PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15027721	IES Plurilingüe de Ames	Ames	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	1º ESO	2	70

Réxime
Réxime xeral-ordinario

Contido **Páxina**

1. Introdución	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	7
4.1. Concrecións metodolóxicas	36
4.2. Materiais e recursos didácticos	39
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	39
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	40
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	41
6. Medidas de atención á diversidade	41
7.1. Concreción dos elementos transversais	42
7.2. Actividades complementarias	44
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. Introdución

Programación didáctica para o curso 1º ESO.
1.- Nº de grupos deste nivel no centro: 7.
Jaime López de la Osa Manso: A-B-C-D-E-F-G
2.- Características dos grupos:
O IESP de Ames ten adscritos os seguintes centros de Primaria:
- CEIP Barouta
- CEIP Agro do Muíño
- CEIP A Maía

Esta característica condiciona o número e nivel de experiencias motrices vividas así como a súa calidade. Son grupos, polo tanto, heteroxéneos e cun importante número de alumnado con dificultades de aprendizaxe. Debido ao curso no que nos atopamos e ao contexto co que contamos, pretenderase ofertar ao alumnado unha serie de experiencias motrices variadas para formar unha base de traballo ampla para o resto da etapa.
- nº de alumnos: 147 alumnos (21+21+23+22+20+22+18).
- Alumnado con algunha discapacidade: 1.
- Alumnado exento da materia: 0.

3.- Características das instalacións para desenvolver a materia nestes cursos:
A. Instalacións propias:
- Ximnasio de 25 x 15 m e entre 4,5 -6m de altura e pavimento de madeira
- Vestiarios masculinos e femininos, almacén e departamento para os docentes.
- Unha pista polideportiva exterior de 40 x 20m con porterías e canastras.
- 6 mesas de tenis de mesa, nun patio cuberto no centro do IES.
- Sala de usos múltiples (SUM), de teito baixo, con chan de tarima.
- Todo a contorna dentro do recinto: terra, herba, estruturas...

B. Instalacións anexas ao centro, de titularidade municipal:
- Campo de fútbol de herba artificial.
- Pavillón polideportivo cuberto e con chan de tarima, equipado con:

2 porterías de balonmán e /ou fútbol sala
2 canastras de baloncesto móbiles e 4 fixas.
Paus e redes de voleibol
As instalacións deben de ser compartidas/rotadas polo profesorado do departamento de Educación Física, polo que a dispoñibilidade das mesmas non é completa.

4.- Características da contorna:
- Estradas secundarias e pistas próximas ó centro, fóra do recinto escolar.
- Monte con vexetación tipicamente galega próximo ao centro (do cal temos mapa de orientación)
- Parque Pazo da Peregrina (do cal temos mapa de orientación)
- Instalacións deportivas municipais A Telleira

5.- Lingua na que se imparte a materia en cada grupo: inglés (tamén se emprega o galego como lingua de apoio, xa que a maioría do alumnado non comprende toda a información que se lle dá). Contamos cunha auxiliar de Linguas procedente dos EUA (Sarah) que intervirá na aula só nun dos trimestres/grupo e da que se pretende que, dunha banda, interactúe co alumnado a nivel lingüístico en situacións reais de práctica deportiva e, doutra banda, aporte a súa riqueza cultural mediante a transmisión de experiencias físicas e deportivas do seu lugar de orixe.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	
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

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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	A CLASE DE EF: APRENDEMOS A QUENTAR, TRABALLO DE CONDICIÓN FÍSICA E A TER HÁBITOS SAUDABLES	Unidade didáctica para presentar a materia e favorecer o coñecemento do centro e o alumnado do grupo. - Contidos da programación didáctica e criterios de cualificación. - Normas de clase (indumentaria, pautas de hixiene, etc...) - Coñecemento das instalacións e dos materiais e normas de seguridade e prevención de accidentes. - Achegamento a Edixgal - Estrutura da clase de EF - Principios e pautas do quecemento xeral - Medios de adestramento para desenviolver as capacidades físicas.	14	14	X		
2	ADESTRAMOS COA CORDA	Unidade didáctica baseada nos principios de mellora da condición física e o desenvolvemento das calidades físicas básicas, coordinativas e derivadas (incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde). - Identificación da frecuencia cardíaca como medio de control do adestramento e da intensidade do esforzo. - Retos de corda corda individuais, parellas e grupo. - Propostas persoais e creatividade aplicada aos saltos coa corda.	10	4	X		
3	AS MIÑAS PRIMEIRAS HABILIDADES NA XIMNASIA E NO PARKOUR, CREAMOS FIGURAS DE ACROSPORT	Nesta unidade didáctica procurarase o dominio das diferentes habilidades ximnásticas e de Parkour (saltos, recepcións, xiros, paso de obstáculos).	11	6	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
3	AS MIÑAS PRIMEIRAS HABILIDADES NA XIMNASIA E NO PARKOUR, CREAMOS FIGURAS DE ACROSPORT	- Enlace das diferentes habilidades. - Creación de percorridos prestando especial atención á seguridade e uso axeitado do material. - Procura das posibilidades da contorna para a práctica do Parkour. -Creación de figuras con variedade de agrupamentos e niveis. -Roles no acrosport: portor, áxil e axuda. -Retos por parellas e pequenos grupos. -Creación de secuencias. -Montaxe e desmontaxe de figuras. -Pautas de seguridade e hixiene postural.	11	6	X		
4	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE OPOSICIÓN BÁDMINTON	Familiarización co bádminton coma deporte de implemento: volante, raqueta, campo de xogo Fundamentos técnico-tácticos e regulamentarios do bádminton (1X1 e 2X2). Retos cooperativos, formas xogadas e dinámicas de competición.	11	8	X	X	
5	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN I FLOORBALL	Fundamentos técnico-tácticos comúns aos deportes de cooperación-oposición. Variedade de agrupamentos. Situación de xogo real. Dinámicas de competición. Retos cooperativos con variedade de móbiles. Habilidades propias do floorball. - Creación de secuencias propias.	11	8		X	
6	REALIZAMOS UNHA MONTAXE ARTÍSTICA (TEATRO, EXP. CORPORAL)	Proxecto cooperativo que integre os contidos traballados previamente: cordas, baile e acrosport, para a creación dunha montaxe artística final.	10	6		X	
7	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN II BALONCESTO	Fundamentos técnico-tácticos comúns aos deportes de cooperación-oposición. Variedade de agrupamentos. Situación de xogo real. Dinámicas de competición. Retos cooperativos con variedade de móbiles. Habilidades propias do baloncesto.	11	8		X	X
8	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN III FÚTBOL	Fundamentos técnico-tácticos comúns aos deportes de cooperación-oposición. Variedade de agrupamentos. Situación de xogo real. Dinámicas de competición. Retos cooperativos con variedade de móbiles. Habilidades propias do fútbol.	11	8			X
9	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN IV VOLEIBOL	Fundamentos técnico-tácticos comúns aos deportes de cooperación-oposición. Variedade de agrupamentos. Situación de xogo real. Dinámicas de competición.	11	8			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
9	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN IV VOLEIBOL	Retos cooperativos con variedade de móbiles. Habilidades propias do voleibol.	11	8			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	A CLASE DE EF: APRENDEMOS A QUENTAR, TRABALLO DE CONDICIÓN FÍSICA E A TER HÁBITOS SAUDABLES	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer 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.	Establecer secuencias sinxelas de actividade física a partir dunha valoración do nivel inicial.	TI	100
CA1.2 - Comezar a 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.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, educación postural, relaxación e hixiene.		
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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Procura información no Internet sobre a definición de EF e Deporte.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Aplicación de protocolo PAS (Protexer, Alertas e Socorrer) e RCP (Reanimación Cardio Pulmonar).		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
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.	Uso de buscador web e información de fontes fiables.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Participación activa nas clases de EF.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		

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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.

Contidos
- Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). - 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 a 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: 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. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
2	ADESTRAMOS COA CORDA	4

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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Coñecemento das principais lesións e prevención destas.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		

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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.

Contidos
- A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseverança e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
3	AS MIÑAS PRIMEIRAS HABILIDADES NA XIMNASIA E NO PARKOUR, CREAMOS FIGURAS DE ACROSPORT	6

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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Participación activa nas clases de EF.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		

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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Participación con creatividade e conservación cultural.		
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.	Creación e participación en expresións corporais con ou sen base musical.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura.

Contidos
- Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - 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: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a 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: 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. - 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. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
4	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE OPOSICIÓN BÁDMINTON	8

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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Participación activa nas clases de EF.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.		

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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
¯ Saúde física:

Contidos
- Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - 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: calzado deportivo e ergonomía. - 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, contexto e parámetros espaciais nas 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. - 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. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a 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: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraxe 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

Contidos
- Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
5	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN I FLOORBALL	8

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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo.		

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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - 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: - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas 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. - 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. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a 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.

Contidos
- Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraxe 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
6	REALIZAMOS UNHA MONTAXE ARTÍSTICA (TEATRO, EXP. CORPORAL)	6

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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Procura información no Internet sobre a definición de EF e Deporte.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores 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.	Preparar e participar nas manifestacións artístico-expresivas vinculadas a propia ou a outras culturas.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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 os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa.		
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.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Participación con creatividade e conservación cultural.		
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.	Creación e participación en expresións corporais con ou sen base musical.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía.

Contidos
- 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, contexto e parámetros espaciais nas 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. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a 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: 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. - 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. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
7	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN II BALONCESTO	8

Criterios 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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais.

Contidos
- Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - 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: calzado deportivo e ergonomía. - 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, contexto e parámetros espaciais nas 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. - 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. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a 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: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraxe 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
8	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN III FÚTBOL	8

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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo.		
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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.		

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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
¯ Saúde física:

Contidos
- Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - 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: calzado deportivo e ergonomía. - 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, contexto e parámetros espaciais nas 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. - 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. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a 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: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraxe 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

Contidos
- Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
9	INICIACIÓN AOS DEPORTES DE COOPERACIÓN-OPOSICIÓN IV VOLEIBOL	8

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.	Coñecemento básico de prevencións de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.	TI	100
CA1.4 - 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.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia.		
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.	Respecto e diálogo axeitado fronte aos estereotipos e discriminacións sobre a competencia motriz diversa dos compañeiros.		
CA2.1 - 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.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA2.3 - 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.	Participación activa, variada e respectuosa cumprindo as regras de xogo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo.		

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 da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Participación nos xogos e tarefas propostas intentando acadar o obxectivo solicitado.		
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.	Respecto e asunción de diferentes roles de participación.		
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.	Socialización adecuada e interacción cos compañeiros con respecto.		
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.	Participación sen discriminación de ningún tipo.		
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.	Quecemento, regulación intensidade e estiramentos finais nas sesións.		
CA6.2 - Recoñecer 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.	Coñecemento de exemplos de comportamentos incívicos (contra árbitros, outros participantes, etc).		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Interdisciplinariedade con Bioloxía de 1º (saída a contorna próxima).		

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

Contidos
- Saúde física: - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - 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: calzado deportivo e ergonomía. - 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, contexto e parámetros espaciais nas 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. - 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. - 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. - 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. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.

Contidos
- Perseverança e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraxe 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. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A nivel metodolóxico poñeremos en práctica un proceso educativo que xire en torno a varios eixes:

-En primeiro lugar, procuramos que a materia sexa atractiva e lúdica para o alumnado, o que incrementará a súa motivación e interese e, polo tanto, os seus logros e progresos. Exemplos disto serían as tarefas xogadas nos deportes, a realización de xogos na maioría dos contidos, a proposta de retos a acadar polo alumnado tanto individual como de xeito colectivo, de situacións globais na aprendizaxe dos diferentes contidos.
-En segundo lugar, e ligado co primeiro, aproveitaremos ao máximo o tempo de práctica e compromiso motor do alumnado, o que redundará na súa progresión e tamén no seu goce. Exemplos disto serían o uso de estilos de aprendizaxe que incrementan o tempo de práctica motriz, como a asignación de tarefas, que terá un rol importante en contidos como o bádminton e os deportes de cooperación/oposición así como as modificacións do mando directos que se empregarán en estadios iniciais da unidade de baile ou de malabares.
-En terceiro lugar, levaremos a cabo un proceso educativo que sexa integrador e aborde a diversidade da aula con metodoloxías que favorezan a variedade de ritmos e niveis e que respecten as diferenzas xerais entre o alumnado. Como exemplos disto atopamos estilos de ensinanza máis individualizadores como os que se levarán a cabo na unidade de combas, de malabares ou mesmo en parkour, onde se propoñerán diferentes niveis de logro para atender á diversidade do alumnado mais tamén o uso de aprendizaxes cooperativas en unidades como o acrosport ou o baile así como o traballo por grupos heteroxéneos e mesmo o rol de alumno-titor para alumnado con dificultades nos diferentes contidos a traballar.
-En cuarto lugar, poñeremos en práctica unha variedade de metodoloxías que, sen descoidar a optimización do tempo de práctica, permita transcender máis alá do físico, cara a unha aprendizaxe competencial e enriquecedora. Exemplos disto serán o emprego de metodoloxías como a aprendizaxe por proxectos da unidade de proxecto artístico que integra varios contidos traballados previamente, mais tamén o traballo por retos das unidades de cordas ou malabares ou as aprendizaxes cooperativas de unidades como a de acrosport ou a de baile.
-En quinto e último lugar, ofertaremos espazos para o alumnado que precise reforzo e ampliación na gran maioría dos contidos a través da continuación dos contidos nos espazos de recreo e lecer así como das actividades complementarias. Exemplos disto serían os torneos de bádminton, os recreos de cordas, a práctica de deportes de cooperación oposición ou a práctica lúdica de baile ou a práctica de parkour, elementos ofertados dentro da programación habitual de recreos.

A continuación, comentaremos algúns puntos que permiten ter unha visión máis ampla da proposta metodolóxica:

1. ESTILOS DE ENSINO

En canto á proposta de estilos de ensino procurarase a variedade e haberá espazo para os máis directivos e tamén para aqueles máis centrados na busca.

Os estilos directivos serán empregados en comezos de unidade para favorecer a adquisición do modelo técnico por parte do alumnado en unidades como os malabres, o baile ou mesmo as cordas na parte individual.

Os estilos de busca estarán moi presentes nas partes tácticas de deportes como o bádminton ou a unidade de deportes de cooperación/oposición. De igual xeito, haberá unha parte creativa moi importante en unidades como a de malabares, cordas, no baile, no acrosport ou mesmo parkour, coa procura de propostas propias do alumnado a partires dos modelos e exemplos propostos polo profesorado nas primeiras sesións da unidade e logo de teren adquiridos os elementos fundamentais.

De igual xeito, como xa se comentou anteriormente, poñeranse en práctica estilos de ensino como a aprendizaxe cooperativa ou a aprendizaxe baseada en retos en unidades como a de cordas, a de acrosport, ou mesmo a de baile. E aprendizaxe baseada en proxectos, de xeito fundamental, na unidade de creación dunha composición artística.

2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

AGRUPAMENTOS

A xestión dos agrupamentos será unha ferramenta de traballo e modificación constante, que permitirá mellorar a aprendizaxe e variar as situacións de aprendizaxe para o alumnado. Os agrupamentos serán variados na maioría das unidades, traballando con diversos agrupamentos dentro da mesma unidade. Por exemplo: en unidades como a de cordas realizaranse actividades e tarefas individuais, de pequeno grupo ou de gran grupo, o mesmo que en acrosport, bailes e danzas do mundo ou deportes de cooperación-oposición. Os agrupamentos manteranse durante varias sesións nalgunhas ocasións, aínda que será común varialos entre sesións e mesmo dentro da sesión.

Un elemento importante a destacar neste apartado será o emprego de grupo heteroxéneos creados polo profesorado para favorecer unha aprendizaxe máis significativa de alumnado de todo tipo aínda que haberá momentos para sexa o alumnado quen escolla os seus agrupamentos para incrementar así a súa motivación. Doutra banda, será moi importante neste curso o traballo en grupos mixtos e agrupamentos neno/nena, pois é un elemento moi importante na materia no resto da etapa e neste momento evolutivo amosan unha menor predisposición cara estes agrupamentos.

OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

Como xa se comentou, o aproveitamento do tempo práctico da sesión será unha das premisas fundamentais a nivel metodolóxico. Para iso, poñeranse en practica unha serie de estratexias como a selección de actividades e tarefas que permitan unha práctica masiva do alumnado, evitando tarefas que non permitan traballar a todo o alumnado; a implicación do alumnado na montaxe e recollida do material, o que permitirá non só aproveitar o tempo de práctica útil, mais tamén traballar elementos curriculares sobre o uso de material e instalacións; o emprego de estilos de ensinanza que incrementen o tempo de práctica, especialmente nas primeiras sesións de cada unidade, como a asignación de tarefas, que permitirá incrementar o tempo de práctica ou un maior uso de agrupamentos individuais nestes comezos de unidade; sacar partido a agrupamentos, materiais e tarefas, evitando excesivos cambios de agrupamento, de tarefa ou de material dentro dunha mesma sesión; a realización das explicacións e comunicación de feedback nos momentos de descanso ou recuperación do alumnado procurando establecer un equilibrio entre as necesidades do alumnado e os tempos pedagóxicos e educativos.

3. O USO DO FEEDBACK

O feedback empregarase para guiar a aprendizaxe do alumnado, para reforzar a súa autoestima e para mellorar a súa conduta. Para iso, levaranse a cabo feedbacks durante a actividade e ao rematar as diferentes execucións, evitando feedbacks máis retardados, que se levarán a cabo, de xeito fundamental nas actividades de avaliación. De igual xeito, procurarase levar a cabo un feedback positivo que reforce a autoestima do alumnado e do grupo, deixando o feedback negativo para aquel alumnado con problemas de conduta recorrentes.

4. ACTIVIDADES

Tendo en conta o momento e unidade no que nos atopemos, realizaremos diferentes tipos de actividades. Deste xeito, levaremos a cabo Actividades de diagnóstico na avaliación inicial ao comezo de curso e nos comezos de cada

unidade para coñecer o nivel do alumnado da situación de aprendizaxe que se está a estudar. Entre os exemplos destas actividades estarían as actividades de familiarización cos móbiles e materiais nos deportes como o bádminton ou os de cooperación-oposición ou as actividades de ritmo iniciais nas unidades de baile e danzas do mundo. Continuando, realizaremos actividades de desenvolvemento, fundamentais no progreso dentro da unidade e centradas nas aprendizaxes fundamentais de cada unidades. Por exemplo, tarefas para a aprendizaxe dos golpes en bádminton, dos tipos de pasos de obstáculos en parkour ou de malabares con diferentes obxectos na devandita unidade. Así mesmo, realizaremos actividades de síntese nos remates de cada unidade para comprobar o nivel de aprendizaxe do alumnado. Por exemplo, tarefas de xogo real nos deportes de cooperación oposición ou no bádminton, ou tarefas que integren o enlace de varias figuras no caso das unidades de acrosport. Para rematar, realizaremos actividades de avaliación para valorar a aprendizaxe do alumnado e emitir a cualificación da unidade e que estarán centradas nas situacións traballadas previamente na aula ao longo da unidade.

De igual xeito, levaremos actividades de reforzo e ampliación para atender á variedade de niveis e ritmos do alumnado tanto dentro da aula (tarefas específicas ou repetición de tarefas para alumnado con dificultades; ou tarefas de maior nivel para alumnado que xa acadou as aprendizaxes), como no espazo de recreo e lecer como se comentou anteriormente.

5. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

As estratexias na práctica serán, de xeito predominante, globais onde se presenten as situacións de aprendizaxe en variedade de situacións, mais no seu conxunto. Por exemplo, con situacións de xogo variadas nos deportes de cooperacion-oposición (3x3,2x2,4x4) mais partindo da situación de xogo real; coa realización de secuencias de baile cunha estrutura completa; coa realización de retos de corda en condicións reais ou de xogos e deportes tradicionais no seu contexto real. Porén, haberá momentos e contidos onde se poden levar a cabo estratexias máis analíticas, como na aprendizaxe de malabares, onde se pode descompoñer o movemento para axudar ao alumnado a progresar, en parkour, descompoñendo o movemento en partes para a súa mellor asimilación (por exemplo, un paso de obstáculos como o gato, do que se descompoñería o movemento real en varias tarefas) ou o baile, onde se traballará en multitude de ocasións descompoñendo o movementos de pés e o dos brazos por separado antes de poñelos en común, para así facilitar a progresión do alumnado de igual xeito. Con todo, combinaranse ambas estratexias nas diferentes unidades e mesmo dentro da mesma unidade ou mesma sesión mais procurando unha maior presenza das estratexias globais, máis axeitadas para esta idade e que promoverán unha maior motivación a goce por parte do alumando.

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 podendo establecerse faltas de puntualidade de non cumprir este punto. A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

Cambio de Roupa: Cando o demande o profesorado ou o considere o alumnado mais nos espazos e momentos que dite o profesorado.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido polo alumnado segundo as instrucións do profesorado e procurando que a participación nesta tarefa sexa equilibrada e repartida entre a totalidade do alumnado.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións dispoñibles para o desenvolvemento da materia.
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas.
Edixgal.
Outras ferramentas dixitais e tecnolóxicas.
Material bibliográfico no departamento e na biblioteca.

INSTALACIÓNS:
- Ximnasio de 25 x 15 m e 4,5-6m de altura e pavimento de madeira
- Pista polideportiva exterior de 4 x20m con porterías e canastras.
- 6 mesas de tenis de mesa, nun patio cuberto no centro do IES.
- SUM: sala de usos múltiples, de teito baixo, con chan de tarima.
- Todo o entorno dentro do recinto: terra, herba. . .
- Campo de fútbol municipal (de herba artificial).
- Pavillón polideportivo municipal equipado con:

2 porterías de balonmán e /ou fútbol sala
2 canastras de baloncesto móbiles e 4 fixas
Paus e redes de voleibol

MATERIAL: pendente de actualizar o inventario por parte de Xefe de Departamento, no curso anterior contabamos con:
- Balóns para a práctica de diferentes deportes.
- Patíns e sticks de hóckey.
- Deportes de raqueta: pas de tenis de mesa e raquetas de bádminton.
- Orientación: mapas, balizas e pinzas.
- ximnasia: colchóns, poldro, minitramps...
- Atletismo: discos, pesos, valos e tacos de saída.
- Musculación e fitness: mancornas,
- Xogos tradicionais e alternativos: ra, chave, trompos, softball..
- Escalada: mochila, cordas, arneses, rocódromo...
- Varios: conos, aros, escadas de coordinación, balóns medicinais, cordas de saltos...

FERRAMENTAS DIXITAIS e TECNOLÓXICAS: TV, altofalante portátil, proxector de vídeo, micrófono inalámbrico...

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.

A avaliación inicial levarase a cabo en dous momentos fundamentais:
-O primeiro, a comezo de curso, onde se propoñerán unha serie de actividades diagnóstico en relación coas

diferentes situacións de aprendizaxe que se levarán a cabo. Deste xeito, levarase a cabo algún traballo de deportes de cooperación-oposición, de habilidades ximnásticas, de ritmo e de condición física.
-O segundo, máis amplo, ao comezo de cada unidade, con actividades de diagnóstico de cada contido. Exemplos disto serán as actividades de familiarización con material e móbil en bádminton, tarefas e xogos universais en deportes de cooperación-oposición e xogos populares, actividades de ritmo nas unidades de baile ou circuítos de condición física con exercicios que coñeza o alumnado na unidade de condición física.

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.	**14**	**10**	**11**	**11**	**11**	**10**	**11**	**11**	**11**	**100**
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100	100	**100**

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 9 UUDD. As UD están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1, 2, 3 impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 34%; a 4, 5, e 6 impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 33%, e a 7, 8 e 9 impartirase no terceiro trimestre cun peso total do 33 %. No número de sesións asignado a cada UD contémplanse tamén a/as sesións adicadas á avaliación.
O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma ao tempo que se procurou acadar un equilibro nas ponderacións entre os diferentes bloques de situacións de aprendizaxe de tal forma que todos teñan un protagonismo similar na ponderación final.
Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientador (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. O alumnado que obteña unha cualificación inferior ao 30% do valor da unidade considerarase que non acada os mínimos e deberá recuperar o unidade no momento estimado polo profesorado (que dependerá da natureza do contido que se estaba a impartir). O alumnado que acade entre un 30% e un 50% do valor total da unidade, a pesar de non ter superada a mesma, poderá facer media aritmética con outras unidades. O alumnado cunha cualificación igual ou superior a 50% terá superada a unidade.
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 final previa a avaliación final.
A cualificación da avaliación previa á avaliación final da materia, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral.
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 superado o trimestre e o curso o alumnado debe acadar unha puntuación de 4,5 ou superior.
Para a obtención da nota de cada unidade empregaranse procedementos de avaliación que valoren, eminentemente a parte práctica da materia tanto ao longo do proceso como ao remate da unidade, para o que se levarán a cabo variedade de probas prácticas como as que seguen: creación de sesións de condición física na UD 1, a superacións de variedade de retos de corda na UD 2 a elaboración de percorridos empregando as habilidades de parkour e figuras de acrosport na UD 3, a realización de situacións de xogo real e superación de retos cooperativos na UD 4, a realización de retos de malabres e proposta de retos propios na UD 5, a construción de secuencias de figuras de acrosport na UD 6, a realización de coreografías de bailes cos pasos estudados e outros de proposta propia na UD 7, a realización de tarefas de xogo real de cooperación-oposición da UD 8, a construción dunha montaxe artística integrando contidos previas na UD 9 e a realización dunha xincana de orientación e xogo tradicional no UD 10. A maioría destas probas serán filmadas para emitir un mellor feedback e unha cualificación máis transparente e razoada, sendo, na maioría

das unidades o proceso de filmación realizado polo alumnado para así seguir o seu ritmo, ter maior número de oportunidades de práctica e a posibilidade de seleccionar as tomas de maior calidade. Estas probas prácticas serán avaliadas empregando instrumentos de avaliación como as rúbricas de avaliación ou as escalas de valoración e tendo en consideración os criterios publicados e traballados na aula previamente. De igual xeito, haberá espazos para a coavaliación e autoavaiación do alumnado en unidades que, polo proceso de traballo levado a cabo, é máis axeitado este tipo de avaliación.
Ao alumnado que por diferentes motivos (lesións, malestares diversos, etc) non poda levar a cabo as sesións dunha unidade daráselle un rol que poda desempeñar, como a colaboración na práctica cun rol diferente ou a proposta de proxectos non prácticos relacionados co contido. Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos. De igual xeito, e de ser o caso, poderase valorar a eliminación desa unidade puntual e manter a nota media co resto de unidades que si puido levar a cabo
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.

Criterios de recuperación:

Para recuperar as UUDD non superadas:
Rematada a UD proporase ao alumnado que non a superou, e se o contido o permite, actividade de recuperación da mesma natureza que as levadas a cabo na unidade. De non ser posible realizar as actividades de recuperación do mesmo xeito, procurarase unha adaptación das mesmas (por exemplo, alumnado que non superou unha unidade de acrosport onde o procedemento de avaliación era eminentemente grupal, pode adaptarse a proba e solicitarlle unha tarefa individual que si poida levar a cabo). De non superar as devanditas actividades o alumnado quedará con esa unidade pendente.
Para recuperar a avaliación trimestral:
O alumnado deberá recuperar só as UUDD que non teña superadas. O profesorado proporá actividades de recuperación ao alumnado supervisadas, avaliadas e cualificadas en sesións de titoría previa cita. Segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas.
Se o alumnado obtén, polo menos, un 40% da ponderación total do trimestre, poderá facer media co resto de trimestres que ten aprobados sen necesidade de ter que recuperar as unidades suspensas.
Para superar a avaliación final:
Ao alumnado con algunha avaliación trimestral non superada, recibirá un plan de recuperación e realizará as actividades propostas no período que vai dende a avaliación previa á avaliación final ata a avaliación final. Esas actividades serán avaliadas e cualificadas por observación directa do profesorado.
Transcorrido este período, o alumnado que non recuperou algunha avaliación trimestral, deberá superar nunha proba final extraordinaria cos mínimos de consecución non superados. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderanse propor probas escritas.

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

Non procede en 1º ESO.

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, contémplanse 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: este alumnado, maioritariamente coa materia superada, pode colaborar co profesorado en actividades de microensinanza participando como alumno avantaxado 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 didáctica/s, realizaránselle apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, adaptaránselle os tempos e os procedementos de avaliación.

- ALUMNADO LESIONADO OU INCAPACITADO TEMPORAL 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 participe e logre 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 adaptaránselle tanto os tempos como os procedementos de 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, creación dun clima na aula na que o alumno/a non tema expresar as súas dificultades. Establecer na clase ambientes menos competitivos e máis de colaboración. Solicitarlle tarefas que de partida sabemos que
saben facer. Recoñecemento a nivel privado e público dos éxitos. Outorgarlles responsabilidades dentro do grupo. Simplificación das actividades e adaptación das regras de xogo. Avaliar non só o produto final, senón o proceso de aprendizaxe.

En canto ao alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis rápido, podemos:
- Propoñer actividades de ampliación que lles permitan afondar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.
- Implicalo en programas de acción titorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe (aprendizaxe entre iguais).

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 LECTORA	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	X	

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
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
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 LECTORA	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	X
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	X
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

Observacións:

A comprensión lectora, a expresión oral e escrita e a comunicación audiovisual están presentes na meirande parte das UUDD xa que a presentación de tarefas e proxectos realízase no EDIXGAL , plataforma na que o alumnado terá que ler os apuntamentos e pautas da tarefa, realizar buscas na Internet, crear e editar os vídeos e presentacións do produto final.

Favorecerase a igualdade de xénero fuxindo de comportamentos frecuentes en determinadas actividades físicas, tradicionalmente vinculadas a un xénero, pero que coa práctica habitual por parte de todo o alumnado evitamos esa vinculación e reflexionamos sobre os estereotipos máis habituais en relación ao xénero. Evitar a vinculación rol masculino-feminino, propoñer modelos mixtos.

O emprendemento social fomentarase a partir da creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo, a educación emocional e o sentido crítico, fundamentalmente nas UUDD relacionadas con actividades creativas e artísticas, ademais de en todas as que se refiren a organización de actividades.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
VISITA AO MELGA (Museo etnolúdico de Galiza Ponteceso-A Coruña)	Actividade relacionada coa derradeira UD do curso, encamiñada ao coñecemento e afondamento no patrimonio cultural galego relacionado co xogo e o deporte tradicional e coa historia do xoguete.			X
PATIO CON(VIDA)	Proxecto integrado no Proxecto Terra (no que participa o centro) no que realizaremos a actividade ¿Circuito de orientación polo eido do centro` para conmemorar e Día da EF na rúa.		X	
RECREOS SAUDÁBEIS	Proxecto integrado no Plan Proxecta (no que participa o centro) no que o alumnado poderá practicar as actividades propostas polo Departamento de EF ao longo de tódolos recreos do curso.	X	X	X

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

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Metodoloxía empregada
DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE.
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.
A persoa docente pode avaliar os indicadores propostos, escollendo os instrumentos que considere máis axeitados: cuestionarios, listaxes de control ou rexistro de datos, entrevistas, observador externo ou ben comparar a experiencia con outros docentes (no noso caso caso, ao ser dous docentes, poderiamos fornecernos mutuamente das experiencias compartidas).

- RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:
Análise dos resultados obtidos na avaliación final (cualificacións, porcentaxes...)
- TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:
Mediante unha listaxe de control reflectirase se a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UUDD como a programación xeral.
- DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:
Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2 instrumentos de avaliación: unha enquisa ao alumnado de cada grupo, e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase.
- MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:
Avaliarase a través dunha enquisa ao alumnado, a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cun feed-back obtido das entrevistas ou titorías coas familias.
- INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:
Mediante unha listaxe de control avaliarase se o alumnado e familias foron informados en tempo e forma dos contidos da programación didáctica a través da páxina web do centro. Ademais o alumnado terá 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 realizarase a través da sección de "Seguimento" da Aplicación PROENS. Nesta sección indicarase 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.

O seguimento e a avaliación da programación realizarase nos seguintes momentos:

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades propostas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidade de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.

- Unha vez ao mes, na reunión convocada polo Xefe de 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 UUDD 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 UUDD traballadas 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 seo 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 de curso do departamento.

9. Outros apartados