

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15003376	CPI Plurilingüe O Cruce	Cerceda	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	3º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	14
4.2. Materiais e recursos didácticos	16
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	17
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	18
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	19
6. Medidas de atención á diversidade	20
7.1. Concreción dos elementos transversais	21
7.2. Actividades complementarias	21
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	21
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	23
9. Outros apartados	23

1. Introducción

A materia de Educación Física ten como finalidade principal que os alumnos e alumnas alcancen a competencia motriz, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa no seu medio e cos demais.

Para acadar ese obxectivo cómpre que o alumnado utilice o seu potencial motor á vez que desenvolve todas as súas capacidades. Isto implica mobilizar toda unha serie de coñecementos, habilidades motrices, actitudes e valores en relación co corpo, en diversas situacións de ensino e aprendizaxe, nas que a experiencia individual e colectiva permita adaptar a conduta motriz a diferentes ámbitos, conseguindo que o alumnado sexa un suxeito activo, responsable da xestión do seu estilo de vida saudable.

Nestas etapas educativas, a Educación Física debe permitir incrementar e mellorar o seu compromiso motor, sempre adecuado ás súas posibilidades, e desenvolver as habilidades motrices específicas con complexidade crecente á medida que se progresa nos sucesivos cursos.

As propias actividades axudarán, ademais, a desenvolver a relación coas demais persoas, o respecto, a atención especial á igualdade de xénero, entendendo as diferenzas relativas ás capacidades psicofísicas entre as rapazas e os rapaces, os condicionantes dos estereotipos sociais, a colaboración, o traballo en equipo, o xogo limpo, a resolución de conflitos, o recoñecemento do esforzo para lograr metas, a aceptación de regras establecidas e o desenvolvemento da iniciativa individual.

A consecución dos obxectivos da área de Educación Física vai estar condicionada pola dispoñibilidade das instalacións deportivas. Algúns contidos só se poden levar a cabo nas pistas exteriores ou no pavillón; as coincidencias de horario coas clases de Educación Física dos grupos de Educación Primaria e cos recreos de Educación Infantil e Educación Primaria, así como as condicións meteorolóxicas, poden impedir utilizar o pavillón ou as pistas exteriores nalgúns sesións, ocasionando que non haxa continuidade nos contidos que se estean a impartir nese momento.

O CPI O Cruce está localizado na periferia do núcleo urbano de Cerceda, preto das instalacións deportivas municipais. Nel cursan estudos de Educación Infantil, Educación Primaria e Educación Secundaria Obrigatoria máis de 400 alumnos, dos que 146 pertencen a Educación Secundaria Obrigatoria, distribuídos en 6 grupos. En xeral trátase dunha poboación con

gran diversidade na oferta deportiva municipal, o cal se reflicte nunha cultura deportiva bastante receptiva á materia de Educación Física por parte do alumnado. Así a todo, en canto a gustos cara á actividade física e niveis de destreza motriz, trátase dun alumnado moi heteroxéneo.

Alumnado que cursa a materia no curso 2022-23

O número de grupos e de alumnas/os que cursa Educación Física é o seguinte:

1º ESO: 2 grupos, de 22-24 alumnas/os.

2º ESO: 2 grupos, de 24-25 alumnas/os.

3º ESO: 1 grupo, de 24 alumnas/os.

4º ESO: 1 grupo, de 27 alumnas/os.

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, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto entre os participantes e as regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír con progresiva autonomía ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa.	5	3			1-3-5	3		
OBX4 - Practicar, analizar e valorar distintas manifestacións da cultura motriz aproveitando as posibilidades e recursos expresivos que ofrecen o corpo e o movemento, profundando nas consecuencias do deporte como fenómeno social e analizando criticamente as súas manifestacións desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económico-políticos que o rodean, para alcanzar unha visión máis realista, contextualizada e xusta da motricidade no marco das sociedades actuais.		3				2-3		1-2-3-4
OBX5 - Adoptar un estilo de vida sostible e ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridade individuais e colectivas na práctica físico-deportiva segundo a contorna e desenvolvendo colaborativa e cooperativamente accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, para contribuír activamente á conservación do medio natural e urbano.			5			4	1-3	

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Organización da práctica de actividades físico-deportivas	Aumentar os coñecementos sobre os principios dunha práctica de actividades físico-deportivas correcta e eficiente e poñelos en práctica.	26	6	X	X	X
2	Condición física e saúde	Aumentar os coñecementos necesarios para realizar exercicio físico coa intención de mellorar a condición física e a saúde e poñelos en	20	14	X	X	X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
2	Condición física e saúde	práctica.	20	14	X	X	X
3	Baloncesto	Mellorar a eficiencia das accións de xogo do baloncesto.	15	14	X		
4	Ultimate	Mellorar a eficiencia das accións de xogo do ultimate.	15	14	X	X	
5	Actividades artístico-expresivas	Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.	7	6		X	
6	Voleibol	Mellorar a eficiencia das accións de xogo do voleibol.	14	14			X
7	Actividades físico-deportivas no medio natural e urbano	Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano.	3	2			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Organización da práctica de actividades físico-deportivas	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1.1. - Coñecer os protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes, así como as medidas específicas de primeiros auxilios.	Puntuación do 50% do valor do criterio de avaliación.	PE	20
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.	TI	80
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA2.1.2. - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.		
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental: - Esixencias e presións da competición. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais.

Contidos

- Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.
- Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.
- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.
- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Xestión do risco propio e do dos demais.
 - Medidas colectivas de seguridade.
- Actuacións críticas ante accidentes:
 - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).
 - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
 - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
 - Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
 - Igualdade no acceso ao deporte.
 - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
 - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
2	Condición física e saúde	14

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.2. - Aumentar os coñecementos sobre as características dos procesos de activación corporal e recoñecer as falsas crenzas arredor da actividade física.	Puntuación do 50% do valor do criterio de avaliación.	PE	52
CA1.2.3. - Coñecer as características dos sistemas de adestramento das capacidades físicas básicas e os seus efectos.	Puntuación do 50% do valor do criterio de avaliación.		
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.	TI	48
CA1.2.1. - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA1.2.4. - Valorar a importancia dunha alimentación saudable.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico. - Autorregulación do adestramento. - Alimentación saudable e análise crítica da publicidade. - Educación postural: movementos, posturas e estiramentos ante dores musculares. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - Ergonomía en actividades cotiás. - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia). - Sistemas de adestramento.

UD	Título da UD	Duración
3	Baloncesto	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.	TI	100
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
4	Ultimate	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.	TI	100
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
5	Actividades artístico-expresivas	6

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.	TI	100
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.

UD	Título da UD	Duración
6	Voleibol	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.	TI	100
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Puntuación do 30% do valor do criterio de avaliación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
7	Actividades físico-deportivas no medio natural e urbano	2

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.	TI	100
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Puntuación do 10% do valor do criterio de avaliación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible. - Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

Contidos

- Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física.
- Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A metodoloxía a empregar vai depender dos contidos que se traten en cada sesión e do nivel educativo dos/as alumnos/as. Entre as principais orientacións metodolóxicas da materia atopamos:

- A Educación Física nesta etapa terá un carácter eminentemente práctico e vivencial.

- Nesta etapa educativa a Educación Física debe permitir incrementar e mellorar o compromiso motor do alumnado, sempre adecuado ás súas posibilidades, e desenvolver as habilidades motrices específicas con complexidade crecente á medida que se progresa nos sucesivos cursos.

As sesións van ser maioritariamente prácticas, e unicamente haberá breves explicacións teóricas cando se desenvolvan os contidos conceptuais. Isto non quere dicir que haxa sesións teóricas, senón que se aproveitarán as sesións prácticas para impartir estes contidos. O que se busca é a maior interrelación posible entre os tres tipos de contidos, para evitar que os alumnos os interpreten como compartimentos estanco, sen relación entre eles. Ademais, se os alumnos ven unha relación directa entre os contidos conceptuais e os procedementais e actitudinais, integraranos máis facilmente e atoparánlle un sentido a todas as ensinanzas que reciben na nosa materia.

Sempre que sexa posible, as actividades serán deseñadas de maneira que o profesor non estableza todos os condicionantes, deixando algunha toma de decisión ao alumnado. Desta maneira conseguimos achegar as actividades aos intereses do alumnado, e así incrementar a súa motivación cara á materia. Evidentemente, esta situación vaise dar con maior frecuencia no segundo ciclo da ESO, xa que as/os alumnas/os teñen un nivel máis alto de coñecementos e unha maior responsabilidade.

Tendo en conta o exposto anteriormente, levarase a cabo un proceso de ensino-aprendizaxe que favoreza situacións de interacción, dado que as aprendizaxes motoras se producen mediante interaccións do educando

consigo mesmo, co seu ámbito, cos/coas compañeiros/as e co profesor. Debemos propoñer actividades que supoñan un esforzo e un reto axeitado ás capacidades do alumnado. O profesor ha de estimular, suxerir, orientar, controlar o risco, achegar ideas e posibilidades, etc., pero o alumnado ha de ser e saber ser o protagonista da súa propia acción motora.

O Departamento de Educación Física avoga polo eclecticismo metodolóxico, pois os diferentes métodos, estratexias e estilos de ensinanza complementáanse mutuamente. En consecuencia nas nosas propostas basearémonos nas teorías da aprendizaxe motor no procesamento da información, así coma no concepto de variabilidade na práctica.

A metodoloxía na área de Educación Física terá en conta os principios seguintes:

1. Permitirá axustar as propostas ao ritmo de cada alumno. Non se baseará en propostas de traballo que fixen unha meta ou marca igual para todos. As propostas deben coñecer a realidade da que parte cada alumna/o e permitir que sexa desenvolvida en función das súas posibilidades. A proposta ha de ser a actividade en si mesma, non o resultado.

2. O alumnado será o protagonista da súa propia acción. Partiremos da propia necesidade de actividade da/o alumna/o para ir canalizando esta, ata obter obxectivos educativos. Non podemos basear a proposta de traballo en repeticións de modelos, nin en deixar facer o que queiran, senón mediante métodos activos facer que o alumnado se sinta protagonista da súa propia actividade.

3. Favorecerá o traballo en equipo, fomentando o compañeirismo e a cooperación. Ha de evitarse a competitividade extrema. A competición debe entenderse como a superación dunha dificultade e como unha forma lúdica de relación con outros/as compañeiros/as, que non deben ser considerados como uns rivais a quen gañar. Só se se entende así, a competición estará a desenvolver a socialización a través do xogo e a práctica deportiva.

4. Deberá favorecer a autoaprendizaxe, de maneira que sexa capaz de resolver formulacións motoras, organizar o seu propio traballo, constatar e comprobar, en si mesmo, a mellora tanto nas súas actitudes coma nas súas habilidades e destrezas.

5. Proporá aglutinar, nun só proceso, as técnicas, habilidades e destrezas propias da Educación Física. Deberá ter unha formulación cualitativa, non

cuantitativa. Non hai, polo tanto, unha resposta motora única, senón que hai unha mellora da actividade motora con relación ao punto de partida. As diferenzas en canto a sexo ou a calquera condición inherente ao individuo non poden ser criterios para a agrupación ou asociación de tarefas.

6. O xogo ocupará unha parte importante na actividade do alumno. Co obxectivo de crear hábitos estables de práctica deportiva, as propostas de actividades presentaranse, na medida do posible, como xogos nos que todos participan de xeito espontáneo. Hai que coidar tanto o contido da proposta de traballo como a forma de presentala, de modo que sexa atractiva e divertida, estimulando a participar.

7. As propostas de actividades tentarán estimular a creatividade do alumnado, fuxindo de modelos fixos estereotipados ou repetitivos.

8. As tarefas que se propoñan serán abertas ou semiabertas naqueles contidos máis axeitados para fomentar a creatividade como a expresión corporal, os xogos cooperativos e os deportes. As tarefas pechadas utilizaranse nos momentos onde se queira iniciar unha aprendizaxe específica ou exista un certo risco de lesionarse.

9. Os agrupamentos serán, sempre que a actividade o permita, en pequenos grupos, buscando os valores do traballo cooperativo. Buscarase a diversidade nos grupos, sempre coa premisa que para atender á diversidade hai que vivila polo que serán o máis heteroxéneos posibles (xénero, nivel de habilidade, características físicas,...).

10. Relacionaremos os novos contidos cos xa coñecidos polo alumnado, de forma que os contidos se adquiran pola reestruturación dos anteriores, propiciando unha aprendizaxe significativa. Quérese acadar o desenvolvemento integral do individuo, e que este sexa capaz de desenvolverse na sociedade dunha maneira autónoma, utilizarase para isto unha metodoloxía predominantemente global, en todo momento buscamos metodoloxías activas, baseadas en estilos non directivos (resolución de problemas, ensinanza recíproca, descubrimento guiado) e buscando que pouco a pouco o alumnado vaia adquirindo maiores responsabilidades.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación

Para as sesións prácticas utilizarase as instalacións deportivas e o material deportivo que posúe o centro e que proceda en cada momento. As

instalacións coas que conta o centro son:

- 1 pista descuberta de forma irregular (longo entre 30 m e 64 m, ancho entre 20 m e 30 m), cunha zona con postes de voleibol sen marcación de liñas e dúas zonas con canastras de baloncesto sen marcación de liñas; esta pista é utilizada para as clases de Educación Física e os recreos de Educación Primaria, que coinciden co horario lectivo da ESO;
- 1 pista descuberta de 40 m x 20 m, cunha zona (20 m x 16 m) con 2 porterías de balonmán/fútbol sen marcación de liñas; esta pista é utilizada para os recreos de Educación Infantil, que coinciden co horario lectivo da ESO;
- 1 ximnasio de 19 m x 7,5 m, cunha canastra.

Ademais, é posible utilizar o polideportivo municipal, anexo ao centro, que conta cunha pista de 40 m x 20 m, con porterías de balonmán/fútbol sala e 4 canastras.

O material deportivo que hai no centro consiste en balóns, pelotas, sticks, bates, raquetas, redes, postes, colchonetas, cordas, conos, pesos, discos, picas, valos de atletismo, bancos, equipo de música e outro material complementario.

Para o desenvolvemento dos contidos conceptuais non haberá libro de texto oficial en ningún dos cursos. O material para os contidos conceptuais estarán dispoñibles na aula virtual ou na plataforma Edixgal, sen que supoña custe económico para o alumnado. Tamén se utilizarán a aula virtual e a plataforma Edixgal para facilitar información sobre os contidos prácticos e a elaboración de traballos.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

As primeiras semanas do curso realizarase a avaliación inicial, que terá como obxectivo detectar as aprendizaxes imprescindibles non adquiridas no curso 2022-23 así como a súa correspondencia coa falta do desenvolvemento das correspondentes competencias clave. Levarase a cabo a través de cuestionarios escritos, sobre os contidos conceptuais, e mediante probas prácticas nas que se valore o nivel de condición física ou o dominio das habilidades específicas.

En función dos resultados, cando se detecten dificultades individuais, desenvolveranse actividades de apoio ou reforzo, ou, nos casos máis graves, valorarase a necesidade de realizar unha adaptación curricular. Cando se detecten dificultades que afecten ao grupo no seu conxunto,

adaptaranse os contidos e as actividades ao nivel do grupo, ao mesmo tempo que se desenvolven actividades de apoio ou reforzo.

Así mesmo, ao comezo de cada unidade didáctica tamén se realizará unha avaliación inicial se. Poderase levar a cabo a través de cuestionarios (escritos ou orais) sobre os contidos conceptuais e mediante probas prácticas. A información conseguida servirá para coñecer cales son os contidos máis descoñecidos polos alumnos e que nivel de práctica teñen alcanzado.

Como información complementaria á obtida na avaliación inicial realizada nas clases, entregarase un cuestionario de saúde para que sexa cuberto polos pais/nais ou polos titores legais dos/as alumnos/as co obxectivo de coñecer do estado físico do alumnado e, no caso de que exista algún problema de saúde, se poidan realizar as correspondentes adaptacións curriculares individuais que garantan unha correcta e segura práctica das actividades físico-deportivas.

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	26	20	15	15	7	14	3	100
Proba escrita	20	52	0	0	0	0	0	16
Táboa de indicadores	80	48	100	100	100	100	100	84

Criterios de cualificación:

A cualificación que cada alumna/o obtén nas avaliacións parciais será a suma da puntuación obtida en cada criterio de avaliación, dividida polo valor de todos os criterios de avaliación avaliados e multiplicando este valor por 10:

Cualificación = Puntuación obtida / Valor dos criterios de avaliación avaliados x 10.

En cada avaliación parcial terase en conta a puntuación obtida en todos os criterios de avaliación que foran avaliados ata ese momento.

Para poder aprobar a materia hai que cumprir dous requisitos:

- obter unha cualificación igual ou superior a 5;

- obter a puntuación mínima naqueles criterios de avaliación que a teñan establecida.

Criterios de recuperación:

O sistema de cualificación está deseñado para valorar de forma continua as aprendizaxes do alumnado, polo que non se contempla un exame final de recuperación. Aqueles/as alumnos/as que ao longo do curso non consigan obter unha cualificación igual ou superior a 5 ou non acaden a puntuación mínima nalgún criterios de avaliación, poderán realizar de novo algunhas probas de avaliación para que consigan cumprir os requisitos para aprobar a materia. Co alumnado afectado nestes casos procurarase aplicar un “seguimento personalizado” e un “asesoramento continuado” na procura do seu éxito na materia.

5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes

A recuperación das materias pendentes incluírá dous procedementos complementarios: actividades de recuperación e exames. Os contidos sobre os que se elaborarán as actividades de recuperación e os exames serán os que figuren na Programación Didáctica relativos á materia que o alumno ten pendente.

A) Actividades de recuperación.

Estarán enfocadas a que os alumnos adquiren os contidos non acadados nos cursos anteriores así como reforzar os contidos que xa adquiriran. Estas actividades de recuperación serán voluntarias para as/os alumnas/os e levaranas a cabo fóra do horario lectivo.

Para poder facer un seguimento da evolución das aprendizaxes dos alumnos, estes deberán presentar periodicamente aos profesores os traballos realizados, para a súa revisión e corrección.

B) Probas de avaliación.

- Exame de contidos conceptuais. Deberán realizar un exame de toda a materia. Este apartado vale 3 puntos.

- Probas prácticas. Deberán realizar varios exames prácticos dos contidos do curso. Este apartado vale 7 puntos.

Para poder aprobar a materia hai que cumprir dous requisitos:

- obter unha nota igual ou superior a 5 na cualificación global, calculada segundo as indicacións que figuran máis arriba;

- obter unha puntuación mínima do 30% da nota máxima en cada proba ou

exame.

No caso de que os contidos do curso actual sexan progresivos con respecto aos do curso que a/o alumna/o ten suspenso, as probas de avaliación do curso actual poderán ser tidas en conta, substituíndo as probas de avaliación da materia pendente, sempre que favoreza á/ao alumna/o.

6. Medidas de atención á diversidade

Debido ás enfermidades ou doenzas que poidan ter os alumnos, e que lles imposibiliten total ou parcialmente a práctica de actividades físicas, deberá facerse unha adaptación das actividades programadas.

No caso de enfermidades e lesións leves, non será necesario variar as actividades previstas, senón unicamente modificar a intensidade, o ritmo de execución ou a amplitude do movemento.

No caso de enfermidades ou lesións graves, haberá que realizar unha adaptación curricular. Nestas adaptacións curriculares buscarase que os alumnos poidan acadar o maior número posible dos obxectivos previstos e que se integren o máximo posible na dinámica das sesións de Educación Física.

Do mesmo xeito, realizaranse tamén adaptacións curriculares a aqueles alumnos que teñan unha dificultade manifesta para a comprensión e asimilacións dos contidos conceptuais, sen esquecer ao alumando afectado por dislexia ou TDAH, aos que se lles aplicarán as medidas adecuadas para facilitar a atención e comprensión dos contidos conceptuais, así como as adaptacións correspondentes nos exames escritos.

Por outra banda, tamén cómpre realizar adaptación das actividades realizadas nas clases para aqueles alumnos que amosen unhas altas capacidades e que o ritmo de aprendizaxe ou a dificultade das actividades propostas lles poida ocasionar desmotivación.

Sistema de cualificación

Cando un/unha alumno/a ten unha enfermidade ou lesión non permanente (non se elaborou unha adaptación curricular) que lle impida realizar algunha proba práctica, pode haber dúas situacións:

- 1) A enfermidade ou lesión é de curta duración e a/o alumna/o vai poder realizar a proba práctica pendente antes de rematar o curso. Neste caso aplicarase o sistema de cualificación xeral.
- 2) A enfermidade ou lesión é de longa duración e a/o alumna/o non vai poder realizar a proba práctica pendente antes de rematar o curso. Neste

caso aplicárase o sistema de cualificación xeral, pero tendo en conta unicamente os criterios de avaliación que puideron ser valorados.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7
ET.1 - Comprensión de lectura	X	X					
ET.2 - Expresión oral e escrita	X	X			X		
ET.3 - Comunicación audiovisual	X	X			X		
ET.4 - Competencia dixital	X	X					
ET.5 - Emprendemento social e empresarial	X	X					X
ET.6 - Fomento do espírito crítico e científico	X	X					
ET.7 - Educación emocional e en valores	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - Igualdade de xénero	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - Creatividade			X	X	X	X	X

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Ruta de sendeirismo.	Realización dunha ruta de sendeirismo para desenvolver os contidos da Unidade Didáctica 8. Actividades físicas no medio natural e urbano.			X

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

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
As actividades propostas conseguen implicar ao alumnado.
O nivel de dificultade das actividades é adecuado ás características do alumnado.
Utilízanse distintos instrumentos de avaliación, resultando adecuados aos contidos impartidos.

Adecuación, logo da súa aplicación, das ACS propostas e aprobadas.
Metodoloxía empregada
O deseño das actividades crea un conflito cognitivo que favorece a aprendizaxe.
As actividades seleccionadas e a metodoloxía empregada atenden axeitadamente á diversidade do alumnado.
Relaciónanse as aprendizaxes con aplicacións reais ou coa súa funcionalidade.
Promóvese a reflexión dos temas tratados.
Analízanse e coméntanse co alumnado os aspectos máis significativos derivados da corrección das probas de avaliación.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Os contidos seleccionados favorecen a participación activa de todo o alumnado.
Medidas de atención á diversidade
Adoptáronse as medidas adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.
Ofrécese a cada alumno ou alumna as explicacións individualizadas que precisa.
Lévanse a cabo medidas de apoio e reforzo coa alumando que as precisa.
Elabóranse probas de avaliación adaptadas ás necesidades do alumnado con NEAE.
Clima de traballo na aula
Conseguíuse motivar para lograr a actividade intelectual e física do alumnado.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Existe coordinación docente co resto da comunidade educativa.
Outros
Valórase axeitadamente o traballo participativo do alumnado.
Infórmase ao alumnado sobre os progresos conseguidos e as dificultades atopadas.
Ofrécese ao alumnado de forma rápida os resultados das probas de avaliación.
Dáselle ao alumnado a posibilidade de visualizar e comentar os seus acertos e erros.
Préstase atención ao desenvolvemento dos elementos transversais.

Descrición:

Os datos obtidos mediante os procedementos utilizados para avaliar ao alumnado tamén nos achegan información sobre o desenvolvemento da programación. Con eses datos, as reflexións do profesor sobre o seu labor docente, as opinións dos alumnos e a percepción do profesor dos intereses e actitudes dos alumnos, obteremos información que nos permitirán avaliar

o proceso de ensino e a práctica docente.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

Ademais da información que se obtén ao longo do curso (do profesorado e do alumnado) sobre o desenvolvemento da programación, os resultados académicos finais tamén achegan información sobre a necesidade de modificar a programación.

Cando os resultados non sexan os esperados, tendo en conta o nivel de partida do alumnado, revisarase a metodoloxía empregada e as actividades de aprendizaxe realizadas, para valorar se foron as máis adecuadas ás características do alumnado.

Así mesmo, tamén se terán en conta a aprobación de novas normativas por parte das administracións educativas, novas tendencias que xurdan no eido da Educación Física e a dispoñibilidade de novas instalacións e/ou equipamentos deportivos.

A avaliación da programación didáctica realizarase en función dos aspectos que se especifican a continuación:

- cumprimento da temporalización;
- idoneidade das actividades de aprendizaxe;
- medidas adoptadas en función das dificultades atopadas;
- utilización de material e recursos didácticos;
- información ao alumnado e coñecemento de resultados;
- instrumentos de avaliación empregados.

9. Outros apartados