

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

**Educación física 1º ESO**

**Curso: 2022/2023**

**CÓDIGO DO CENTRO: 15025268**

**IES As Telleiras**

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

<b>Contido</b>	<b>Páxina</b>
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	6
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	7
4.1. Concrecións metodolóxicas	23
4.2. Materiais e recursos didácticos	26
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	27
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	28
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	31
5.4. Procedemento para acreditar os coñecementos necesarios en determinadas materias	32
6. Medidas de atención á diversidade	33
7.1. Concreción dos elementos transversais	36
7.2. Actividades complementarias	37
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	38
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	39

## 1. Introducción

A materia de Educación Física ten como finalidade principal que os alumnos e as alumnas alcancen a competencia motriz, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa no seu medio e coas demais, que permite que o alumnado supere os problemas motores propostos tanto nas sesións de Educación Física como na súa vida cotiá; consolidando un estilo de vida activo e saudable que lle permita ao alumnado perpetualo ao longo da súa vida a través da planificación autónoma e da autorregulación da súa práctica física e de todos os compoñentes que afecten a saúde, sempre actuando de forma coherente e en concordancia co nivel de desenvolvemento psicomotor.

## 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

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

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

### 3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Así estamos e así melloramos	Unidade didáctica na que vamos traballar as cualidades físicas, resistencia, flexibilidade e forza-resistencia, así como o quecemento, o uso da frecuencia cardíaca como medio de control da intensidade do exercicio e o control da postura durante a práctica deportiva. .	20	20	X		
2	PAS	Pautas básicas de actuación ante accidentes durante as actividades físicas.	5	2	X		
3	Xogamos como antes	Os xogos de sempre: xogos de carreira, de salto e de lanzamento que se xogan desde hai tempo.	9	7	X		
4	Aprendemos a xogar en equipo: o Ultimate	O deporte colectivo como medio para traballar a resolución de problemas e a interacción social en situacións motrices actuando con deportividade.	15	10		X	
5	Ritmo e a bailar	Actividades sinxelas de ritmo e danza para aplicar creativamente en outras unidades didácticas.	5	4		X	
6	Afrontamos novos retos: as habilidades ximnásticas	Unidade para iniciar ao alumnado nun deporte individual no que a resolución de problemas en situacións motrices e o establecemento de retos individuais cobrarán protagonismo.	13	9		X	
7	O ataque e a defensa nos deportes colectivos: o Baloncesto	Unidade didáctica para traballar elementos técnicos e regulamentarios do Baloncesto, e os principios básicos do ataque e da defensa.	15	9			X
8	Os malabares	Unidade didáctica para traballar actividades diferentes utilizando materiais de autoconstrucción e así relacionar esta dinámica con contidos de consumo responsable.	13	6			X
9	Onde estou?. A orientación	Unidade didáctica de iniciación á orientación.	5	3			X

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

#### Educación física (1º ESO)

##### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
1	Así estamos e así melloramos	20

##### Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	PE	A partir da valoración inicial da condición física é capaz de deseñar actividades sinxelas para melloralas.	10
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.	PE	Segue as pautas para elaborar quecementos xerais e levar unha alimentación saudable.	10
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.	PE	Recoñece situacións de risco na práctica deportiva e actúa preventivamente..	5
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.	PE	Coñece os efectos negativos de condutas insás e non os reproduce.	5
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.	TI	Utiliza con autonomía as aplicacións dixitais usadas na clase.	5
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	TI	Desenvolve proxectos motores individuais e, de ser necesarias, aplica medidas correctoras.	45
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.	TI	Identifica condutas contrarias á convivencia en distintas situacións motrices.	5

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Instrumentos de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>Peso orientativo</b>
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	TI	Practica as actividades propostas aplicando os coñecementos adquiridos.	15

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

## Contidos

<b>Contidos</b>
C1.1 - Saúde física:
C1.1.1 - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais.
C1.1.2 - Alimentación saudable.
C1.1.3 - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación.
C1.1.4 - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura.
C1.1.5 - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo.
C1.1.6 - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.2 - Saúde social:
C1.2.1 - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.1 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C3.1 - Toma de decisións:
C3.3 - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas.
C4.1 - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
C4.1.2 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
C4.4 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C6.4 - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.



### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
2	PAS	2

### Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	TI	Sabe utilizar o protocolo 112 e a conduta PAS.	60
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	PE	Coñece os protocolos de actuación ante accidentes.	20
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.	TI	Adopta medidas de precaución para evitar situacións de risco durante as actividades.	20

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

### Contidos

Contidos
C2.3 - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía.
C2.4 - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.
C2.5 - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas.
C2.6 - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).
C6.3 - 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.

### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
3	Xogamos como antes	7

## Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	TI	Realiza, de forma guiada, quecementos e volta á calma nas actividades propostas.	20
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.	TI	Participa en todas as actividades propostas con actitude deportiva.	20
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.	TI	Mostra dominio da técnica para a resolución de diferentes situacións motrices.	20
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.	TI	Participa activamente nas distintas actividades.	20
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.	TI	Utiliza o diálogo para a resolución de posibles conflitos xurdidos durante a práctica das actividades físicas.	20

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

## Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física:
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C2.1 - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.

Contidos
C3.1 - Toma de decisións:
C4.1 - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
C4.1.1 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
C4.1.2 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
C4.2 - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
C4.3 - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
C4.3.1 - Funcións de arbitraje deportiva.
C4.4 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
4	Aprendemos a xogar en equipo: o Ultimate	10

### Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	TI	Realiza con autonomía, coa supervisión da profesora, quecementos xerais para a actividade posterior.	10
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.	TI	Coñece os efectos negativos de comportamentos antisociais e evita a súa reprodución.	5
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.	TI	Utiliza o diálogo para a resolución de posibles conflitos xurdidos durante a práctica deportiva.	10

Craterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	TI	Practica gran variedade de actividades físicas cumprindo as normas.	10
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.			
CA3.3.1. - Interpretar correctamente distintas situacións motrices aplicando principios básicos de toma de decisións en actividades deportivas, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	PE	Interpreta correctamente a situación motriz e aplica principios básicos de toma de decisións.	30
CA3.3.2. - 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.	TI	Actúa correctamente en situacións motrices sinxelas de ataque e defensa.	15
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.	TI	Mostra dominio da técnica para a resolución de diferentes situacións motrices.	15
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.	TI	Identifica condutas contrarias á convivencia en distintas situacións motrices.	5

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

## Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física:
C1.1.5 - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo.

Contidos
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.2 - Saúde social:
C1.2.2 - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C2.1 - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
C3.1 - Toma de decisións:
C3.1.2 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
C3.1.3 - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
C3.1.4 - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.
C4.1 - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
C4.1.1 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
C4.1.2 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
C4.2 - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
C4.3 - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
C4.3.1 - Funcións de arbitraje deportiva.
C4.4 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.5 - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
5	Ritmo e a bailar	4

### Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
-------------------------	----------------------------	------------------------	------------------

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Instrumentos de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>Peso orientativo</b>
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.	TI	Realiza actividades de activación baixo a supervisión da profesora.	10
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.	TI	Utiliza o diálogo para a resolución de posibles conflitos xurdidos durante a práctica.	10
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.	TI	Colabora nas actividades propostas con achegas persoais.	30
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.	TI	Participa en actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo.	25
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.	TI	Participa activamente na creación e representación de composicións con e sen base musical.	25

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

## Contidos

<b>Contidos</b>
C1.1 - Saúde física:
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C3.1 - Toma de decisións:
C3.1.1 - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais.
C3.5 - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.

Contidos
C5.1 - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural.
C5.2 - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade.
C5.3 - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos.
C5.4 - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo.
C5.5 - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
6	Afrontamos novos retos: as habilidades ximnásticas	9

### Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	TI	Realiza quecementos xerais seguindo as pautas correctas.	10
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.	TI	Adopta medidas de precaución para evitar situacións de risco durante as actividades.	5
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	TI	Aplica os protocolos ante accidentes na práctica de actividades físicas.	10
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	TI	Desenvolve proxectos motores individuais e colaborativos e, de ser necesarias, aplica medidas correctoras.	25
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	TI	Mostra dominio da técnica para a resolución de diferentes situacións motrices.	25

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	TI	Mostra dominio da técnica para a resolución de diferentes situacións motrices.	25
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.	TI	Participa activamente nas distintas actividades.	20
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.	TI	Identifica condutas contrarias á convivencia en distintas situacións motrices.	5

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

## Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física:
C1.1.3 - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación.
C1.1.4 - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura.
C1.1.5 - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo.
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.1 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C2.4 - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.
C3.1 - Toma de decisións:
C3.1.1 - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais.
C3.2 - 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.
C3.4 - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
C3.5 - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.
C4.1 - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
C4.1.2 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
C4.4 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.



Contidos
C4.5 - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

### Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
7	O ataque e a defensa nos deportes colectivos: o Baloncesto	9

### Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	TI	Coñece exercicios para as distintas partes do quecemento e volta á calma.	10
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.	TI	Coñece os efectos negativos de condutas insáns.	5
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.	TI	Adopta medidas de precaución para evitar situacións de risco durante as actividades.	5
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.			
CA3.3.1. - Interpretar correctamente distintas situacións motrices aplicando principios básicos de toma de decisións en actividades deportivas, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	PE	Interpreta correctamente a situación motriz e aplica principios básicos de toma de decisións.	30

Craterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
CA3.3.2. - 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.	TI	Actúa correctamente en situacións motrices sinxelas de ataque e defensa.	15
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.	TI	Mostra dominio da técnica para a resolución de diferentes situacións motrices.	10
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.	TI	Practica gran variedade de actividades físicas cumprindo as regras.	10
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.	TI	Utiliza o diálogo para a resolución de posibles conflitos xurdidos durante a práctica.	10
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.	TI	Identifica condutas contraria á convivencia en distintas situacións motrices.	5

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

## Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física:
C1.1.5 - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo.
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.2 - Saúde social:
C1.2.2 - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte.

Contidos
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.1 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C2.1 - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
C3.1 - Toma de decisións:
C3.1.2 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
C3.1.3 - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
C3.1.4 - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.
C4.1 - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
C4.1.1 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
C4.1.2 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
C4.2 - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
C4.3 - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
C4.3.1 - Funcións de arbitraje deportiva.
C4.4 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
C4.5 - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

## Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
8	Os malabares	6

## Criterios de avaliación

Criterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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	TI	Realiza quecementos xerais de maneira autónoma.	10

<b>Craterios de avaliación</b>	<b>Instrumentos de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>Peso orientativo</b>
motriz saudable e responsable.	TI	Realiza quecementos xerais de maneira autónoma.	10
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.	TI	Participa en todas as actividades propostas.	30
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	TI	Desenvolve proxectos motores individuais e, de ser necesario, aplica medidas correctoras.	30
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.	TI	Mostra dominio da técnica para a resolución de diferentes situacións motrices.	30

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

## Contidos

<b>Contidos</b>
C1.1 - Saúde física:
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
C2.2 - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte.
C3.1 - Toma de decisións:
C3.2 - 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.
C3.4 - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.

## Identificación da unidade didáctica

UD	Título da UD	Duración
9	Onde estou?. A orientación	3

## Cráterios de avaliación

Cráterios de avaliación	Instrumentos de avaliación	Mínimos de consecución	Peso orientativo
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.	TI	Utiliza con autonomía aplicacións dixitais usadas na clase.	5
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	TI	Aplica normas de seguridade individual.	10
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.	TI	Adopta medidas de precaución para evitar situacións de risco durante a realización das actividades.	5
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.	TI	Coñece os efectos negativos de condutas insáns.	10
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticas, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	TI	Participa activamente en todas as actividades propostas.	30
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	TI	Practica as actividades propostas aplicando os coñecementos adquiridos.	40

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

## Contidos

Contidos
C1.1 - Saúde física:
C1.1.7 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
C1.3 - Saúde mental:
C1.3.2 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.

<b>Contidos</b>
C2.4 - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.
C6.1 - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible.
C6.2 - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.
C6.3 - 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.
C6.5 - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

#### 4.1. Concrecións metodolóxicas

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

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

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

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

A continuación, abordamos a proposta metodolóxica a través dalgúns dos seus elementos, como son os estilos de ensino, a organización, 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
Edixgal, 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.	20 %	5 %	9 %	15 %	5 %	13 %	15 %	13 %
Proba escrita	30	20	0	30	0	0	30	0
Táboa de indicadores	70	80	100	70	100	100	70	100

Educación física		Total Prog.
Unidade didáctica	Total UA	
Peso UD/ Tipo Ins.	5 %	100 %
Proba escrita	0	16 %
Táboa de indicadores	100	84 %

### 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 contéplanse 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 da ESO a recuperarán da seguinte forma:

Haberá un exame escrito final dos contidos teóricos dados o curso anterior (cando o alumno/a cursou 1º da ESO) que puntuará o 40% da nota, e o 60% será a nota das probas prácticas da 1ª e 2ª avaliación do presente curso.

#### **5.4. Procedemento para acreditar os coñecementos necesarios en determinadas materias**

Este apartado non procede nesta etapa e nesta 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, expresión oral e escrita	X	X	X	X	X	X
ET.2 - Comunicación audiovisual	X	X				
ET.3 - Competencia dixital	X	X		X		
ET.4 - Emprendemento social e empresarial	X			X	X	X
ET.5 - Fomento do espírito crítico e científico	X	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		X	X

	UD 7	UD 8	UD 9
ET.1 - Comprensión lectora, expresión oral e escrita	X	X	X
ET.2 - Comunicación audiovisual			
ET.3 - Competencia dixital	X		X
ET.4 - Emprendemento social e empresarial	X		
ET.5 - Fomento do espírito crítico e científico			
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.

### 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.