

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15027654	IES Agra de Leborís	A Laracha	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	2º ESO	3	105

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	5
3.1. Relación de unidades didácticas	7
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	8
4.1. Concrecións metodolóxicas	27
4.2. Materiais e recursos didácticos	30
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	37
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	37
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	38
6. Medidas de atención á diversidade	39
7.1. Concreción dos elementos transversais	40
7.2. Actividades complementarias	41
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	44
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	45
9. Outros apartados	45

1. Introducción

O IES Agra de Leborís, cunha superficie total de 12000 m², repartidos en tres niveis (soto -onde está o ximnasio-, planta baixa e primeiro andar -onde se atopan as aulas xunto cos distintos departamentos, despachos, sala de profesores, biblioteca, cafetería, secretaría e conserxaría) inaugurouse no curso 1996/97 e está situado na rúa Rosalía de Castro.

No centro impártense as seguintes ensinanzas:

Educación Secundaria Obrigatoria (ESO)

Bacharelato.

Particípase no programa Proxecta.

ALUMNADO

O A idade dos mesmos atópase entre os 12-17 anos (puberdade e adolescencia), feito fundamental á hora de programar os contidos e as actividades complementarias desenroladas pola materia.

O IES Agra de Leborís é un centro público con cerca de 500 alumnos/as matriculados, un gran número deles desprázase diariamente en autobús escolar dende poboacións ou núcleos rurais próximos ao centro educativo.

O nivel socioeconómico ó que pertencen os alumnos é medio ou medio-baixo. A actividade laboral dos pais soe estar relacionada cos sectores primario e secundario, mentres que as nais soen estar dedicadas ao coidado da casa e a realizar traballos de baixa cualificación.

Os alumnos que acoden ao centro proceden maioritariamente do medio rural, das parroquias que engloban o concello da Laracha: Caión, Lendo, Estramil, Lemaio, Torás, Paisaco, Lestán, Cabovilán, Erboedo, Coiro, Soutullo, Golmar, Soandres, e Montemaior. Igualmente hai dispersión en canto aos centros de procedencia do alumnado do primeiro curso de ESO, proveñen dos colexios públicos da Laracha, Caión e Paiofaco.

Dentro de cada un dos grupos aprécianse diferenzas entre os alumnos en canto a nivel de madurez, capacidade e desenrolo corporal, por mor da disparidade de idades causadas pola cantidade de alumnos repetidores, especialmente notable no 3º ESO. Igualmente cabe dicir que se aprecia unha ampla porcentaxe de fracaso e abandono escolar temperá. Por outra banda, debemos sinalar que o alumnado, en xeral, está intimamente ligado ao medio natural, polo que se aprecia nel unha gran bagaxe de experiencias motrices, aínda que as diferenzas entre mulleres e homes son cada vez máis acentuadas. Nos últimos cursos vimos detectando un progresivo abandono da actividade física en todo o alumnado, especialmente marcado no caso das rapazas.

Segundo os datos coñecidos de cursos anteriores, deberemos atender e dar resposta individual no presente curso ao seguinte alumnado:

Alumnado con necesidades educativas especiais e dificultades na aprendizaxe, destacando os casos de TDA, TDAH e TEA

Alumnado que se incorpora tardiamente ao sistema educativo.

Alumnado con necesidades de compensación educativa (factores sociais, económicos, culturais, xeográficos ou étnicos): programa de adquisición de linguas.

Alumnado con altas capacidades intelectuais.

CURSOS /GRUPOS/ LINGUA

1º ESO: 4 grupos / En Castelán.

2º ESO: 4 grupos/ En Castelán.

3º ESO: 5 grupos / En Galego.

4º ESO: 4 grupos/ En Galego.

1º BACHARELATO: 2 grupos/ En Castelán.

2ºBACH: 1 Grupo de 1 hora de afondamentos/ En castelán.

1.- Nº de grupos deste nivel no centro:Neste curso académico temos 4 grupos de 2º ESO, A (22 alumnos) , B (24 alumnos), C (25 alumnos) y D (25 alumnos).

2.- Características dos grupos:

- nº de alumnos/as: 96

- Con respecto do nº de alumnos/as que permanecen un ano máis no mesmo curso: hai 7 alumnos.

- En relación a o alumnado con algunha enfermidade ou dado de alta no programa de Alerta escolar: En maior ou

menor grao hai algúns casos que indicamos a continuación: Enfermidade de Orgood-Schlatter, arritmias no corazón, hiperactividade bronquial e acortamento músculo-esquelético, problema do raquis, lixeira escoliosis, trocanteritis na cadeira e varios casos de asma e alerxia ós ácaros.

- Alumnado con algunha discapacidade: NON.

- Alumnado exento da materia (poderán solicitar a exención da materia quen curse estes estudos e simultaneamente acredite ter a condición de deportista de alto nivel ou de alto rendemento, ou ben realizar estudos das ensinanzas profesionais de Danza): NON.

- Alumnado susceptible de contar con medidas de atención á diversidade: Varios, con diferentes dificultades e ritmos de aprendizaxe, ós que nos iremos adaptando según vaia o proceso de aprendizaxe. Entre estes casos temos varios alumnos con reforzo educativo e/ou con apoio PT noutras materias e TDAH.

3.- Características das instalacións para desenvolver a materia nestes cursos:

ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL:

Disponemos de 2 instalacións principais (PAVILLÓN e XIMNASIO)

Para levar a cabo as nosas intencións educativas non reduciremos o noso espazo de actuación á aula e ás instalacións deportivas que se nos asignen, senón que espremeremos ao máximo a utilización dos espazos dispoñibles no centro, co ánimo de descontextualizar o ensino da Educación Física das instalacións deportivas, dando a entender ao alumnado a virtualidade do reduccionismo ao que se adoita someter á nosa materia, circunscibíndoa unicamente aos espazos tradicionais.

Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, utilizaremos a biblioteca do centro. Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede. Tamén podemos utilizar a aula de informática para presentar ao alumnado ferramentas interactivas de autoavaliación da condición física que xa veñen elaboradas en soporte informático.

Así mesmo, empregaremos o aula do grupo para realizar sesións teóricas mediante a utilización do proxector e o encerado dixital, co que contamos en case todas as aulas.

Establécese un calendario xeral de uso das instalacións deportivas entre o profesorado para que este saiba con antelación a instalación que poderá utilizar. Este calendario será dado a coñecer ó alumnado e poderá variar segundo o criterio pedagóxico do profesor, sempre e cando a instalación que non lle corresponde estea baleira.

OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

Para aprender unha tarefa e lograr un nivel de execución aceptable, o alumnado debe dispoñer dun tempo razoable para practicar a devandita actividade un número suficiente de veces.

O tempo que o alumnado dedica exclusivamente á práctica de actividade física é o que se coñece como tempo de actividade real. Para intentar incrementar na medida do posible o tempo de actividade real do alumnado, vanse ter en conta unha serie de consideracións prácticas para tal efecto:

Transición á clase de educación física. Os preparativos previos á sesión adoitan seguir un protocolo cotián e repetitivo: acceder ao vestiario dende a aula, cambiar a roupa, ir á pista ou ximnasio, pasar lista, (os 5 minutos de iniciar a clase e o estudante que non esté terá falta. Se durante a sesión chega o aula, deberá comunicarlo o profesor para que le cambie a falta por un retraso, se procede), regresar, asearse e volver cambiar a roupa. Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estanza no vestiario.

Eficiencia no tempo dispoñible. Trataremos de optimizalo do seguinte xeito:

a) Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas. Focalizaremos a atención nun ou dous aspectos que aseguren certas posibilidades de éxito nos primeiros intentos para non desbordar ó alumnado con demasiada información e ademais, conseguir que se motiven polos primeiros éxitos alcanzados. Especial trato dedicaremos ás premisas de seguridade nas tarefas, de cara a que o alumnado aprenda claramente o seu papel na prevención de riscos e na axuda ao compañeiro.

b) Rendibilidade na montaxe e recollida do material. Para evitar as perdas de tempo nesta faceta da sesión, aproveitaremos ao máximo os materiais que seleccionemos para a sesión, Ademais, por rotación alfabética, designaremos ao inicio da sesión, ao alumnado responsable da colocación e recollida do material que se vaia utilizar. Naquelas sesións nas que se vaia traballar en circuíto e necesiten moito material, intentaremos na medida do posible, realizar a montaxe previamente á sesión.

c) Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos. Para evitar as perdas de tempo que supoñen tanto o establecemento de agrupamentos, como a transición duns a outros, naquelas sesións nas que as actividades de

ensino-aprendizaxe demanden continuos cambios de agrupamentos, secuenciaremos as mesmas de tal maneira que vaian seguidas todas as actividades individuais, logo por parellas, logo por cuartetos, etc., aproveitando o agrupamento anterior para facer o seguinte.

Optimización das partes da sesión. Xeralmente as sesións de Educación Física divídense basicamente en tres partes, a saber: posta en acción, parte principal e volta á calma. Nos puntos anteriores abordamos as pautas a seguir para evitar as perdas de tempo na parte principal da sesión, centrándonos agora nas outras dúas partes.

Para limitar as perdas de tempo na posta en acción, aproveitaremos esta para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal.

A distribución das sesións organizarase seguindo un esquema semellante ó que se propón:

Fase inicial ou de quecemento (5-10 minutos), na que tras unha breve explicación teórica por parte do profesor/a prepárase aos alumnos psicolóxicamente e fisicamente para a tarefa que se vai realizar mediante exercicios de carreira suave, xogos de baixa intensidade, alongamentos, etc.

Fase principal (30-35 minutos), que constitúe a parte principal da sesión, onde se realizará a principal actividade programada. Nesta, o alumnado, organizaranse segundo o criterio da profesora atendendo a variables tales como: tipo de actividade, nivel de desenvolvemento acadado na mesma, espazo dispoñible, dispoñibilidade de material deportivo-didáctico, instalación, etc.

Fase final ou de volta á calma (3-5 minutos), onde se realizan exercicios de relaxación, descontracción e soltura, tratando de que os alumnos volvan ao seu estado inicial.

Fase de aseo (5 minutos), onde é aconsellable o cambio de roupa e secado da suor. Sendo obrigatorio o cambio da camiseta.

Para favorecer o bo funcionamento das sesións, establécense unha serie de rutinas:

Entrada e saída da aula: A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 3 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula (pavillón, ximnasio, biblioteca, aula de informática, entre outros) correspondente. A saída da aula non se realizará ata que se produza o toque do timbre.

Cambio de Indumentaria: O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da indumentaria necesaria para realizar a sesión.

Hábitos Hixiánicos: Distinguiremos entre aseo e ducha. Entendemos por aseo o secado da sudación e o cambio de roupa. Para iso o alumnado contará con 5 minutos. Con respecto a ducha non procede por falta de recursos técnicos e temporais.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por todo o alumnado participante e o alumno exento da práctica se está habilitado.

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			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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	
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	SEMPRE QUENTAMOS	Unidade didáctica para tratar contidos relativos fundamentalmente ao Bloque 1 (Vida activa e saudable) e así afianzar as bases da estrutura da sesión de clase.	10	7	X		
2	COIDO O MEU CORPO	Esta U.D. trátase dunha unidade disciplinar monotemática baseada nos aspectos condicionais da capacidade motriz. Trátase duns contidos básicos na nosa área de cara a lograr un desenvolvemento motriz elemental sobre o que asentar as futuras actuacións polo que nos centraremos nas 4 cualidades físicas básicas (forza flexibilidade, velocidade e resistencia), no quecemento como medio básico iniciador e propedéutico de calquera actividade física e no calculo da FC (ou outros-reloxos dixitais, etc...) como medio de control do adestramento e da intensidade do esforzo.	20	20	X		
3	INICIAMONOS NO JUDO	Unidade para iniciar ao alumnado nun deporte individual no que a resolución de problemas en situacións motrices e o establecemento de retos individuais e en parellas , xogando co centro de gravidade e bases de sustentación. Respetando o seu corpo e o dos compañeiros	10	12	X	X	
4	PATINAMOS	Unidade para iniciar ao alumnado nun deporte individual con implemento (patín), no que traballárase a resolución de problemas en situacións motrices de desequilibrio.	10	16	X	X	
5	DANZAS DO MUNDO	A danza como actividade xogada e medio de expresión corporal. Emprego dos recursos expresivos do corpo e do movemento para comunicar sensacións, ideas, estados de animo... Danzas do mundo e coñecemento da cultura de eses países. Traballo de técnicas de interpretación e as actividades rítmico-musicais	10	12		X	
6	PRACTICAMOS O FLOORBALL	Unidade para iniciar ao alumnado nun deporte colectivo e diferente ao tratado no curso anterior.. O deporte colectivo como medio para traballar a resolución de problemas e a interacción social en situacións motrices.	10	14		X	
7	AMPLIAMOS PAS	Pautas básicas de primeiros auxilios. PAS, 112, SVB.	8	2			X
8	BALONPIÉ	Unidade para tratar a través do deporte	12	14			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
8	BALONPIÉ	colectivo contidos fundamentais da materia. Respetando a compañeiros, adversarios, árbitros, entrenadores, público,...)	12	14			X
9	HABILIDADES XIMNASTICAS II e XOGOS TRADICIONAIS	Unidade para tratar a través do xogo contidos fundamentais da materia. Aproveitaremos para tocar aspectos de autoconstrución de materiais e así relacionar esta dinámica con contidos de consumo responsable. O xogo tamén entendido como medio de transmisión cultural e de valores tradicionais e propios de Galiza e outras rexións ou países. Coñecer mellor o seu corpo.	10	8			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	SEMPRE QUENTAMOS	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, 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.	Localizar e saber mobilizar 4 das 7 articulacións principais do corpo. (nocellos, xeonllos, cadeira, tronco, pescozo, hombreiros, pulso)	PE	100
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Coñecer e poñer en práctica as fases do quecemento		
CA1.4 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o quecemento como hábito inicial a práctica físico deportiva. Coñecer por orde as fases do quecemento.		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Localizar e saber estirar 3 dos 5 principais grupos musculares do membro inferior (Cuádriceps, isquitibiais, Psoas iliaco, aductores e xemelgos).		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Traballo compensatorio da musculatura postural. - Coidado do corpo: queceamento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.

UD	Título da UD	Duración
2	COIDO O MEU CORPO	20

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Coñecer os hábitos hixiénicos básicos para manter e mellorar a súa saúde.	PE	60
CA1.4 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.		
CA2.3 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Priorizar a seguridade nas actividades.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer e organizar secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Demostrar mellora ou mantemento da suas cualidades físicas, según un nivel estandar, en base a súa idade e con finalidade saudable dun 5.	TI	40
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Mostrar control do esforzo e intensidade nos xogos e prácticas deportivas. Proactividade no quecemento.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Realizar a práctica físico - deportiva con autocrítica, autonomía según o seu rol.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Solventar situacións motrices con autonomía e creatividade.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Respetar o seu corpo e o dos compañeiros.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Respetar os compañeiros.		
CA1.2 - Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, 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
~ Saúde física:

Contidos

- Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando o volume e a intensidade da tarefa ás características persoais.
- Alimentación saudable e valor nutricional dos alimentos.
- Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación.
- Traballo compensatorio da musculatura postural.
- Coidado do corpo: queceamento xeral e específico autónomo.
- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.
- A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva.
- Saúde social:
 - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais.
- Saúde mental:
 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
 - Reflexión sobre actitudes negativas cara á actividade física derivadas de ideas preconcebidas, prexuízos, estereotipos ou experiencias negativas.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
 - Establecemento de mecanismos de autoavaliación para reconducir os procesos de traballo.
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Calzado deportivo e ergonomía.
 - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.
- Toma de decisións:
 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e da capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social.
- Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns e actitude crítica ante elementos da contorna que supoñan obstáculos á accesibilidade universal e á mobilidade activa, autónoma, saudable e segura.
- O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.

Contidos
- Novos espazos e prácticas deportivas.

UD	Título da UD	Duración
3	INICIAMONOS NO JUDO	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Respetar as eguridade propia e a do seu oponente.	TI	100
CA1.7 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade vinculados ás devanditas manifestacións.	Coñecer os fundamentos teóricos básicos de xudo.		
CA2.5 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Respetar as normas. Dialogar como recurso para solventar diferencias.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Organizar estratexias para mellorar o propio rendemento e dos compañeiros.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Saber caer en tódolos eixes, como medida de seguridade.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Coñecer 3 técnicas de proyección tendo como premisa o desequilibrio (c.d gravidade e base de sustentación).		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Ser proactivo no proceso de aprendizaxe		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Coñecer e executar 3 técnicas de proyección tendo como premisa o desequilibrio (c.d gravidade e base de sustentación). Respeitarse a si mesmo e os compañeiros.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Dialogar como recurso para solventar diferencias.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Análise crítica dos estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz e dos comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, do contexto e dos parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.

Contidos

- Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego, análise crítica.
- Igualdade de xénero nas profesións asociadas ao deporte.

UD	Título da UD	Duración
4	PATINAMOS	16

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Saber recoñecer situacións de risco para previrlos. Valorar a importancia do uso do casco e proteccións.	PE	24
CA1.4 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Usar as novas tecnoloxías para se informar.		
CA2.3 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Usar as novas tecnoloxías para se informar.		
CA2.6 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer e valora o uso de casco e proteccións.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Usar as novas tecnoloxías para se informar.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Saber que a súa interacción co medio debe ser con respecto o mesmo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Coñecer e valora o uso de casco e proteccións.		
CA1.7 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade vinculados ás devanditas manifestacións.	Participar na práctica da patinaxe con respecto ós demais.		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente		
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Saber desplazarse hacia adiante cos patíns. Saber xirar hacia ambos lados cos patíns. Coñecer a lo menos unaha técnica para frear, sendo a recomendada a "cuña".		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Saber desplazarse hacia adiante cos patíns. Saber xirar hacia ambos lados cos patíns. Coñecer a lo menos unaha técnica para frear, sendo a recomendada a "cuña".	TI	76
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Saber desplazarse hacia adiante cos patíns. Saber xirar hacia ambos lados cos patíns. Coñecer a lo menos unaha técnica para frear, sendo a recomendada a "cuña".		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Participar na práctica da patinaxe con respecto ós demais.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Usar casco e medidas de protección para minimizar situacións de lesión.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social:

Contidos

- Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais.
- Análise crítica dos estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz e dos comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte.
- Saúde mental:
 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
 - A actividade física e o deporte como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social, superación persoal e medio para previr trastornos alimentarios.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Establecemento de mecanismos de autoavaliación para reconducir os procesos de traballo.
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.
- Toma de decisións:
 - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, do contexto e dos parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais.
 - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego, análise crítica.
 - Igualdade de xénero nas profesións asociadas ao deporte.
- Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns e actitude crítica ante elementos da contorna que supoñan obstáculos á accesibilidade universal e á mobilidade activa, autónoma, saudable e segura.
- O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.
- Novos espazos e prácticas deportivas.
 - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes.
- Práctica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
5	DANZAS DO MUNDO	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Coñecer as medidas básicas de de seguridade como o quecemento.	PE	33
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Usar as novas tecnoloxías para se informar.		
CA2.3 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Usar as novas tecnoloxías para se informar.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Usar as novas tecnoloxías para se informar.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Expresarse verbalmente e corporalmente sen prexuízos.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Coñecer a cultura doutro país a través da danza.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Coñecer e Participar de maneira proactiva.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Chegar a acordos de entendemento cos seus compañeiros a través do diálogo.	TI	67
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Poñer en práctica medidas de seguridade como o quecemento.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Practicar con proactividade as danzas ensinadas polos seus compañeiros.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Mostrar un mínimo de coordinación e destreza na danza a ensinar ós seus compañeiros.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar cretivamente os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Axudar a que os seus compañeiros adquiren o coñecemento de unha danza proposta por el/ela e os seus compañeiros de grupo.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Chegar a acordos de entendemento cos seus compañeiros a través do diálogo.		
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Mostrar un mínimo de coordinación xestual ó ritmo da música.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Reflexión sobre actitudes negativas cara á actividade física derivadas de ideas preconcebidas, prexuízos,

Contidos

- estereotipos ou experiencias negativas.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
- Establecemento de mecanismos de autoavaliación para reconducir os procesos de traballo.
- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Toma de decisións:
 - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, do contexto e dos parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais.
 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural.
- Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade.
- Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos.
- Técnicas de interpretación.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo.
- Influencia do deporte na cultura actual: o deporte como fenómeno de masas, impacto social, aspectos positivos e negativos.
- Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano.

UD	Título da UD	Duración
6	PRACTICAMOS O FLOORBALL	14

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Saber recoñecer as medidas básicas de seguridade	TI	100
CA2.5 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Coñecer e saber executar os pases básicos (push, hit e fly).		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Mostrar coñecemento do reglamento básico. Saber os fundamentos técnicos básicos.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Moverse polo campo con mínima intención táctica defensiva e ofensiva. Manexar o stick para conducir a bola entre conos.. Golpear a bola sen oposición hacia portería dende fora da área.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Dialogar como recurso para solventar diferencias entre os seus compañeiros e adversarios.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.

Contidos

- Toma de decisións:
 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
 - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.
 - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e da capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social.
 - Funcións de arbitraje deportiva.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego, análise crítica.
 - Igualdade de xénero nas profesións asociadas ao deporte.

UD	Título da UD	Duración
7	AMPLIAMOS PAS	2

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Coñecer as medidas mínimas de seguridade como o quecemento.	PE	100
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Saber estirar os músculos tónicos básicos.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Coñecer e actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física, aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Saber o significado de PAS. Coñecer o teléfono de emerxencia : 112. Saber para que serve unha RCP		
CA2.6 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Saber protexer a zona tras un accidente. Saber a quen pedir axuda.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Recoñecer o quecemento como medida de prevención de lesións.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. <ul style="list-style-type: none"> - Conduto PAS (protexer, avisar, socorrer), protocolo 112 e soporte vital básico (SVB). - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes.

UD	Título da UD	Duración
8	BALONPIÉ	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Saber recoñecer as medidas mínimas de seguridade, como o quecemento.	PE	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Coñecer hábitos perxudiciais para saúde.		
CA6.2 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Saber respetar o traballo dos árbitros, adestradores, así como mostrar respecto os espectadores e outros posibles axentes vinculados a modalidade deportiva.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Coñecer os hábitos hixiénicos básicos.		
CA1.7 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade vinculados ás devanditas manifestacións.	Coñecer o reglamento básico. Saber os fundamentos técnicos básicos.		
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Ser proactivo para axudar a mellorar técnica e tácticamente os seus compañeiros.		
CA2.5 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Respetar as normas e os compañeiros, árbitros, espectadores,... durante a práctica do xogo real.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Actuar cun mínimo de sentido táctico tanto defensivo como ofensivo.	TI	92
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Saber realizar un pase básico cos dous pes a 10 metros de distancia. Saber realizar un lanzamento a portería dende fora da área. Saber conducir un balón cun mínimo de destreza entre conos.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participar de maneira constructiva e proactiva na actividades organizadas e xogos reais		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Usar o diálogo como recurso para solventar diferencias entre compañeiros e adversarios.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Participar con respecto os seus compañeiros sen prexuízos de ningunha índole.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Análise crítica dos estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz e dos comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Reflexión sobre actitudes negativas cara á actividade física derivadas de ideas preconcebidas, prexuízos, estereotipos ou experiencias negativas. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e da capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego, análise crítica. - Igualdade de xénero nas profesións asociadas ao deporte. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns e actitude crítica ante elementos da contorna que supoñan obstáculos á accesibilidade universal e á mobilidade activa, autónoma, saudable e segura.

UD	Título da UD	Duración
9	HABILIDADES XIMNASTICAS II e XOGOS TRADICIONAIS	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Ser proactivo na intención de mellorar nas diferentes habilidades demandadas. Coñecer as técnicas básicas das habilidades ximnásticas. Coñecer e respetar a cultura de Galicia a través dos xogos.	PE	31
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Saber valorar os xogos populares e tradicionais.		
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Saber recoñecer as medidas básicas de seguridade, como o quecemento.	TI	69
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Realizar as axudas nas habilidades ximnásticas ós seus compañeiros con respecto. Saber realizar unha voltereta adiante		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Saber realizar unha voltereta hacia adiante.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participar nos xogos tradicionais propostos con compañerismo e respecto.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticas, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar de maneira proactiva.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, do contexto e dos parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.

Contidos

- Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social.
- Funcións de arbitraje deportiva.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural.
- Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade.
- Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.
- Utilización de espazos urbanos e naturais desde a motricidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A Educación Física na educación secundaria ten un carácter motriz, práctico e vivencial que busca, entre outros obxectivos, incrementar a actividade física efectiva do alumnado.

Os diferentes modelos pedagóxicos constitúen unha ferramenta para materializar un desenvolvemento competencial, polo carácter participativo, creativo e de aprendizaxe que xeran no alumnado.

As situacións de aprendizaxe integran procesos orientados á adquisición da competencia motriz e as competencias clave, enfocándose desde diferentes perspectivas, articulando elementos plurais como: metodoloxías de carácter participativo, o tipo e a intención das actividades expostas, a organización dos grupos, a consolidación dunha autoestima positiva, autonomía, reflexión e responsabilidade ou a creación dunha conciencia de grupo-clase.

A metodoloxía exposta caracterizarase por ser, flexible, activa, integradora, participativa, lúdica, creativa e progresiva.

A continuación, abordamos a proposta metodolóxica a través dalgúns dos seus elementos, como son os estilos de ensino, a organización espazo-temporal, o coñecemento dos resultados/execución, as actividades, a estratexia na práctica e as rutinas.

1. ESTILOS DE ENSINO

Os estilos de ensino móstrannos como se desenvolve a interacción profesor-alumnado no proceso de toma de decisións, e definen o papel de cada un nese proceso.

Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles aseguranos a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F.

Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que cada un ten un carácter propio que permite alcanzar obxectivos secundarios específicos deste.

Chegado o momento de decidirse por un determinado estilo de ensino, a súa selección farase en función de cal sexa o máis apropiado para a ensino-aprendizaxe dunha tarefa determinada. Así para as aprendizaxes técnicas e doutros contidos de similares características, utilizaremos estilos máis directivos; mentres que para aprendizaxes tácticas, de expresión corporal, e outros de similares características fomentaremos a creatividade a través de estilos baseados no descubrimento.

Darase o caso de que nunha mesma sesión se varíen os estilos de ensino utilizados dependendo de cada tarefa.

2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

AGRUPAMENTOS

En canto aos agrupamentos, a súa determinación viranos determinada polas tarefas que desenvolvamos. En principio, contemplamos a utilización de todo tipo de agrupamentos, dende o traballo individual (se é que se pode considerar como un agrupamento) xa que permite a individualización do ensino para adaptarse ao ritmo de aprendizaxe do alumnado; ata o traballo en grupo clase, cando a importancia do contido o requira xa que favorecen o proceso de socialización, melloran as relacións persoais, o coñecemento mutuo, o respecto polos demais, tolerar os distintos puntos de vista e dominio motriz e melloran o rendemento. Pasando polo traballo por parellas, tríos e en pequeno grupo cando a actividade busque desenvolver a cohesión do grupo, así como a aprendizaxe de habilidades técnicas, entre outras.

UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

Para levar a cabo as nosas intencións educativas non reduciremos o noso espazo de actuación á aula e ás instalacións deportivas que se nos asignen, senón que espremeremos ao máximo a utilización dos espazos dispoñibles no centro, co ánimo de descontextualizar o ensino da E.F. das instalacións deportivas, dando a entender ao alumnado a virtualidade do reduccionismo ao que se adoita someter á nosa materia, circunscribíndoa unicamente aos espazos "tradicionais". Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, poderemos empregar a biblioteca do centro. Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede. Por último tamén podemos utilizar a aula de informática para presentar ao alumnado aplicacións e ferramentas interactivas de autoavaliación da condición física e de adestramento que xa veñen implementadas en soporte informático.

OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

Para aprender unha tarefa e lograr un nivel de execución aceptable, o alumnado debe dispoñer dun tempo razoable para practicar a devandita actividade un número suficiente de veces.

O tempo que o alumnado dedica exclusivamente á práctica de actividade física é o que se coñece como tempo de actividade real. Para intentar incrementar na medida do posible o tempo de actividade real do alumnado, vanse ter en conta unha serie de consideracións prácticas para tal efecto, que a saber son:

Preparación da clase de educación física. Os preparativos previos á sesión adoitan seguir un protocolo cotián e repetitivo: acceder ao vestiario dende a aula, cambiarse de roupa, ir á pista ou ximnasio, pasar lista, regresar, asearse e volver cambiar de roupa.

Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estanza no vestiario. Por este mesmo motivo pasaremos lista os 5 minutos de iniciar a clase e o estudante que non esté terá falta. Se durante a sesión chega o aula, deberá comunicarlo o profesor para que le cambie a falta por un retraso, se procede.

Eficiencia no tempo dispoñible. O devandito tempo trataremos de optimizalo do seguinte xeito;

a) Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas. Focalizaremos a atención nun ou dous aspectos que aseguren certas posibilidades de éxito nos primeiros intentos para non desbordar o alumnado con demasiada información e ademais, conseguir que se motiven polos primeiros éxitos alcanzados. Especial trato dedicaremos ás premisas de respecto mutuo e de seguridade nas tarefas, de cara a que o alumnado aprenda claramente o seu papel na prevención de riscos e na axuda ao compañeiro/a.

b) Rendibilidade na montaxe e recollida do material. Para evitar as perdas de tempo nesta faceta da sesión, aproveitaremos ao máximo os materiais que seleccionemos para a sesión. Ademais, designaremos ao inicio da sesión, ao alumnado responsable da colocación e recollida do material que se vaia utilizar. Naquelas sesións nas que se vaia traballar en circuíto e necesiten moito material, intentaremos na medida do posible, realizar a montaxe previamente á sesión.

c) Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos. Para evitar as perdas de tempo que supoñen tanto o establecemento de agrupamentos, como a transición duns a outros, naquelas sesións nas que as actividades de ensino-aprendizaxe demanden continuos cambios de agrupamentos, secuenciaremos as mesmas de tal maneira que vaian seguidas todas as actividades individuais, logo por parellas, logo por cuartetos, etc., aproveitando o agrupamento anterior para facer o seguinte, de ser posible.

d) Optimización das partes da sesión. Aínda que diferentes autores propoñen varias divisións das sesións de E.F., podemos dicir que basicamente as sesións de educación física divídense en tres partes, a saber: posta en acción, parte principal e volta á calma. Nos puntos anteriores abordamos as pautas a seguir para evitar as perdas de tempo na parte principal da sesión, centrándonos agora nas outras dúas partes.

Para limitar as perdas de tempo na posta en acción, aproveitaremos esta para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal.

Na volta á calma, aproveitaremos o tempo de recuperación para recordar os puntos máis importantes traballados na parte anterior, repartiremos, no seu caso, as fichas de avaliación da sesión e motivaremos o alumnado para a sesión seguinte.

3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

Na actualidade ninguén dubida de que o coñecemento dos resultados constitúa un dos aspectos clave dentro do proceso de aprendizaxe motor. A súa importancia vén certificada por múltiples traballos de investigación que coinciden en afirmar o seu extraordinario valor dentro do proceso de aprendizaxe.

A progresión ao longo das etapas educativas debe ir dende un Coñecemento dos Resultados Extrínseco cara a un cada vez máis Intrínseco.

Nesta proposta de Programación, o Coñecemento dos Resultados abranguerá, en función do momento, tres tipos. Así, en certos contidos, como por exemplo os contidos máis técnicos, trataremos de utilizar o Coñecemento dos Resultados Concorrente. Tanto a través dunha transmisión verbal como táctil, procuraremos que o alumnado modele a súa execución técnica no mesmo momento de realizar a acción.

Naquelas situacións, nas que buscamos que a información teña unha incidencia positiva sobre as execucións posteriores, como no caso dun xesto técnico específico, utilizaremos o Coñecemento dos Resultados Inmediato. Nun principio, mediante unha transmisión verbal, e sempre que sexa necesario, a través dunha transmisión táctil ou visual.

E por último, trataremos de aumentar o protagonismo do Coñecemento dos Resultados Intrínseco, atrasando a administración da información durante un tempo, unha vez finalice a tarefa. Este Coñecemento dos Resultados Diferido, é propio da aprendizaxe dos comportamentos tácticos, onde, combinado con Estilos de Ensino baseados na Busca, preténdese proporcionar un maior protagonismo ao alumnado á hora de analizar a información e tomar decisións.

4. ACTIVIDADES

A función das actividades é a de reforzar os contidos, grazas a elas o alumnado adquire os mesmos. Ademais, teñen unha función favorecedora do proceso de socialización.

Polo tanto, para cumprir coa súa función, utilizaremos diferentes tipos de actividades. As actividades de Diagnóstico utilizarémolas principalmente nas primeiras sesións de cada U.D. co obxectivo de levar a cabo a avaliación dos coñecementos previos do alumnado sobre os contidos a desenvolver. As actividades de Desenvolvemento que utilizaremos para desenvolver os contidos centrais das distintas UU.DD. Ligadas a estas actividades virán as de Síntese, nas cales trataremos de conseguir a aplicación dos contidos aprendidos, en situacións reais de práctica. Por último, seguindo a lóxica metodolóxica, levaremos a cabo as actividades de Avaliación, coas que pretendemos comprobar o nivel de adquisición de contidos desenvolvido polo alumnado. Non debemos esquecer, que dada a heteroxeneidade do alumnado, os ritmos de aprendizaxe son individuais, polo tanto teremos preparados dous tipos máis de actividades; as de Reforzo, que utilizaremos con aquel alumnado cuxo ritmo de aprendizaxe sexa máis lento que o do grupo de referencia; e as de Ampliación, que utilizaremos con aquel alumnado que presenta un dominio importante do contido dende un principio, ou cuxo ritmo de aprendizaxe está por riba do grupo de referencia.

5. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

A estratexia na práctica que utilizaremos dependerá do tipo de contido e da tarefa que deseñamos, así como do seu obxectivo.

Así por exemplo, para as actividades de avaliación inicial, deseñadas para a primeira sesión de cada U.D., con carácter xeral, a estratexia será de tipo global, onde se implique o maior número de habilidades, fundamentos e coñecementos posible para poder facernos unha idea xeral do nivel de coñecemento inicial do noso alumnado no devandito contido.

Para aquelas tarefas onde o obxectivo perseguido sexa entre outros unha aprendizaxe técnica, a estratexia a utilizar

será máis analítica. Por exemplo a aprendizaxe dun xesto técnico, comezará cunha aproximación analítica ao mesmo descompoñéndoo en diferentes partes secuenciadas segundo os segmentos corporais implicados no xesto.

Por último, para os pasos intermedios entre as aprendizaxes máis analíticas e as máis globais, utilizaremos estratexias sintéticas que nos permitan avanzar na aprendizaxe de todo tipo de contidos.

Hai que dicir, que as estratexias utilizadas poden presentarse de forma tanto simultánea como secuencial dentro da mesma sesión. Así mesmo, pódense utilizar en ambos os dous sentidos, é dicir, podemos partir dunha estratexia global para rematar cunha aprendizaxe máis analítica, ou viceversa, podemos partir dunha estratexia máis analítica para rematar cunha máis global.

6. RUTINAS

Para favorecer o bo funcionamento das sesións, e coa intención de optimizar ao máximo o tempo de práctica efectivo por parte do alumnado que redunde nunha maior aprendizaxe por parte destes, establécense unha serie de rutinas.

Entrada e Saída da aula: A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 5 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula de educación física (pavillón, pista, etc) correspondente. Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estancia no vestiario. Por este mesmo motivo pasaremos lista os 5 minutos de iniciar a clase e o estudante que non esté terá falta. Se durante a sesión chega o aula, deberá comunicarlo o profesor para que le cambie a falta por un retraso, se procede.

A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

Cambio de Roupa: O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da roupa necesaria para realizar a sesión, sempre e cando este sexa necesario.

Hábitos Hixiénicos: Recoméndase asearse , secado da sudoración, lavado das axilas e o cambio de roupa, Para iso o alumnado contará con 5 minutos. Mínimo será obrigatorio o troco da camiseta.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido polo alumnado lesionado se pode, e se non polos compañeiros según o requerimento do docente.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso.
Libro de texto ou material complementario.
Edixgal. Aula virtual/moodle. e cursos dispoñibles na aula.
Outras ferramentas dixitais ou plataformas de aprendizaxe.
Redes sociais, aplicacións.
Material bibliográfico no departamento, biblioteca, outras dependencias do centro, etc...

1.- INSTALACIÓNS DISPOÑIBLES PARA O DESENVOLVEMENTO DA MATERIA NESTE NIVEL EDUCATIVO.

INSTALACIÓNS:

No soto do edificio atópanse o departamento e o ximnasio, cunha superficie total de 340 m² (25x13.5 m) e unha altura libre de obstáculos de entre 4 e 5 metros. O chan é de madeira. Está dotado de 4 bombas de calor, 18 puntos de luz e uns grandes ventanos orientados ao oeste. A través dun portón accédese ás zonas do patio e ás pistas

exteriores.

Os vestiarios do alumnado son de 47 m² e teñen 8 duchas colectivas e 2 individuais.

O vestiario das profesoras é de 14 m², ten un prato de ducha e un pequeno cuarto anexo (almacén).

O almacén principal está situado baixo as escaleiras de entrada, a súa superficie é reducida (15 m²) e a anchura da porta é escasa o que dificulta a almacenaxe do material de gran tamaño.

A pista polideportiva (40x20m) atópase na parte posterior do edificio (zona sur), dotada con gradas, almacén e vestiarios.

Tamén pódese dispoñer dos arredores exteriores do centro educativo como instalación, aprobado por consello escolar.

2.-MATERIAL DISPOÑIBLE PARA LEVAR A CABO O DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS DESTE CURSO.

INVENTARIO DO MATERIAL EXISTENTE

Propoñémonos, en cada curso escolar, actualizar o inventario, aumentar a dotación dos escasos recursos didácticos existentes no departamento a través de:

Reposición e arranxo de material deteriorado ou extraviado.

Aumento de fondos bibliográficos e informáticos.

Adquisición de novo material: a través dos fondos do instituo.

Adquisición de material de uso individual por parte do alumnado.

MATERIAIS IMPRESOS e INFORMÁTICOS

A. PARA O PROFESORADO

Programación didáctica.

Libro de actas.

Cadro de actividades complementarias e extraescolares.

Libros de texto e do profesorado de diferentes editoriais, sen catalogar nin cuantificar.

Fichas de sesión, compilacións de actividades, guías didácticas e artigos.

Diverso material audiovisual en formato DVDs e CDs pendente de inventariar.

Libros en lingua inglesa catalogados pola biblioteca do centro e depositados no departamento.

Ficha individual de saúde.

B. PARA O ALUMNADO/FAMILIAS

Libros de texto, fichas, diarios de sesión, cadernos de clase, películas e documentais. Pendente de inventariar.

Programación didáctica.

Normas do departamento.

Criterios de avaliación, cualificación e promoción do alumnado.

RECURSOS MATERIAIS

A. EQUIPAMENTO FIXO E GRAN MATERIAL

10 espaleiras

1 canastra instalada no ximnasio

11 bancos suecos

16 colchóns

2 colchóns quitamedos

3 poldros

2 plintos

4 xogos de postes voleibol con redes incluídas

1 xogo de postes de tenis con rede incluída

2 mesas de despacho e 2 cadeiras

2 librarías (departamento)

2 ordenadores (un de sobremesa no despacho e un portátil)

1 canón-proxector

2 reprodutores de música

2 mesas do alumno coas súas cadeiras

1 encerado

1 mesa de tenis de mesa
2 cortizas
1 punto de lectura con librería (ximnasio)
4 saltómetros

B. MATERIAL PARA A PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

INVENTARIO MATERIAL CURSO 2023/24

DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA IES AGRA DE LEBORÍS-A LARACHA

MATERIAL

OBSERVACIÓNS

CANTIDADE

AROS

De distintos diámetros (9 planos)26

BALÓNS DE BALONMÁN. Distintos tamaños27

BALÓNS ASFALTO (FÚTBOL)12

BALÓNS DE BALONCESTO 5 talla 6

31

BALÓNS DE FÚTBOL SALA 15

BALÓNS DE PILATES/FIT-BALL De 55 e 65cm 3

BALÓNS DE RUGBY

Distintos tamaños 8

BALÓNS DE VOLEI 37

BALÓNS MEDICINAIS

Distintos pesos 19

BATES DE BÉISBOL

De madeira 4

Foam 6

BÓLAS FLOORBALLDistintas cores. Con bolsa transporte 16

BOMBA DE INFLAR. compresor Deteriorado 1

CESTAS PARA GARDAR MATERIAL

De plástico e distintas cores

De madeira para xogo tradicional

Bolsa grande (1 con rodas)

6

3

2

CINTA MÉTRICA 30m: 2

COLCHÓNS PARA ESTRICAR

De foam e distintos espesores e longos

33

COMPÁS CARTOGRÁFICO (ORIENTACIÓN)

2 deteriorados

14

COMPRESOR

1

CONOS

10 Grandes

32 semicirculares con garda-conos

20 medianos

62

CORDAS DE SALTOS

Distintas lonxitudes

18

CORDAS DE TURRAR

Distintos grosos e longos

6

CORDAS DE DOBRE COMBA

De tres cores distintas

3

CRONÓMETRO

2

DISCOS DE LANZAMENTO

2 de 1kg e 2 de 11/2kg

4

DISCOS VOADORES

Freesbee

7

ESCADAS ADESTRAMENTO

2

GOMAS EXTENSORAS

deteriorada

1

INDIACAS

2

LUVAS DE BÉISBOL

1 para alumnado zurdo

3

MARCADOR MANUAL

1

MESA PIMPOM

De pregar e con rede adaptable

1

MINITRAMP

1 sen protección e deteriorado

2

PANOS MALABARES

Xogo de tres panos

3

PARES DE PATÍNS

Distintas numeracións:

11 eixes

6 en liña

1 hóckey

18

PAS DE FOAM

10

PAS DE MADEIRA

31

PAS DE PLÁSTICO

2

PELOTAS DE BÉISBOL

6

PELOTAS XIMNASIA RÍTMICA

5
PESOS DE LANZAMENTO

1 de 2kg e 2 de 3kg

3

PETOS

Distintas cores

27

PEZAS REPOSTO ZANCOS

Para amañar os que rompen

20

PICAS DE MADEIRA

14

PICAS DE PLÁSTICO

12

PNEUMÁTICOS

Distintos diámetros

7

PODÓMETRO

2

PORTARIAS UNIHÓCKEY

2 novas plegables

2+2

RAQUETAS DE BÁDMINTON

7 en mal estado-recreos

Con bolsa de almacenaxe e transporte

35

RAQUETAS DE PIMPOM

2

REDES DE BÁDMINTON

Para usar no ximnasio con ancoraxes

4

STEPS

6

STICKS DE LACROSSE

Dúas cores (6 rosa e 6 azul)

12

STICKS DE UNIHÓCKEY

Distintas lonxitudes

Con bolsa de almacenaxe e transporte

38

TESTEMUÑOS ATLETISMO

4

THIGH MASTER

6

TRAMPOLÍNS

Tipo Rehuter

3

VALOS DE ATLETISMO

2 de técnica de carreira

9

VOLANTES DE BÁDMINTON

En diferentes estado de uso

37

XOGO TRADICIONAL

PEÓNS DE MADEIRA

TANGRAMS

XOGOS 3 EN RAIA

BOLEIRAS DE COR LARANXA

CORDA DE TURRAR

BILLARDAS

AROS METÁLICOS con guía

SACOS para brincar

XOGO DA CHAVE DUNHA PA CON TOCHO E 4 PELLÓS

XOGO DA RA CON TAMPÁ ABATIBLE E PELLÓS

TABOLEIROS DE BLACKGAMMON DE COR VERDE

CAIXAS DE XOGOS DE CANICAS DE COR AZUL

CAIXAS PEQUENAS DE XOGO DO MUÍÑO EN COR VERDE

100

4

4

2

1

4

4

6

1

1

2

4

2

XOGOS DE MANCORNAS (2)

Distintos pesos

22

ZANCOS

Precisan revisión e amaño

18

3.- LIBRO DE TEXTO OU MATERIAL COMPLEMENTARIO.

Para o presente curso 2023/24 decídese seguir facilitando apuntamentos en papel ou Aula Virtual ós alumnos, e

volver prescindir do libro de texto (que, de ser necesario, será emprestado polo departamento) a cambio de que o alumnado merque nalgúns cursos os materiais didácticos necesarios para o desenvolvemento dunha parte importante dos contidos. A razón fundamental é que o departamento non pode facer o desembolso económico que supón adquirir o material para cada alumno e tamén para que a rapazada se responsabilice do seu coidado e mantemento. A idea a final de curso é establecer as bases para un futuro banco de material (semellante ó que funciona cos libros de texto). En calquera caso, de detectarse casos de alumnos (traballando de xeito coordinado coas titorías) que presentan dificultades económicas para adquirir o material, o departamento buscará unha solución para cada caso.

A solicitude de material para este curso foi a seguinte: Ningún.

O recurso de uso do móbil, poderá ser usado soamente se é solicitado polo profesor para realizar puntualmente algunha actividade.

4.- EDIXGAL, AULA VIRTUAL/MODDLE. CURSOS DISPOÑIBLES NA AULA.

A maiores dos apuntamentos en papel, úsase como recurso de apoio a Aula virtual, na que se facilitan novamente os apuntamentos, información xeral, recursos complementarios (escritos e audio-visuais). Tamén serve como recurso para entrega de traballos.

5.- OUTRAS FERRAMENTAS DIXITAIS OU PLATAFORMAS DE APRENDIZAXE.

- * Ordenador do departamento.
- * Ordenador portátil.
- * Ordenador da aula de referencia.
- * Canón -proxector.
- * Reproductores de música.
- 2 speakers inalámbricos
- * Google Drive.
- * recursos de Internet.

6.- REDES SOCIAIS OU APLICACIÓNS.

Nada destacable

7.- MATERIAL BIBLIOGRÁFICO NO DEPARTAMENTO, BIBLIOTECA. OUTRAS DEPENDENCIAS DO CENTRO, ETC..

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial desenvolverase ao inicio de cada Unidade Didáctica para comprobar os coñecementos previos que posúe o alumnado sobre os contidos da mesma.

Os procedementos de avaliación poderán ser variados, tanto probas escritas, como observación directa de tarefas específicas nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais. O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D.

Unha vez feita, a persoa docente valorará a necesidade de realizar adaptacións nos diferentes apartados da programación, de ser o caso.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	10	20	10	10	10	10	8	12	10	100
Proba escrita	100	60	0	24	33	0	100	8	31	40
Táboa de indicadores	0	40	100	76	67	100	0	92	69	60

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 9 UD. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1 e 2 impartiranse e evaluaranse no primeiro trimestre cun peso total do 30%; a 3 e 4 iniciarase a impartición no 1º trimestre pero será rematada e avaliada no 2º trimestre xunto ca UU.DD 5 e 6 que si serán impartidas e avaliadas no 2º trimestre, cun peso total do 40 %, e a 7, 8 e 9 impartirase no terceiro trimestre cun peso total do 30 %. No número de sesións asignado a cada UD contéplanse tamén a/as sesións dedicadas á avaliación.

Se non se imparte unha UD, o peso desa UD repartirase entre as UDD impartidas (no trimestre e no final do curso).

A ponderación das notas en cada trimestre será da seguinte maneira:

Apartado conceptual: 40%.

Apartado procedimental: 50%.

Apartado actitudinal: 10%.

O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma.

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD).

Tendo en conta estes elementos, para a superación de cada unidade didáctica o alumnado deberá acadar os mínimos de consecución establecidos, nun peso orientativo global igual ou superior ao 50%. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

A cualificación de cada trimestre, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada UD impartida no trimestre. No caso de recuperar algunha UD antes de ter lugar a sesión de avaliación trimestral, terase en conta a nova cualificación para o cálculo da nota desta. No caso de que o alumnado recuperara algunha UD pasada a avaliación trimestral, a cualificación da UD terase en conta para recalcular a nota da avaliación final.

A cualificación da avaliación final da materia, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións

obtidas en cada avaliación trimestral, tendo todas a mesma porcentaxe de 33,3%.

O valor numérico da nota irá dende o 1 ao 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata .4 cara abaixo e dende .5 cara arriba), e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar unha puntuación de 4,5 ou superior.

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas escritas, como observación directa por parte da persoa docente test, rúbricas,... As probas escritas poderán ser exames tipo test, de resposta curta ou de desenvolvemento. Tamén poderán solicitarse a realización de traballos escritos.

Ao ser unha materia eminentemente práctica, o procedemento de avaliación máis empregado será a observación directa a través de diversos instrumentos, principalmente rúbricas, listas de cotexo e escalas de valoración, en función dos contidos a desenvolver.

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesiões, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc.

Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos relacionados ca súa doenza ou contidos a traballar da U.D.

En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido é sempre a táboa de indicadores, xa que a nosa materia é eminentemente práctica, e ademais é unha limitación da aplicación. Non obstante, consideramos que dentro desta tipoloxía entran tamén as probas escritas.

Criterios de recuperación:

Para recuperar as UU.DD. non superadas:

O alumnado deberá recuperar so as UU.DD. que non teña superadas, aínda que tamén poderá subir nota se o desexa nas U.D superadas. Proporase ao alumnado que non a superou, actividades de recuperación, consellos, supervisións e outras indicacións, durante as clases se hai tempo ou durante os tempos de lecer, e no Aula Virtual. Posteriormente o alumnado será avaliado según a U.D co instrumento máis axeitado (probas escrita, proba práctica,...), en Xuño, para darlle tempo a preparar os contidos teóricos e prácticos. Aínda que se o alumno/a prefere evaluarse antes, habería que concretar o momento entre profe e alumno/a. A media final farase sempre cá mellor nota obtida.

Para superar a avaliación final:

Ao alumnado con algunha avaliación trimestral non superada, recibirá un plan de recuperación e se lle recomendará a realización das actividades propostas antes da avaliación final.

Durante este período ou posteriormente deberá superar nunha proba final os mínimos de consecución non superados. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderanse propor probas escritas.

Para mellorar a nota na avaliación final:

O alumnado que desexe mellorar a súa cualificación, recibirá un plan de mellora. Neste plan priorizaranse os contidos con peor cualificación ou non superados nas diferentes UDD. As actividades propostas serán acordadas entre a persoa docente e o alumnado. No caso de que o alumnado supere as actividades de reforzo propostas no plan, incrementarase a súa cualificación nas UU.DD. correspondentes e calcularase de novo a cualificación final da materia.

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

O alumnado que fora promocionado coa materia sen superar deberá seguir un plan de reforzo destinado á súa recuperación e á súa superación. O plan de reforzo será elaborado polo profesorado que imparte a materia do alumno ou alumna, e baixo as directrices deste departamento didáctico, así como co coñecemento do profesorado titor, e terá como referentes os obxectivos da materia e a contribución á adquisición das competencias. Igualmente, será un plan que se adapte ás particularidades de cada alumna ou alumno destinatarios. O departamento didáctico velará pola realización do plan por parte da alumna ou do alumno.

O plan de reforzo entregárase a cada alumno ou alumna coa materia pendente ao longo do mes de setembro, unha

vez iniciado o curso e terá que conter a seguinte información:

- Identificación da alumna ou do alumno.
- Información relevante sobre a materia sen superar: A materia de EF é unha materia eminentemente práctica, polo que a súa superación sen a realización continuada das clases non é posible. Por ese motivo, e tamén polo seu carácter progresivo, consideramos que se o alumnado supera os contidos mínimos do curso actual, dáselle por superada a materia pendente. Con este criterio pretendemos tamén motivar ao alumno/a para superar a EF do curso que está cursando, posto que só con iso pode aprobar as dúas materias.
- Currículo para desenvolver, con especificación dos criterios de avaliación: Currículo do curso actual. Criterios de avaliación: os mesmos que os do curso ordinario (nos dous primeiros trimestres)

- Teoría (40%): probas teóricas (exames ou traballos)
- Práctica (50%): probas prácticas das habilidades motrices.
- Actitude (10%): traballo diario, actitude cooperadora, aseo,...

- No caso de ter que facer un examen final o curriculum será o do curso de 2º ESO.

- Estratexias metodolóxicas que se utilizarán no seu desenvolvemento: O obxectivo principal vai consistir en tratar de que dito alumnado aprobe a materia do curso actual, aprobando así tamén a pendente (aproba dúas materias). Buscarase a progresiva autonomía do alumnado, co fin de que, como cidadán, fose capaz de incorporar a actividade física ao seu estilo de vida. A metodoloxía caracterizarase por ser, flexible, activa, integradora, participativa, lúdica, creativa e progresiva.

- Recursos necesarios para o seu desenvolvemento:

- Acudir a clase con roupa e calzado deportivo e a bolsa de aseo.
- Empregar os apuntamentos da materia e o material deportivo requerido

- Tarefas para realizar, coa debida temporalización: As tarefas serán as propias da materia de EF do curso no que está matriculado (non do curso pendente): realizar as clases prácticas e superar as probas teóricas e prácticas propostas no curso actual durante a 1ª e 2ª aval.

- Seguimento e avaliación: Na 1ª e na 2ª avaliación o alumno/a levará coma nota de EF pendente a nota que sacou na materia do curso actual, debido a que os contidos son progresivos. No caso de que estas dúas avaliacións estean aprobadas (+5), a materia de EF pendente quedaralle automaticamente superada, coa nota media das 1ª e 2ª avaliacións do curso actual.

Na 3ª avaliación levará a nota media das dúas anteriores.

Na avaliación ordinaria levará a nota media das dúas anteriores.

No caso de que estas avaliacións (1ª e 2ª) non se aproben, o alumno/a terá a oportunidade de superar a materia pendente independentemente da do curso actual, realizando unha proba final o 6 de xuño (avaliación ordinaria). A proba constará de dúas partes: teoría 40% e práctica 60%.

No caso de que na avaliación ordinaria de xuño o alumno/a aprobe a materia EF do curso actual, quedalle aprobada a materia pendente (son contidos progresivos).

- Acreditación da información á familia: resgardo asinado pola familia

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo á Orde do 8 de setembro que desenvolve o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, adoptaranse as medidas de carácter ordinario e extraordinario que se consideren oportunas e axeitadas ao alumnado.

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos.

Ademais do diferente ritmo de aprendizaxe do alumnado e o nivel de competencia motriz, os casos máis frecuentes na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

Alumnado repetidor (coa materia aprobada / coa materia suspensa). Este alumnado, maioritariamente coa materia superada, pode colaborar co profesorado en actividades de microensinanza participando como alumno avanzado en determinados contidos. Esa actuación será valorada polo profesorado con táboas de indicadores específicas.

Alumnado con diferente nivel de competencia motriz. Ao alumnado que teña baixo nivel de competencia motriz nos contidos dalgunha/s unidade/é didáctica/s, realizaránselle apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, adaptaráselle os tempos e os procedementos de avaliación.

Alumnado lesionado ou incapacitado temporalmente para realizar a práctica. No caso deste alumnado con necesidades educativas especiais poñeranse en marcha os apoios e as atencións educativas específicas necesarias para a consecución dos obxectivos de aprendizaxe. Nestes casos, asignarase un rol en función da UD que garanta que participa e logra os obxectivos fixados: avaliador, xuíz/árbitro e axudante serán os roles máis utilizados. A avaliación da súa práctica realizarase a través de táboas de indicadores específicas. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade adaptaránselle tanto os tempos como os procedementos de avaliación. En todo caso, evitarase que se limite a tomar nota da sesión.

Alumnado que promociona coa materia sen superar. Neste caso elaborárase un Plan de reforzo adaptado ás súas particularidades. De todos os apartados do plan, destacamos as tarefas para realizar e a súa temporalización, así como os procedementos de seguimento e avaliación.

Por outro lado, no caso do alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis lento podemos poñer en marcha:

- Adaptacións metodolóxicas en canto ao estilo de ensinanza: empregar formas de organizar a clase individualizadas, realización de grupos de nivel naquelas actividades que así o requiran, etc...
- Adaptacións metodolóxicas en canto á técnica de ensinanza: comunicar só os aspectos máis importantes do modelo, presentar o modelo de forma máis personalizada. Procurar deseñar actividades diferentes para traballar un mesmo contido...
- Adaptacións metodolóxicas en canto ás estratexias pedagóxicas: apoio verbal, visual, manual, ampliación do tempo para alcanzar un determinado contido (polo que se establecerán progresións máis próximas á súa aptitude física). Reforzo permanente dos logros acadados para elevar a súa autoestima-autoconceito, creación dun clima na aula na que o alumno/a non tema expresar as súas dificultades. Simplificación das actividades e adaptación das regras de xogo.

En canto ao alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis rápido, podemos:

- Plantexar actividades de ampliación que lles permitan profundar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.
- Implicar a este alumnado en programas de acción tutorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe.

No caso de ser necesarias medidas extraordinarias de atención á diversidade unha vez esgotadas as de carácter ordinario, seguiranse as indicacións establecidas na normativa vixente, coa colaboración do departamento de orientación do centro.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA	X	X	X	X		X		
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X			X	X		X	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL		X	X	X				X
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL		X	X			X		X
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL					X		X	X
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X	X			X			
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	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.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - CREATIVIDADE	X			X	X			X

	UD 9
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA	
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL	X
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X
ET.9 - CREATIVIDADE	X

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
ROTEIROS POLA CONTORNA:	Activadae o aire libre de senderismo e xogos no medio natural en coordinación co departamento de Bioloxía.	X		X
RECREOS ACTIVOS:	Ofértase diferentes actividades deportiva durante os recreos para que os alumnos fagan deporte	X	X	
XORNADAS DEPORTIVAS:	Organízase actividades deportivo-culturais no final dos trimestres, no magosto, entroido.	X	X	X
PARQUE MULTIAVENTURA O VENTOSO	Actividade dirixida para disfrutar de animais e xogos de tirolina no medio natural.	X		X
XORNADA DA BICICLETA:	Activadae organizada para concienciar ós nenos sobre a seguridade vial.			X
SEMANA BRANCA	Actividade que busca mellorar a autonomía do alumno e disfrutar dunha oferta deportiva diferente as da contorna.		X	
PATINAXE EN XEO:	Actividade que intenta complementar a U.D de Patín.		X	

Observacións:

ROTEIROS POLA CONTORNA:

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º
- Data e horario (aproximado) de realización: Todo o día, en Setembro e/ ou en Xuño.
- Destino, lugar ou espazo: Realizar roteiros sinxelos pola contorna, con posible parada en Gabenlle, área recreativa da propia localidade, a uns 3Km andando polo paseo fluvial.
- Custo aproximado: Ningún.
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/20)
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Os dos pais para poder saír do centro os nenos/as.
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): Depende, en principio NON.
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física con posible colaboración do dpto de Bioloxía.

RECREOS ACTIVOS:

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º
- Data e horario (aproximado) de realización: Tódolos recreos.
- Destino, lugar ou espazo: No pavillón e no ximnasio.
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado : Docente de EF de garda con tódolos que quieran participar.
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Ningún.
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): i NON.
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física .

XORNADAS DEPORTIVAS:

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º .
- Data e horario (aproximado) de realización: Últimas sesións da 1ª, 2ª e 3ª avaliación..
- Destino, lugar ou espazo: Pavillón, Ximnasio e exteriores do Insti.
- Custo aproximado: Ningún.
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/20): O departamento de EF e colaboradores.
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Ningún
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): NON.
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física

PARQUE MULTIAVENTURA O VENTOSO

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º
- Data e horario (aproximado) de realización: Todo o día, en Setembro e/ ou en Xuño.
- Destino, lugar ou espazo: Granxa -escola o Ventoso, no concello da Laracha.
- Custo aproximado: Custo do bus e a entrada o recinto, según actividades contratadas.
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/20)
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Os dos pais para poder saír do centro os nenos/as.
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): SI
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física

XORNADA DA BICICLETA:

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º
- Data e horario (aproximado) de realización: Durante a mañá no terceiro trimestre.
- Destino, lugar ou espazo: No instituto e arredores.
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/20)
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Os dos pais para poder saír do centro os nenos/as.
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): Depende, en principio NON.
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física .

SEMANA BRANCA:

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º
- Data e horario (aproximado) de realización: Durante unha semana no 2º trimestre.
- Destino, lugar ou espazo: Andorra
- Custo aproximado: 600-700 €
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/15)
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Os dos pais para poder saír do centro os nenos/as, e permiso no extranxeiro.
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): SI.
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física

PATINAXE EN XEO:

- Cursos, grupos e número de alumnado ao que vai dirixida: Os 4 cursos de 2º

- Data e horario (aproximado) de realización: Toda a mañá no 2º trimestre.
- Destino, lugar ou espazo: Pista de xeo adaptada na cidade da Coruña.
- Custo aproximado: Transporte e entrada con material na pista.
- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/20)
- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...): Os dos pais para poder saír do centro os nenos/as.
- Necesidades (transporte, salón de actos, etc.): SI.
- Departamentos ou entidades colaboradores: Dpto de Educación Física

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
TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Metodoloxía empregada
RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Clima de traballo na aula
MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN.

Descrición:

O proceso de ensino esixe unha avaliación continua para ir axustando a programación. Esta avaliación permite ir detectando necesidades e buscando o axuste, as correccións precisas e as medidas que se consideren oportunas en cada momento.

RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

Análise e reflexión dos resultados obtidos nas avaliacións e na final.

TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

O rematar o trimestre e o curso reflexionarase co compañeiro de departamento si a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UD como a programación xeral.

DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

O rematar o trimestre e o curso reflexionarase co compañeiro de departamento sobre a avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación.

MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:

Reflexionarase en función dos feedbacks recollidos polo alumnado e o ambiente na aula

INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:

Mediante os comentarios do alumnado e as familias poderemos detectar se foron informados en tempo e forma do contido desta programación didáctica a través da páxina web do centro e Aula Virtual. Ademais o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O seguimento da programación é indispensable para ir avaliando procedementos, as actividades levadas a cabo e os resultados alcanzados polo alumnado, e así ir facendo as modificacións que se consideren oportunas para finalmente reflexionar acerca das posibles propostas de mellora. O coñecemento dos resultados obtidos neste proceso de seguimento e avaliación tamén establecerán un novo punto de partida de cara ao próximo curso e cara a unha nova intervención docente.

O seguimento da programación realizarase a través da sección de "Seguimento" da Aplicación PROENS. Nesta sección indícarase a data de inicio e fin da UD, o número de sesións previstas, o número de sesións realizadas, o grao de cumprimento da programación (baixo-medio-alto), as propostas de mellora e calquera observación que se considere oportuna..

Tratarase de facer o seguimento e a avaliación da programación nos seguintes prazos:

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidades de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.
- Unha vez ao mes, na reunión do departamento, realizarase o seguimento da programación didáctica e estableceranse as medidas correctoras que, de ser o caso, se estimen necesarias.
- Ao finalizar o trimestre, onde analizaranse as unidades didácticas levadas a cabo, factores favorables e dificultades atopadas na temporalización das mesmas e resultados acadados polo alumnado. No caso de que quedara sen impartir algunha UD, o seu peso repartirase equitativamente entre o resto de UU.DD. impartidas no trimestre.
- Ao finalizar o curso escolar.

As propostas de mellora reorientarán e modificarán a nova programación, se é o caso, e unha vez discutido no seno do departamento (reorientarán as estratexias para desenvolver contidos, reforzarán aspectos varios, variarán procedementos, etc....) sempre buscando a optimización do proceso e o aproveitamento dos recursos. Estas propostas deberán quedar reflectidas na memoria final do departamento.

9. Outros apartados