

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Educación física 1º Bac.

Curso: 2022/2023

CÓDIGO DO CENTRO: 15025268

IES As Telleiras

Enderezo		C.P.
Estrada Cedeira km.1		15570
Localidade	Concello	Provincia
San Xiao De Narón (San	Narón	A Coruña
Tfno.	Fax	Correo electrónico
881930350	881930361	ies.telleiras@edu.xunta.gal
Páxina web	http://www.edu.xunta.gal/centros/iesastelleiras/	

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	7
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	8
4.1. Concrecións metodolóxicas	27
4.2. Materiais e recursos didácticos	30
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	31
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	32
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	35
5.4. Procedemento para acreditar os coñecementos necesarios en determinadas materias	37
6. Medidas de atención á diversidade	38
7.1. Concreción dos elementos transversais	40
7.2. Actividades complementarias	41
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	42
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	43

1. Introducción

A presente programación didáctica está contextualizada na etapa de Bacharelato. Nesta etapa, a Educación Física está presente unicamente no primeiro curso, cunha carga lectiva de tres horas semanais, por tanto, en principio, será o último contacto que terá o alumnado con contidos propios da materia.

A materia de Educación Física neste nivel favorecerá o achegamento do alumnado a unha serie de profesións vinculadas co deporte, así como novas posibilidades de estudo, xa sexa no ámbito universitario, no da Formación Profesional ou no dos Ensinos Deportivos.

Independentemente dos estudos que continúe o alumnado, a materia busca capacitar ao alumnado na programación autónoma e a autorregulación da súa práctica física, así como consolidar un estilo de vida activo e saudable ao longo da súa vida.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos da área	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Interiorizar o desenvolvemento dun estilo de vida activo e saudable, planificando responsable e conscientemente a súa actividade física a partir da autoavaliación persoal con base en parámetros científicos e avaliábeis, e axustando as prácticas motrices ás súas necesidades e motivacións persoais para satisfacer as súas demandas de lecer activo e de benestar persoal, así como coñecer posibles saídas profesionais asociadas á actividade física.			2-5	1-4	11-12-50		3	
OBX2 - Adaptar autonomamente as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices específicas das modalidades practicadas, a diferentes situacións con distintos niveis de dificultade, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión e execución adecuados á súa lóxica interna para resolver situacións motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas, e consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					12-40		2-3	

Obxectivos da área	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia.	5	3			11-20-50	3		
OBX4 - Analizar criticamente, e investigar, sobre as prácticas e manifestacións culturais vinculadas coa motricidade segundo a súa orixe e evolución, desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económicos, políticos e sociais que condicionasen o seu desenvolvemento, practicándoas e fomentando a súa conservación para ser capaz de defender, desde unha postura ética e contextualizada, os valores que transmiten.		3	5		12	1		1

Obxectivos da área	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX5 - Implementar un estilo de vida sustentable e comprometido coa conservación e mellora da contorna, organizando e desenvolvendo accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, asumindo responsabilidades na seguridade das prácticas, para contribuír activamente ao mantemento e coidado do medio natural e urbano e dar a coñecer o seu potencial entre os membros da comunidade.			5		12-20	4	1	

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición Física	Traballaranse as 4 capacidades físicas básicas, coñecendo as súas principais características e os principais métodos de entramento.	15	19	X		
2	Baloncesto	Nesta Unidade didáctica, veremos o reglamento básico de baloncesto así como as principais técnicas presentes no deporte que permitan practicar o deporte con fluidez.	15	18	X		
3	Primeiros auxilios	Contidos básicos de PPAA (PAS, RCP, PLS, DESA, OVACE).	4	5	X		
4	Acrosport	Elementos básicos do acrosport, así como os diferentes roles na elaboración das diferentes figuras.	13	12		X	
5	Bádminton	Contidos sobre o reglamento do bádminton, así como as diferentes técnicas do deporte que permitan un xogo fluído.	10	12		X	
6	Xogos alternativos	Diferentes xogos e deportes alternativos.	10	10		X	
7	Balonmán	Aspectos básicos do deporte, reglamento e situación técnico-tácticas presentes no balonman.	10	10			X
8	Orientación	Traballaremos sobre principais técnicas de orientación, uso de brúxula e respecto polo medio natural.	10	9			X
9	Voleibol	Aspectos básicos do deporte, reglamento e principais técnicas do deporte.	13	10			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

Educación física (1º Bac.)

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
1	Condición Física	19

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.	PE	Coñece e diferencia un programa de actividade física aplicando algúns sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas.	20
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma durante a práctica de actividades motrices.	20
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	TI	Actúa de forma responsable nas diferentes técnicas realizadas e posturas adoptadas nos diferentes exercicios.	5
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Desenvolve accións de cooperación ou colaboración nas tarefas propostas.	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	TI	Identifica a realización correcta dos xestos técnicos e erros máis comúns destes.	10

Crterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	TI	Practica diversas actividades motrices mostrando actitudes de interese e esforzo.	20
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende aqueles aspectos que fan que as manifestacións motrices se axusten a unha sociedade aberta, inclusiva e igualitaria.	5

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física.
C1.1.1 - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.
C1.1.2 - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación técnica, estratexias e probas de valoración.
C1.1.3 - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal.
C1.1.4 - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados.
C1.1.5 - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia.
C1.1.6 - Sistemas de adestramento.
C1.1.7 - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde.
C1.1.8 - Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais.
C1.1.10 - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación.
C1.1.11 - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.
C1.1.12 - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
C1.1.13 - Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
C1.2 - Saúde social.
C1.2.1 - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
C1.2.2 - Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.

Contidos
C1.3 - Saúde mental.
C1.3.1 - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.
C1.3.2 - Trastornos vinculados coa imaxe corporal.
C1.3.3 - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.3 - Análise crítica de estratexias publicitarias.
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C2.5 - Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
C2.5.2 - Protocolos ante alertas escolares.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.4 - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
2	Baloncesto	18

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	20

Crterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Desenvolve accións de cooperación ou colaboración nas tarefas propostas.	25
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	TI	Soluciona de forma autónoma situacións de xogo real no baloncesto.	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	TI	Identifica e comprender a realización correcta dos xestos técnicos en baloncesto.	15
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferentes mecanismos de comunicación entre os integrantes do equipo en baloncesto.	10
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende os aspectos máis relevantes do baloncesto que se axustan a unha sociedade aberta, inclusiva e igualitaria.	10

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.2.3 - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.

Contidos
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.1 - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
C3.1.2 - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
C3.1.3 - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
C3.1.5 - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
C3.3 - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
C4.1 - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.4 - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante público e outros.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
3	Primeiros auxilios	5

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	10
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de	TI	Emprega de maneira autónoma aplicacións móbiles para a realización dunha RCP de calidade.	30

Craterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	TI	Emprega de maneira autónoma aplicacións móbiles para á realización dunha RCP de calidade.	30
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	TI	Coñece e implementa os primeiros auxilios o accidentado (PAS, PLS, RCP)	60

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física.
C1.1.9 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.5 - Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
C2.5.1 - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
C2.5.2 - Protocolos ante alertas escolares.
C2.6 - Actuacións críticas ante accidentes.
C2.6.1 - Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer.
C2.6.2 - Desprazamentos e transporte de accidentados.
C2.6.3 - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).
C2.6.4 - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
C2.6.5 - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).
C2.6.6 - Contido básico de caixa de primeiros auxilios.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
4	Acrosport	12

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	5
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	TI	Actúa de forma responsable na elaboración das figuras e pirámides.	15
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	TI	Colabora de forma activa co resto de integrantes do grupo na realización dunha coreografía de acrosport.	10
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Crea unha coreografía de acrosport, xestionando posibles imprevistos que poidan xurdir.	10
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.			
CA3.3.1. - Coñecer e aplicar as normas básicas e os principais xestos técnicos do Acrosport, bádminton, balonman e voleibol.	PE	Coñece as principais normas e xestos técnicos do Acrosport.	20
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	TI	Colabora de forma activa na realización da coreografía, aportando ideas e solucións.	10

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferentes canales de comunicación para á realización da coreografía.	5
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende as características que fan que o acrosport sexa un deporte aberto e igualitario.	5
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	TI	Representa unha coreografía de acrosport con base musical, de forma coordinada e segura.	20

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física.
C1.1.13 - Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
C1.2 - Saúde social.
C1.2.1 - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C2.5 - Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
C2.5.1 - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.1 - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da

Contidos
motricidade en actividades individuais.
C3.1.2 - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
C3.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
C3.4 - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
C4.1 - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
C4.2 - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.4 - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante público e outros.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
C5.2 - Técnicas específicas de expresión corporal.
C5.3 - Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
5	Bádminton	12

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	10

Crterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Desenvolve accións de cooperación ou colaboración no bádminon.	20
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Desenvolve proxectos motores de colaboración ou cooperación nas actividades de bádminon.	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.			
CA3.3.1. - Coñecer e aplicar as normas básicas e os principais xestos técnicos do Acrospport, bádminon, balonman e voleibol.	PE	Coñece o reglamento básico e os principais xestos técnicos do bádminon.	20
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferentes canales de comunicación cos compañeiros na práctica de bádminon dobles.	10
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende os valores do deporte de bádminon que fan que se axuste a unha sociedade aberta e igualitaria.	20

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.2 - Saúde social.
C1.2.3 - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.

Contidos
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.1 - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
C3.1.2 - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
C3.1.3 - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
C3.1.5 - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
C3.3 - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
C4.1 - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.4 - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
6	Xogos alternativos	10

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	10

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Desenvolve proxectos motores individuais e de cooperación nos xogos practicados.	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	TI	Identifica os erros máis comúns nas técnicas dos xogos realizados.	20
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferentes canais de comunicación cos integrantes do equipo na práctica de xogos alternativos.	10
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	TI	Practica diversos xogos alternativos e valoralos como unha posibilidade máis de práctica.	20
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende os valores dos xogos alternativos que se axustan a unha sociedade aberta e inclusiva.	20

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.2 - Saúde social.
C1.2.1 - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).

Contidos
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.1 - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
C3.1.2 - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
C3.1.3 - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
C3.1.5 - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
C3.3 - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
C4.1 - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
C4.2 - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.4 - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
C5.1 - Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.
C5.4 - Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.
C5.5 - Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
C5.6 - Mercado, consumismo e deporte.
C5.7 - Saídas profesionais no ámbito deportivo.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
7	Balónmán	10

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	10
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Desenvolve accións de cooperación e colaboración no balonman.	20
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	TI	Soluciona de forma autónoma as diferentes situacións que se producen no xogo real en balonman.	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.			
CA3.3.1. - Coñecer e aplicar as normas básicas e os principais xestos técnicos do Acrosport, bádminton, balonman e voleibol.	PE	Coñece o reglamento básico e os principais xestos técnicos do balonman.	20
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferentes canais de comunicación cos compañeiros na práctica de balonman.	20
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende os valores do balonman que o fan do deporte que se axusta a unha sociedade aberta e igualitaria.	10

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.2 - Saúde social.
C1.2.3 - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.1 - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
C3.1.2 - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
C3.1.3 - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
C3.1.5 - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
C3.3 - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
C4.1 - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.4 - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante público e outros.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
8	Orientación	9

Criterios de avaliación

Craterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferentes canales de comunicación cos compañeiros na práctica de orientación.	20
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende os aspectos da orientación que a fan un deporte que se axusta a unha sociedade aberta e inclusiva.	20
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	TI	Participa nas actividades de orientación mostrando respecto polo entorno.	30
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	TI	Practica e organiza actividades no medio natural, aplicando normas de seguridade a hora de realizalas.	30

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
C6.1 - Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.
C6.2 - Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.

Contidos
C6.3 - Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.
C6.4 - Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
C6.5 - Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.
C6.6 - Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
9	Voleibol	10

Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	Incorpora de forma autónoma quecementos e volta á calma no desenvolvemento da sesión.	10
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	Coopera e colabora con demais compañeiros nas diferentes actividades de voleibol.	20
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	TI	Soluciona de forma autónoma as diferentes situacións que se producen no xogo real de voleibol.	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos			

Crterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.			
CA3.3.1. - Coñecer e aplicar as normas básicas e os principais xestos técnicos do Acrosport, bádminton, balonman e voleibol.	PE	Coñece e aplica o reglamento básico e os principais xestos técnicos do voleibol.	20
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	TI	Establece diferntes canales de comunicación cos demás compañeiros.	20
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	Comprende os valores de voleibol que se axustan a unha sociedade aberta e igualitaria.	10

Lenda: Tipo instrumento PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

Contidos
C1.2 - Saúde social.
C1.2.3 - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.
C2.1 - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
C2.2 - Selección responsable e sustentable do material deportivo.
C2.4 - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
C3.1 - Toma de decisións.
C3.1.1 - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
C3.1.2 - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
C3.1.3 - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
C3.1.5 - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
C3.3 - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.

Contidos
C4.1 - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
C4.3 - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
C4.4 - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante público e outros.
C4.5 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.6 - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A Educación Física no bacharelato ten un carácter motriz, práctico e vivencial que busca, entre outros obxectivos, incrementar a actividade física efectiva do alumnado.

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

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

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

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

1. ESTILOS DE ENSINO

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

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

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

2. AGRUPAMENTOS

En canto aos agrupamentos, a súa determinación viranos determinada polas tarefas que desenvolvamos. En principio, contemplamos a utilización de todo tipo de agrupamentos, dende o traballo individual (se é que se pode considerar como un agrupamento) xa que permite a individualización do ensino para adaptarse ao ritmo de aprendizaxe do alumnado; ata o traballo en grupo clase, cando a importancia do contido o requira xa que favorecen o proceso de socialización, melloran as relacións persoais, o coñecemento mutuo, o respecto

polos demais, tolerar os distintos puntos de vista e dominio motriz e melloran o rendemento. Pasando polo traballo por parellas, tríos e en pequeno grupo cando a actividade busque desenvolver a cohesión do grupo, así como a aprendizaxe de habilidades técnicas, entre outras.

3. OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

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

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

Optimización das partes da sesión. na posta en acción, aproveitaremos para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal. Na volta á calma, aproveitaremos o tempo de recuperación para recordar os puntos máis importantes traballados na parte anterior e motivaremos o alumnado para a sesión seguinte.

4. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

O coñecemento dos resultados constitúe un dos aspectos clave dentro do proceso de aprendizaxe motor.

Este coñecemento dos resultados darase de forma verbal durante a execución técnica, no mesmo momento de realizar a acción, para que o alumnado poda facer os cambios necesarios, e tamén ao finalizar a actividade para que o alumnado poda analizar as súas accións e tomar decisións diferentes na seguinte práctica.

5. ACTIVIDADES

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

Polo tanto, para cumprir coa súa función, utilizaremos diferentes tipos de actividades:

As actividades de Diagnóstico utilizarémolas principalmente nas primeiras sesións de cada U. D. co obxectivo de levar a cabo a avaliación dos coñecementos previos do alumnado sobre os contidos a desenvolver.

As actividades de Desenvolvemento que utilizaremos para desenvolver os contidos centrais das distintas UU.DD. Ligadas a estas actividades virán as de Síntese, nas cales trataremos de conseguir a aplicación dos contidos aprendidos, en situacións reais de práctica. Por último, seguindo a lóxica metodolóxica, levaremos a cabo as actividades de Avaliación, coas que pretendemos comprobar o nivel de adquisición de contidos desenvolvido polo alumnado.

Non debemos esquecer, que dada a heteroxeneidade do alumnado, os ritmos de aprendizaxe son individuais, polo tanto teremos preparados dous tipos máis de actividades; as de Reforzo, que utilizaremos con aquel alumnado cuxo ritmo de aprendizaxe sexa máis lento que o do grupo de referencia; e as de Ampliación, que utilizaremos con aquel alumnado que presenta un dominio importante do contido dende un principio, ou cuxo ritmo de aprendizaxe está por riba do grupo de referencia.

6. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

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

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

Para aquelas tarefas onde o obxectivo perseguido sexa entre outros unha aprendizaxe técnica, a estratexia a utilizar será máis analítica. Por exemplo a aprendizaxe dun xesto técnico, comezará cunha aproximación analítica ao mesmo descompoñéndoo en diferentes partes secuenciadas segundo os segmentos corporais implicados no xesto.

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

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

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións deportivas.
Material deportivo
Aula virtual do IES As Telleiras, Correo electrónico corporativo, Google Drive, Abalar
Material bibliográfico no departamento e na Biblioteca do centro

Instalacións deportivas: O Centro conta con unha pista polideportiva ó aire libre de 25m.x45m. con seis canastras e catro portarías de fútbol, un ximnasio de de aproximadamente 8m.x18m. con espalderas, bancos e colchóns e un pavillón polideportivo compartido con outro Instituto.

Material deportivo: O material deportivo dispoñible é abundante e variado e consta de gomas elásticas, balóns medicinais, balóns de Baloncesto, de Fútbol, de Balonmán, de Voleibol e de goma de distintos tamaños, aros, cordas, picas, mazas, sticks e bolas de Hockey, raquetas e volantes de Bádminton, indiacas, aros de malabarismo, pesos, xavelinas de goma espuma e vallas de Atletismo e varios xogos de petancas.

Material bibliográfico: Material elaborado polo Departamento, a disposición do alumnado na Aula Virtual, en Edixgal, Correo electrónico corporativo, Google Drive, Abalar.

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.

O procedemento de avaliación empregado será a observación directa de tarefas específicas nas primeiras sesións.

O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D.

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

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos na materia:

Educación física								
Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
Peso UD/ Tipo Ins.	15 %	15 %	4 %	13 %	10 %	10 %	10 %	10 %
Proba escrita	20	0	0	20	20	0	20	0
Táboa de indicadores	80	100	100	80	80	100	80	100

Educación física		Total Prog.
Unidade didáctica	Total UA	
Peso UD/ Tipo Ins.	13 %	100 %
Proba escrita	20	12 %
Táboa de indicadores	80	88 %

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 9 UD.

As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1, 2 e 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 impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 33%. No número de sesións asignado a cada UD contémpanse tamén a/as sesións dedicadas á avaliación.

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

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). Tendo en conta estes elementos, para a superación de cada unidade didáctica o alumnado deberá acadar os mínimos de consecución establecidos.

A cualificación de cada trimestre obterase calculando a media das cualificacións obtidas en cada UD impartida tendo en conta o seu peso no conxunto da materia. 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 das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral. O alumnado debe acadar unha puntuación de 5 ou superior.

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

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

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

Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

Criterios de recuperación:

Para recuperar a avaliación trimestral:

O alumnado deberá recuperar so as UU.DD. que non teña superadas. O profesorado propondrá actividades de recuperación, segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas ou probas prácticas..

Para superar a avaliación final:

Ao alumnado que teña unha nota media na materia inferior a 5, 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 ordinaria. Esas actividades serán avaliadas e cualificadas por observación directa do profesorado e por unha proba escrita.

Transcorrido este período, o alumnado deberá superar nun exame final (proba teórica e proba práctica) os mínimos de consecución non superados.

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

O artigo 51 da Orde do 8 de setembro de 2021 establece o Plan de reforzo para o alumnado de educación secundaria obrigatoria que pase de curso con materias sen superar. Nel indícase que o alumnado deberá seguir un plan de reforzo en cada unha das materias non superadas, destinado á súa recuperación e á súa superación.

O Plan de Reforzo será elaborado polo profesorado que imparte a materia que a alumna ou o alumno teñan pendente de superar, baixo as directrices do correspondente Departamento didáctico e co coñecemento do profesorado titor, e terá como referentes os obxectivos da materia e a contribución á adquisición das competencias. Igualmente, será un plan que se adapte ás particularidades de cada alumna ou alumno destinatarios. O Departamento didáctico velará pola realización do plan por parte da alumna ou do alumno.

O Plan de Reforzo debe incluír, cando menos:

- a) Identificación da alumna ou do alumno.
- b) Información relevante sobre a materia ou as materias sen superar.
- c) Currículo para desenvolver, con especificación dos criterios de avaliación.
- d) Estratexias metodolóxicas que se utilizarán no seu desenvolvemento.
- e) Recursos necesarios para o seu desenvolvemento.
- f) Tarefas para realizar, coa debida temporalización.
- g) Seguimento e avaliación.
- g) Acreditación da información á familia.

Os alumnos que teñen a materia pendente de 1º de BAC, non cursan Educación Física en 2º de BAC, polo que solo farán traballos e probas escritas, e a recuperarán da seguinte forma:

1º parcial:

1- entrega dun traballo en formato dixital sobre o quecemento:

- parte teórica: definición, obxectivos, efectos no organismo e partes

- parte práctica: elaboración dun quecemento con todos os exercicios que se van facer e explicación dos mesmos.

2- exame escrito sobre os contidos teóricos que se están a impartir no curso de 1º de BAC na 1ª avaliación.

2ª parcial:

1- entrega dun traballo en formato dixital de mellora da condición física:

- parte teórica: cualidades que se van a traballar, descrición e forma de melloralas

- parte práctica: elaboración dun plan de mellora .

2- exame escrito sobre os contidos teóricos que se están a impartir no curso de 1º de BAC na 2ª avaliación.

O peso do traballo é do 50% e o do exame escrito o 50%. A nota final será a media das cualificacións dos dous parciais. Se a nota é 5 ou superior non terán que facer proba final, pola contra se a nota é inferior a 5 terán unha proba escrita dos contidos teóricos avaliados nos dous parciais e dos traballos entregados.

5.4. Procedemento para acreditar os coñecementos necesarios en determinadas materias

Non é necesaria a acreditación de coñecementos neste nivel para esta materia.

6. Medidas de atención á diversidade

As medidas ordinarias de atención á diversidade responden ás instrucións da Orde do 8 de setembro de 2021 que regula a atención á diversidade do alumnado na que se indica que, en coordinación co profesorado titor e o Departamento de Orientación, deseñárase unha Avaliación Inicial que facilite a detección das necesidades do alumnado.

Para o alumnado que requira unha atención educativa diferente á ordinaria, por presentar necesidades educativas especiais, por dificultades específicas de aprendizaxe por trastorno por déficit de atención e hiperactividade (TDAH), polas súas altas capacidades intelectuais, por se incorporar tarde ao sistema educativo, por condicións persoais ou de historia escolar,... estableceranse as medidas curriculares e organizativas necesarias co fin de que poidan alcanzar o máximo desenvolvemento das súas capacidades persoais e os obxectivos e competencias establecidas en cada etapa para todo o alumnado.

Contémplase tamén un Plan específico personalizado para o alumnado de educación secundaria obrigatoria que permaneza un ano máis no mesmo curso.

En cumprimento do artigo 52 da Orde do 8 de setembro de 2021 pola que se desenvolve o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado, o equipo docente coordinado polo profesorado titor elaborará un plan específico personalizado que ten como finalidade adaptar as condicións curriculares ás necesidades da alumna ou do alumno, para tratar de superar as dificultades detectadas.

O plan específico personalizado incluíra, cando menos:

- a) Identificación da alumna ou do alumno.
- b) Relación das necesidades educativas que motivaron a repetición do curso.
- c) Medidas ordinarias aplicadas no curso anterior.
- d) Estratexias metodolóxicas que se utilizarán no seu desenvolvemento.
- e) Recursos necesarios para o desenvolvemento do plan.
- f) De ser o caso, oferta de medidas extraordinarias.
- g) Acreditación da información á familia.

Ao longo do curso e, segundo a evolución e necesidades concretas de cada alumno/a, poderanse levar a cabo todas as medidas que consideremos necesarias para o correcto desenvolvemento destes alumnos/as.

Os casos máis frecuentes na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

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

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

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. Simplificación das actividades e adaptación das regras de xogo.

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

- Planificar actividades de ampliación que lles permitan profundar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.

- Implicar a este alumnado en programas de acción titorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe.

7.1. Concreción dos elementos transversais

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

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

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición
Ligas deportivas	Levaranse a cabo distintas ligas deportivas nos tempos de lecer. para todo o alumnado que queira participar.

Observacións:

Levaranse a cabo distintas ligas deportivas nos tempos de lecer. para todo o alumnado que queira participar.

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

Indicadores de logro
Os obxectivos didácticos están ben formulados.
A selección e temporalización dos contidos e actividades foi axustada
Os criterios de avaliación e cualificación foron claros
Os contidos e actividades relacionáronse cos interese do alumnado
As actividades foron variadas e motivadoras
A temporalización foi adecuada
Realizouse a avaliación inicial
Empregáronse diferentes instrumentos de avaliación
Os criterios de cualificación foron axustados.

Descrición:

Cada trimestre os membros do Departamento reflexionarán sobre a Avaliación dos procesos de ensinanza e da práctica docente. Os criterios de análise e os indicadores de logro utilizados versarán sobre a programación (obxectivos, contidos e temporalización, criterios de avaliación), o desenvolvemento da mesma (contidos, actividades, distribución do tempo, recursos..) e a avaliación (avaliación inicial, instrumentos axeitados, criterios de cualificación xustos...)

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O profesorado realizará de xeito continuo o seguimento da Programación atendendo á súa temporalización, criterios establecidos de avaliación, contidos a impartir, metodoloxía, etc.... todo isto coa finalidade de ir axustando e incluso modificando aqueles aspectos didácticos que crea convenientes para que dita Programación resulte máis real, aplicable e operativa.

A Programación avaliarase a través do documento *¿Avaliación dos procesos de ensinanza e da práctica docente¿* que todos os membros do Departamento cobren e que é obxecto de reflexión nas reunións de Departamento posteriores e nas CCP. Nel establécense os criterios de análise e os indicadores de logro.

Os criterios utilizados polos Departamentos Didácticos do IES As Telleiras para avaliar a programación son os seguintes:

- 1.- A adecuación de obxectivos, contidos, criterios de Avaliación ás características e necesidades do alumnado.
- 2.- A adecuación de procedementos e instrumentos de Avaliación ás características e necesidades do alumnado.

Os indicadores de logro para estes aspectos fan referencia ao éxito académico acadado polo alumnado (porcentaxe de aprobados). Establécese na ESO un mínimo do 75% e en BACHARELATO un 50%. Cando se considere que a programación é mellorable nestes aspectos, será necesaria unha reflexión por parte do Departamento que leve a atopar as causas do problema e a buscar solucións para ter en conta na elaboración da programación do curso seguinte.

- 3.- O grao de desenvolvemento da Programación Didáctica.

Se o grao de desenvolvemento da Programación é inferior a un 75% procederase do mesmo xeito que no apartado anterior.

Toda esta información será valorada polos membros do Departamento indicando, sobre todo, as posibles razóns das dificultades do desenvolvemento da Programación (masificación das aulas, clima da aula, aproveitamento dos recursos, dificultades engadidas para atender á diversidade, perda de sesións de clase, etc.). De todo isto se elaborará un informe detallado nas actas do Departamento.

Finalmente, nas memorias de final de curso aparecerán recollidas as propostas de mellora que fosen necesarias poñer en práctica nos cursos sucesivos, procurando ir axustando a Programación á temporalidade e á realidade.