atención á diversidade do alumnado fará referencia por tanto a tres grandes vías potenciais:

¿ O alumnado que presenta necesidades educativas especiais concretas como consecuencia dunha discapacidade, desvantaxe social ou destreza motriz.

¿ O alumnado que poida precisar en calquera momento dun reforzo ou adaptación concreta.

¿ A diversidade de xénero presente na aula.

O tratamento da diversidade na área pode ser abordado desde unha serie de estratexias xerais que poden seren resumidas nas seguintes:

a. Distribución e organización dos tempos da sesión

É conveniente que, cando o precisen as sesións programadas, se inclúan xogos ou actividades para o individual e colectivo.

O traballo da autonomía e autoestima é moi importante cara a eliminar a diferenza na diversidade e reforzar o autoconcepto e a autoestima.

b. Obxectivos

Procuraremos propor os mesmos obxectivos para todos, adaptándoos nos casos que sexa necesario, en consonancia cos criterios de avaliación propostos.

c. Contidos a traballar

Centrarémonos en aqueles contidos nos que o alumnado poida integrarse e participar facilmente sen que sexan necesarias demasiadas adaptacións nin modificacións. A adaptación nesta área non se concreta en ofertar actividades nin contidos diferentes, senón en dar a posibilidade de diferentes opcións, aceptar diferentes solucións, propoñer o mesmo para todos; a mellor adaptación é a que non é percibida polo alumnado. Canta máis diversidade de opcións propoñamos nas sesións máis fácil resultará atender á diversidade de intereses e capacidades de alumnado.

A diferenza fundamental está en conseguir tratar os contidos mediante enfoques comprensivos e participativos, non buscar o rendemento físico nin o resultado nas actividades e xogos propostos.

d. A metodoloxía

Debemos esforzarnos por atender á diversidade do grupo, canto menos debamos adaptar mellor se producirá a integración. Metodoloxicamente é máis positivo propor actividades que requiran o mínimo nivel de adaptación, utilizar propostas abertas e con baixo nivel de estruturación.

e. A avaliación

A avaliación debe adecuarse fundamentalmente ás características do alumnado y do contexto. Será ética, ao servizo do alumnado e respectuosa co mesmo, cunha orientación claramente formativa e continua, que sexa unha axuda para o profesor e non unha carga.

A conveniencia de adaptacións curriculares individualizadas serán valoradas, consonte á normativa vixente, coa persoa responsable do departamento de orientación e da titoría.

**7.1. Concreción dos elementos transversais**

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Educación emocional e valores	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.2 - Educación para a saúde	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.3 - Coeducación	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Igualdade de oportunidades entre ambos sexos	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Comunicación audiovisual e TIC	X	X	X	X	X	X	X	X

**Observacións:**

Traballaremos os elementos transversais en tódalas unidades didácticas

**7.2. Actividades complementarias**

Actividade	Descrición
Actividades de promoción deportiva	Realizaremos actividades de promoción dos deportes traballados ao longo do curso:

**Observacións:**

As actividades complementarias previstas teñen relación coa promoción deportiva. Ao longo do curso iranse actualizado en función da oferta e ao final de curso recollerase unha realización das realizadas na memoria final.

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

Indicadores de logro
O grao de execución das actividades programadas.
relación entre as sesións lectivas previstas en cada grupo e as realmente impartidas.
A asistencia do alumnado.
O alumnado que acade avaliación negativa en cada grupo.
As reunións de tutoría realizadas coa familia de cada alumno ou alumna

**Descrición:**

No desenvolvemento da súa actividade docente, o profesorado deberá controlar:

¿ O grao de execución das actividades programadas.

Establécese un grao de execución mínimo do 80% dos bloques de contidos e/ou unidades didácticas programadas en cada trimestre. Para a conformidade na execución global da programación do curso acadarase o 80% da mesma.

¿ A relación entre as sesións lectivas previstas en cada grupo e as realmente impartidas.

O criterio de aceptación para cada trimestre establécese no 85% do horario previsto. Aínda non acadando esta porcentaxe poden acadarse os estándares de programación xa que esta contempla sesións de recuperación.

¿ A asistencia do alumnado.

Controlárase mediante o programa de xestión XADE e o seu seguimento aterase ao ¿Protocolo para a prevención e control do absentismo escolar en Galicia¿

¿ O alumnado que acade avaliación negativa en cada grupo.

Considérase grupo conforme cando a porcentaxe de alumnado con avaliación negativa en cada trimestre é inferior ao 10%

Considérase que un curso é conforme cando a porcentaxe de alumnado con avaliación negativa na avaliación ordinaria é inferior ao 7,5%

Se procede, os resultados das avaliacións rexistráranse mediante gráficas comparativas de todos os grupos do mesmo curso.

¿ As reunións de titoría realizadas coa familia de cada alumno ou alumna.

As reunións realizadas polo profesorado coas familias do alumnado, relacionadas con aspectos da área de educación física, serán rexistradas en documentos individuais nos que, cando menos, quede recollida a data da reunión, asistentes á mesma, temas tratados e decisións adoptadas.

## 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

A avaliación non só afecta aos procesos de aprendizaxe do alumnado senón tamén ao resto dos elementos implicados no proceso de ensino ¿ aprendizaxe: o profesorado, o deseño curricular e o propio sistema de avaliación. Neste senso, aos datos achegados pola avaliación continua do alumnado, débese incorporar a información sobre a idoneidade dos distintos compoñentes da programación.

A avaliación da programación docente concrétase:

¿ Na comprobación dunha correcta temporalización e concreción das unidades da programación.

¿ Na reorientación continua derivada da aplicación da programación didáctica na aula e da análise do seu grao de adecuación ao contexto específico de cada grupo. A partir de dita análise estableceranse as medidas de mellora que se consideren máis axeitadas.

¿ Nos resultados das diversas avaliacións do alumnado logo da aplicación total da programación.

## 9. Outros apartados