

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15026352	IES Brión	Brión	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obligatoria	Educación física	4º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introdución	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	23
4.2. Materiais e recursos didácticos	25
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	26
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	26
6. Medidas de atención á diversidade	27
7.1. Concreción dos elementos transversais	28
7.2. Actividades complementarias	29
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	30
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	31
9. Outros apartados	31

1. Introdución

O Concello de Brión está no Val da Mahía, situado entre dous ríos, polo norte o Tambre e cara ao sur, o Sar. Brión cae cara ao Sur de Santiago, camiño do mar. Pola estrada C-543 de Santiago a Noia, Brión está a 13 quilómetros de Santiago e a 23 de Noia.

Paralela a esta estrada, está a autovía AG 56 Santiago-Brión, que continúa ata Noia como vía de alta capacidade. Brión ten 106 aldeas, repartidas en 9 parroquias, nas que hai que salientar as que teñen máis poboación que son Pedrouzos (Brión), O Alqueidón e o Tremo (Os Ánxeles).

Na división comarcal de Galicia, Brión está integrada na comarca de Santiago.

Ten unha poboación de 7.923 habitantes, que está en aumento pola súa proximidade a Santiago.

A extensión é de 75 quilómetros cadrados e ten por veciños a sete municipios: Ames, Negreira, Serra de Outes, Noia, Lousame, Rois e Teo.

O IES de Brión é un centro público que comezou a súa andaina no curso escolar 1998-99 en Esparís (Viceso) impartindo ESO.

Dende o curso 2008-09, impártese ESO e Bacharelato e está situado en Pedrouzos, ao lado do CEIP de Pedrouzos, e tendo moi perto diversos servizos do Concello como Pavillón Municipal, Piscina Municipal Cuberta, Campo de fútbol, parques públicos, Centro de Saúde, Farmacia, Protección Civil, Guardia Civil e a Carballeira de Santa Minia onde está o edificio administrativo do Concello, a Casa da Cultura, Biblioteca Municipal, Policía Local.

O IES de Brión recibe alumnado do CEIP de Pedrouzos (centro adscrito) e tamén de concellos limítrofes como Urdilfe (Rois), Bertamiráns (Ames) e, en menor medida, Negreira e Roxos (Santiago).

HORAS SEMANAIS

En 4º de ESO, na materia de EF impártense 2 horas semanais.

NÚMERO DE ESTUDANTES

Hai un total de 98 estudantes distribuídos en 4 grupos.

LINGUAS NA QUE SE IMPARTE A MATERIA

- A materia impártese en galego

A programación consta de 9 unidades didácticas, continuación do traballo desenvolvido en 1º, 2º e 3º de ESO e que contribúen a que o alumnado siga avanzando na consolidación dun estilo de vida activo, do coñecemento do seu corpo, do desfrute das manifestacións culturais, preferentemente as de carácter motriz, do respecto ao medioambiente, partindo do coñecemento e uso do entorno más próximo.

Neste nivel, o alumnado avanzará na súa autonomía e responsabilidade na adquisición e posta en práctica de hábitos de vida saudables.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacions con dificultade variable, para resolver situacions de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrentarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferencias 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 situacions, 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 manifestacions 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 manifestacions 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	

Descripción:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descripción	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	AVALIACIÓN INICIAL DA CONDICIÓN FÍSICA.	O alumnado, organizado en parellas avaliará a súa condición física realizando diversas probas e cotexando os resultados con táboas estandarizadas. Deste xeito, o alumnado aprenderá a interpretar o estado da súa condición física saudable. Tamén empregaremos aplicacións específicas para a interpretación dos resultados.	6	4	X		
2	APRENDEMOS A ADESTRAR PLANIFICO O MEU ADESTRAMENTO	Nesta UD o alumnado aprenderá, dende a práctica, a planificar o seu propio plan de adestramento en función dos resultados da autoavaluación realizada na UD anterior, e dos obxectivos que se propoña. Desenvolveranse os métodos de adestramentos das diferentes capacidades físicas básicas: forza, resistencia, velocidade e flexibilidade	25	14	X		
3	A ANIMACIÓN SOCIO DEPORTIVA NO MEDIO URBANO E NATURAL. ACTIVIDADES NA PISCINA MUNICIPAL CUBERTA DE BRIÓN.	Nesta UD o alumnado practicará, en función das posibilidades da contorna do centro, actividades no medio natural, como o sendeirismo, circuitos de bicicleta, andaina para outros cursos. Tamén aproveitaremos a proximidade á Piscina Municipal Cuberta de Brión para realizar actividades acuáticas, condición física e de lecer	5	3	X		
4	DEPORTES ALTERNATIVOS: ULTIMATE E TWINCON	Unidade para tratar a través do deporte alternativo contidos fundamentais da materia. Aproveitaremos para tocar aspectos relacionados cas habilidades sociais, respecto as normas, estereotipos de xénero. O deporte alternativo que se vai a realizar será o Ultimate e o twincon	15	12	X	X	
5	XOGAMOS AO VOLEIBOL	Segundo coa dinámica de cursos anteriores, traballaranse os contidos de Interacción social e resolución de problemas en situacións motrices a través dunha proposta dun deporte colectivo non traballado anteriormente. O voleibol pode ser un bo recurso para este curso.	7	8		X	
6	O CORPO EN MOVIMENTO	Unidade onde empregaremos os recursos expresivos do corpo e do movemento para comunicar sensacións, ideas, estados de ánimo...A	7	7		X	

UD	Título	Descripción	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
6	O CORPO EN MOVEMENTO	creación, a improvisación e o ritmo serán contidos principais a desenvolver nesta unidade. Aproveitaremos para desenvolver aspectos da interculturalidade e a inclusión.	7	7		X	
7	OS PRIMEIROS AUXILIOS	Continuidade, reforzo e ampliación dos contidos do bloque de Organización e xestión da actividade física relacionados cos primeiros auxilios, onde o alumnado xa asume o protagonismo nas actuacións ante accidentes.	5	4		X	X
8	OS DEPORTES DE RAQUETA	Como proposta de deporte individual con implemento proponse o recurso do Bádminton. Aspectos de preparación da práctica motriz, reparación de material e por supuesto o traballo de habilidades motrices específicas teñen cabida nesta unidade.	10	8			X
9	A ORIENTACIÓN DEPORTIVA NA CONTORNA URBANA E NATURAL	Na seguinte unidade didáctica abordaremos contidos relacionados coa orientación deportiva. A través desta unidade buscaremos desenvolver no alumnado a exploración e coñecemento da contorna próxima como alternativa sostenible para a práctica da actividade física. Así como coñecer formas de desprazamento sostenible para respectar e coidar o medio ambiente.	20	10			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	AVALIACIÓN INICIAL DA CONDICIÓN FÍSICA.	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Avaliar de maneira autónoma as diferentes capacidades físicas relacionadas coa saúde, segundo as necesidades e intereses individuais.	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, alimentación saudable e educación postural durante a práctica de actividades motrices.		
CA2.2 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavalidación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual e cooperativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavalidación do proceso.		
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices relacionadas co uso do calzado e vestimenta ca finalidade de evitar riscos individuais e colectivos		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar en producións e proxectos motrices para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física (Posta en práctica e elaboración de quecementos xerais e estiramentos)		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.

Contidos

- Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.
- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.
- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Establecemento de mecanismos para rexistrar e controlar as achegas realizadas polos integrantes do grupo ao longo dun proxecto.
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
 - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
- Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adequadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros más comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
2	APRENDEMOS A ADESTRAR PLANIFICO O MEU ADESTRAMENTO	14

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Poñer en práctica autónomamente un programa persoal de A.F. dirixido ao mantemento da saúde, aplicando sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas, avaliando os resultados obtidos.		
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, do xénero e da diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes contrastadas e comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde.		
CA2.2 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándolas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices relacionadas co uso do calzado e vestimenta ca finalidade de evitar riscos individuais e colectivos.	TI	100
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices relacionadas cos métodos do adestramento e o desenvolvemento das capacidades físicas básicas con esforzo e autosuperación		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Mostrar control e dominio corporal (esforzo) e empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira básica. Práctica de situacións motrices variadas.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Control de resultados e variables fisiológicas básicas como consecuencia do exercicio físico. - Autoavaliación das capacidades físicas (como requisito previo á planificación): probas de valoración. - Autorregulación e planificación do adestramento.

Contidos

- Alimentación saudable.
- Educación postural: movementos, posturas e estiramentos ante dores musculares.
- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.
- Prácticas insás perigosas, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.
- Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.
- Saúde social:
 - Suplementación e dopaxe no deporte.
 - Riscos e condicionantes éticos.
- Saúde mental:
 - Esixencias e presións da competición.
 - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e nas redes sociais.
 - Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.
 - Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.
- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeras de realización.
- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade.
- Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia):
 - Sistemas de adestramento.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacions motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
 - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
 - Exemplos de deportistas de Galicia de distintos性, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
3	A ANIMACIÓN SOCIO DEPORTIVA NO MEDIO URBANO E NATURAL. ACTIVIDADES NA PISCINA MUNICIPAL CUBERTA DE BRIÓN.	3

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais con responsabilidade e respecto.		
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices relacionadas co uso do calzado e vestimenta ca finalidade de evitar riscos individuais e colectivos.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacions cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as soluciones e os resultados obtidos.	Mostrar control e dominio corporal (esforzo), aproveitando eficientemente as propias capacidades nas actividades propostas.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvimento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacions discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Relacionarse co resto de participantes facendo uso do diálogo na resolución de conflitos, respectando a diversidade de competencia motriz e situándose fronte aos estereotipos e a violencia.	TI	100
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolólica e desenvolvendo actuacions intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicóns dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar nas actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas e minimizar o impacto ambiental que estas poidan producir.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: - Procura de adaptacions motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacions motrices individuais.

Contidos

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacíons motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible.
- Novos espazos e prácticas deportivas urbanas.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.
- Coidado da contorna próxima, como servizo á comunidade, durante a práctica de actividade física.

UD	Título da UD	Duración
4	DEPORTES ALTERNATIVOS: ULTIMATE E TWINCON	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte	TI	100
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándolas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándolas na práctica de actividades motrices, dentro do centro escolar.		
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Mostrar control e dominio corporal aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución nos deportes alternativos propostos.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacíons motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa nos deportes alternativos propostos.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitivididade desmedida e actuando con deportivididade ao assumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar asumindo roles e participando activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas, con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA5.1 - Identificar e contextualizar a influencia social do deporte nas sociedades actuais, valorando as súas orixes, evolución, distintas manifestacións e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Identificar e contextualizar a influencia social do deporte na sociedade practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma quecementos específicos para os deportes alternativos propostos.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: movementos, posturas e estiramentos ante dores musculares. - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prácticas insás perigosas, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física. - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e nas redes sociais. - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización. - Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo. - Planificación e autorregulación de proxectos motores:

Contidos

- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
- Xestión do risco propio e do dos demás, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
 - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
 - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móvil, se o hai.
 - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.
 - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móvil.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros más comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Achechas da cultura motriz á heranza cultural.
- Os deportes como sinal de identidade cultural.
- Influencia do deporte na sociedade actual en diferentes contextos: xeográfico, cultural, político, económico...
- Novos espazos e prácticas deportivas urbanas.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demás nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
5	XOGAMOS AO VOLEIBOL	8

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo nas actividades propostas.		
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solúções e os resultados obtidos.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacíons motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacíons motrices de voleibol		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisiones vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar en producións e proxectos motrices para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisiones vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final.	TI	100
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demás.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas, con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demás.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividad física, aprendendo a recoñecer situacíons de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividad física. (Realización de quecementos e estiramentos específicos de voleibol)		

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

Contidos

- Saúde física:
 - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.
 - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.
 - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.
- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Establecemento de mecanismos para rexistrar e controlar as achegas realizadas polos integrantes do grupo ao longo dun proxecto.
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
 - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
 - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móvil, se o hai.
- Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adequadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros más comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
 - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
 - Exemplos de deportistas de Galicia de distintos sexos, idades e outros parámetros de referencia.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demás nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
6	O CORPO EN MOVEMENTO	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices relacionadas co uso do calzado e vestimenta ca finalidade de evitar riscos individuais e colectivos.		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar e desenvolver actividades empregando aplicacións dixitais vinculadas as expresións artísticas.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacóns motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacóns motrices.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacóns éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao assumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar asumindo roles e participando activamente nunha gran variedade de actividades motrices relacionadas co corpo e o movemento, adoptando estratexias de superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacóns discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demás.	Relacionarse e entenderse co resto de participantes, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz	TI	100
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros		
CA5.1 - Identificar e contextualizar a influencia social do deporte nas sociedades actuais, valorando as súas orixes, evolución, distintas manifestacóns e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Identificar practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo (danzas do mundo, habilidades ximnásticas, baile galego...)		

Criterios de avaliação	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada e con autosuperación		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adequadamente. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros más comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Capacidades volitivas e de superación. - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo. - Organización de espectáculos e eventos artístico-expresivos.

UD	Título da UD	Duración
7	OS PRIMEIROS AUXILIOS	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autónoma protocolos de actuación e de intervención ante situacíons de emerxencia.	TI	100
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacíons de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacíons de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.		
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro do centro escolar.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesíons antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacíons de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira autónoma medidas específicas para a prevención de lesíons antes e durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacíons de risco para actuar preventivamente.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Actuacíons críticas ante accidentes: - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
8	OS DEPORTES DE RAQUETA	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo.		
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándolas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándolas na práctica de actividades motrices, dentro do centro escolar (vestimenta e calzado)		
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación de torneos dos deportes de raqueta.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavalización tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de individual, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de coavalización do proceso e do resultado na posta en práctica de actividades motrices dos deportes de raqueta.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solúções e os resultados obtidos.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución.	TI	100
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacíons motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacíons motrices.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacíons éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar, practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices de diferentes deportes de raqueta adoptando estratexias de superación e xogo limpo.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesíons antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacíons de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesíons antes, durante e despois da práctica de actividade física (quecementos específicos dos deportes de raqueta)		

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

Contidos

- Saúde física:
 - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.
 - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.
 - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.
- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Xestión do risco propio e do dos demás, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacíons motrices individuais.
 - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móvil, se o hai.
- Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adequadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros más comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacíons-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacíons motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demás nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
9	A ORIENTACIÓN DEPORTIVA NA CONTORNA URBANA E NATURAL	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavalíação e coavalíação tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo relacionados ca actividades no medio natural (xogos de rastrexo, carreiras de orientación...)		
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices (vestimenta e calzado apropiado)		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver actividades no medio natural empregando aplicacións dixitais vinculadas. (Wikiloc, orienteering...)		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solúções e os resultados obtidos.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacíons cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución.	TI	100
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica das actividades propostas no medio natural para alcanzar o logro individual e grupal.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao assumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nas actividades propostas, adoptando estratexias de superación.		
CA6.3 - Deseñar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Deseñar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: <ul style="list-style-type: none"> - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices:

Contidos

- Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
 - Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
 - Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia):
 - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros más comúns.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
- Exemplos de deportistas de Galicia de distintos性, idades e outros parámetros de referencia.
- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible.
- O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.
- Novos espazos e prácticas deportivas urbanas.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.
- Deseño e organización de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado da contorna próxima, como servizo á comunidade, durante a práctica de actividade física.

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 caracterízase por ser, flexible, activa, integradora, participativa, lúdica, creativa e progresiva. Vexamos, deseguido, algúns dos seus elementos.

1. MÉTODOS DE ENSINO

Os métodos de ensino se corresponden cos obxectivos que se pretendan en cada unidade didáctica. E lo non quere dicir que en cada unidade utilícese un método único, senón que, polo contrario, normalmente se combinarán, sendo os obxectivos didácticos propostos os que determinen a conveniencia de que predomine a utilización dun ou outro método. Así, tomando como punto de partida a idea de que non se pretende buscar a toda costa un rendemento deportivo concreto, cando se trata da ensinanza e aprendizaxe de modelos, o método de "Instrucción directa" aconsellable naquelhas actividades que teñen solucións ben definidas polo seu probado rendemento, cuia execución requira uns programas motores específicos. Non se debe esquecer que é moito máis sinxelo aprender correctamente unha técnica dende o principio que intentar correxila cando se aprendeu erroneamente. Pero de igual forma que a

instrucción directa importante en certas actividades, non ten ningún sentido noutras. Ainda que o exemplo máis claro disto témolo na expresión corporal, hai outras moitas actividades e situacions nas que é máis enriquecedor utilizar un ensino mediante a búsqueda, o plantexala en forma de resolución de problemas, como pode ser o caso dalgúns deportes alternativos, o do plantexamanto de posibles solucións tácticas nos deportes más convencionais, ou, tamén, cando se quera introducir elementos lúdicos nos deportes tradicionais (combinación de dous deportes: por exemplo, xogar a fútbol e baloncesto simultaneamente; xogar a voleibol pero con pelota de espuma e palas,...).

Un dos procedementos metodolóxicos que vai ser utilizado con maior frecuencia, ao longo do curso, é a "Asignación de tarefas", xa que facilita enormemente a individualización do ensino ao propiciar que cada alumno ou grupo de alumnos realice aquelas actividades que son más adecuadas á súa competencia motriz. Ademais, este procedemento axuda a que o profesor poda axustar millor as súas intervencións durante o proceso de ensino e aprendizaxe ás necesidades específicas de cada alumno/a nun momento determinado. Asimesmo, tamén se propondrán situacions de "Ensino recíproco", xa que o feito de que un alumno teña que correxir ao seu compañoiro ou compañoiros non só axuda ao que está executando a acción, senón que tamén, o que fai as veces de ensinante, adquire unha idea máis clara da actividade que tamén el debe realizar, ao verse obrigado a analizar a execución do seu compañoiro e a detectar os erros que comete. Por outro lado, o ensino recíproco supón, en si mesmo, unha boa forma de desenvolver algúns contidos actitudinais. En canto á estratexia na práctica do ensino de modelos utilizaránse, de acordo cas características da habilidade motriz que se pretenda ensinar, métodos analítico - progresivos ou globais- con ou sen polarización da atención.

2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL AGRUPAMENTOS

A agrupación estable dos alumnos en función da competencia motriz supón, ás veces, problemas derivados da diminución das expectativas do profesor e dos alumnos, da tendencia a unha autoestima baixa, de actitudes pasivas ante as limitacions personais, etc. Nembarcantes, o uso dosificado e racional deste sistema pode proporcionar certas avantaxes e estar xustificado dende o punto de vista da aprendizaxe, sempre e cando se utilice para casos e situacions concretas, e normalmente se utilicen outros sistemas de agrupamento de alumnos (aleatoriedade, afectividade, heteroxeneidade en altura o en capacidade, etc.). As diferencias individuais no rendemento motor non deben ser o único criterio de agrupamento de alumnos, ainda que este tamén sexa práctico en determinadas situacions. Básicamente utilizáranse dous criterios de agrupamento: Agrupacions de alumnado de nivel heteroxéneo: para lograr que os alumnos de maior nivel sirvan de estímulo aos de nivel inferior e para plantexar situacions de "microensino", para o desenvolvemento de determinados contidos actitudinais, e como elemento de integración. Agrupacions de alumnado de nivel homoxéneo: para a realización de pequenas adaptacions curriculares e para plantexar situacions competitivas más igualadas en cada un dos deportes traballados, pois non hai que descartar o valor educativo da competición.

UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

Unha vez máis, os espazos a empregar dependerán do tipo de contido que esteamos a traballar. Empregaremos todos os espazos ao noso dispoñer, ximnasio, patios exteriores, pavillón municipal, campo de fútbol, piscina municipal cuberta, parques e outros espazos próximos ao instituto (sendeiros, roteiros, esqueirias, muros, árbores). Como apoio teórico ás nosas clases, empregaremos a Aula Virtual, ordenadores e proxector de vídeo, a nosa disposición no ximnasio e nas aulas de cada grupo. Para a busca e tratamiento da información, se é presencial, cada estudiante pode empregar o seu teléfono móvil, e tamén usaremos a Biblioteca e aula de informática. Para a presentación de determinados contidos, usamos a aula de radio, próxima ao ximnasio.

OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE e RUTINAS

Partimos da definición de tempo de actividade real, que é o tempo que o alumnado dedica exclusivamente para practicar unha determinada actividade física. Para realizar correctamente unha actividade, o alumnado ten que ter tempo suficiente para realizala, repetíndoa un número suficiente de veces. É por iso, que teremos que incrementar o tempo de actividade real dentro das nosas sesions. Algúns aspectos a ter en conta para conseguilo serán: Minimizar o tempo das rutinas: chegar ao lugar de traballo (ximnasio, pavillón...), prepararse para a clase (roupa, calzado, atar pelo, ir ao servizo...), facer a presentación da sesión, ver se falta alguén, ao remate da clase asearse, cambiarse de roupas e despedirse. Aproveitar o comezo da clase, co quecemento, para explicar en que vai consistir a sesión. E tamén a volta á calma, para valorar ou comentar aspectos desenvolvidos na sesión. Organizar a colocación do material necesario para a sesión e a súa recollida, procurando que todo o alumnado participe. Axilizar os distintos agrupamentos do alumnado, procurando facelos ao comezo da clase, indicando claramente os criterios e colaborando na súa formación.

COÑECIMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

Durante as sesions e ao remate da mesma, o alumnado irá recibindo información e/ou indicacions/correccions sobre as actividades que está a desenvolver, ben individualmente ou en grupo, dependendo das actividades desenvolvidas. Isto é importante para mellorar o rendemento, sempre tendo en conta que a execución sexa a correcta, evitará lesións, favorecerá o autocoñecemento e a colaboración e incrementará a motivación de cara á tarefa. En resumo, o coñecemento dos resultados poderá ser: Concurrente: durante a execución. A vantaxe é que o alumnado pode modificar o xesto mentres o realiza. É más empregado canto máis sinxela ou técnica é a tarefa. Inmediato (6-20

segundos): inmediatamente despois da execución. Permite que o alumnado lembre o que fixo e tente recordar error para non volver a repetilos. Como inconveniente é que non pode ser moi extensa e non é posible abrancar a todo o alumnado. Retardado: pode ser menos eficaz pero depende da tarefa. Por exemplo, despois de realizar unha xornada de xogos tradicionais.

ACTIVIDADES

As actividades serán variadas e servirán para acadar os contidos e os obxectivos, sempre tendo unha función socializadora, integradora, respectando as características de cada estudiante. Dependendo do tipo de unidade didáctica, o tipo de actividades poden ser: de diagnóstico, para avaliar os coñecementos previos do noso alumnado antes de comezar as unidades didácticas; de desenvolvemento, para ir avanzando nos contidos e obxectivos a acadar ao longo dunha UD; de síntese, ao remate de cada parte da UD, para comprobar se o alumnado foi aprendendo os contidos que se requiren; de avaliação, como consecuencia de todo o proceso, e que pode levar a unha cualificación individual e/ou grupal e tamén a cambios nas actividades desenvolvidas, no caso de non acadar os resultados agardados; de reforzo e de ampliación, xa que cada estudiante ten ritmo de aprendizaxe e de execución.

ESTRATEGIA NA PRÁCTICA

Podemos empregar distintas estrategias, dependendo da tarefa, dos contidos, dos obxectivos e do alumnado. Estrategia global: en xeral, para todas as actividades de avaliação inicial ou de diagnóstico, onde queremos que se vexan implicadas todo tipo de habilidades e coñecementos, para saber o punto de partida. Estrategia analítica: por exemplo, para xesto técnicos, probas estandarizadas de condición física, ou actividades que requieren unha execución concreta. Estrategia mixta: a meirande parte das actividades mesturan as dúas estrategias. Poden partir dunha global e ir dando más indicacións, polo que inclúe a analítica. E podemos explicar as técnicas dun deporte e despois non darlle tanta importancia cando se xoga a ese deporte (de analítica a global).

RUTINAS

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

Entrada e Saída da aula: A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 5 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula de educación física (pavillón, pista, etc) correspondente. A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

Cambio de Roupa: O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da roupa necesaria para realizar a sesión, sempre e cando este sexa necesario. Hábitos Hixiénicos: O alumnado contará con 5 minutos para realizar o aseo, entendo este como o secado da sudoración e o cambio de roupa.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso.
Edixgal. Aula virtual/moodle. e cursos dispoñibles na aula.
Outras ferramentas dixitais ou plataformas de aprendizaxe.
Redes sociais, aplicacións específicas, podcast.
Material bibliográfico no departamento, biblioteca, aula de informática, radio EmBrión

1. Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso. O departamento de Educación Física dispón de material para o desenvolvemento das distintas unidades didácticas (balóns de diversos tipos, formas e tamaños; picas; conos; aros; porterías; redes; raquetas, volantes, postes e redes de bádminton; mesas de tenis de mesa, palas e pelotas; pelotas e porterías; mancuernas; esterillas, colchonetas e quitamedos; testigos, para os contidos de atletismo; cordas individuais; cordas colectivas e para soga-tira: xogos tradicionais (sacos, petanca, aros, zancos, peóns); cinturóns con velcro e cintas e balón para cachibol; botiquín e maniquíes para RCP; balóns medicinais de 2, 3 e 4kgs; caixón para proba flexibilidade; bancos suecos; espaldeiras; 3 poldros e 3 plintos; 3 minitramps Outro tipo de material son autofalantes fixos e portátiles, con ou sen batería, micrófonos, mesa de mezclas, proxector, pantalla e pizarras.

2. Materiais elaborados en galego.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

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

Os procedementos de avaliação poderán ser variados, tanto probas escritas, como observación directa de tarefas específicas nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais ou probas prácticas.

O instrumento para a avaliação inicial dependerá do contido da U.D. Unha vez feita, a persoa docente valorará a necesidade de realizar adaptacións nos diferentes apartados da programación, de ser o caso ou para determinados estudantes.

Destacamos as probas físicas de avaliação inicial que realizamos no primeiro trimestre, para que cada estudiante coñeza e valore a súa forma física, aquellas cualidades nas que está ben e ten que manterse e aquellas outras nas que ten que mellorar e servirán de axuda á persoa docente para saber o grao de esixencia a ter con cada estudiante. Tamén, e como instrumentos de avaliação inicial, empregamos o historial médico e o cuestionario inicial de educación física, para ter en conta o estado de saúde de cada estudiante, por unha parte e, pola outra, coñecer os seus hábitos saudables ou non e a súa actividade física, deportiva ou doutro tipo.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliação por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	6	25	5	15	7	7	5	10	20	100
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 9 Unidades Didácticas. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, abranguen un total de 70 sesións e o seu peso establecécese sobre 100. O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma.

Tendo en conta estes elementos, para a superación de cada unidade didáctica o alumnado deberá acadar os mínimos de consecución establecidos, nun peso orientativo global igual ou superior ao 45%.

No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaranse as medidas de reforzo educativo axeitadas a esas dificultades. A cualificación de cada trimestre, obterase calculando a media aritmética das cualificacións obtidas en cada UD impartida no trimestre e tamén considerando aqueles outros traballos de ampliación ou reforzo que cada estudiante realizara, por iniciativa propia ou por indicación da persoa docente, poidendo deste xeito mellorar a súa cualificación. A cualificación de cada trimestre, obterase calculando as cualificacións obtidas nos distintos instrumentos de avaliação, tendo en conta o carácter dos contidos que avalían, de forma que os instrumentos que avalían contidos actitudinais terán un peso dun 30%, os que avalían contidos procedimentais un 40% e os conceptuais un 30%.

A cualificación da avaliação final ordinaria da materia, obterase calculando a media aritmética das cualificacións obtidas en cada avaliação trimestral, tendo en conta, de ser o caso, a cualificación obtida logo das recuperacións das UU.DD. e da avaliação trimestral e tamén considerando aqueles outros traballos de ampliación ou reforzo que cada estudiante realizara, por iniciativa propia ou por indicación da persoa docente, poidendo deste xeito mellorar a súa cualificación.

O valor numérico da nota irá dende o 0 ao 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata .4 cara abaixo e dende .5 cara arriba), e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar un 4,5 ou superior. Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas escritas, exposicións orais ou escritas, gravacións de audio ou vídeo, como observación directa por parte da persoa docente. Tamén se terá en conta a autoavalía e a coavalía.

As probas escritas poderán ser exames tipo test, de resposta curta ou de desenvolvemento. Tamén poderán solicitarse a realización de traballos, exposicións orais, gravacións de audio e vídeo. Este tipo de probas ou traballos serán realizados, por norma xeral, a través da Aula Virtual. No caso de traballos en grupo, haberá unha cualificación igual para todos os membros do grupo que poderá ser matizada (para mellorala ou empeorala) a criterio do grupo ou da rúbrica empregada, sempre dun xeito razoado.

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 (lesións, 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.

Se aínda así, durante tempo non pode asistir ás clases, realizará os traballos que se pauten na Aula Virtual e, durante ese tempo, a súa cualificación será a dos traballos realizados.

En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido é sempre a táboa de indicadores, xa que a nosa materia é eminentemente práctica, e ademais é unha limitación da aplicación. Non obstante, consideramos que dentro desta tipoloxía entran tamén as probas escritas e outro tipo de traballos que se entregarán, preferentemente, na Aula Virtual e como comentamos anteriormente terán un peso diferente en función do tipo de criterio de avaliación que se avalie.

Criterios de recuperación:

Para recuperar as UU.DD. non superadas: Rematada a UD proporase ao alumnado que non a superou actividades de recuperación, supervisadas, avaliadas e cualificadas polo profesorado en sesións de titoría previa cita. Segundo as circunstancias, poderanse propor a realización de probas escritas. De non superala, quedará pendente de recuperar, sempre e cando o alumnado non supere o trimestre, neste último caso a UD darase por superada.

Para recuperar a avaliación trimestral: O alumnado deberá recuperar só as UU.DD. que non teña superadas. O profesorado proporá actividades de recuperación ao alumnado supervisadas, avaliadas e cualificadas en sesións de titoría previa cita. Segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas.

Para superar a avaliación final: Os/as estudiantes que non superaran os mínimos esixibles no terceiro trimestre, farán actividades de reforzo, adaptadas aos criterios de avaliación daquelas UUDD non superadas. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderanse propor probas ou traballos escritos.

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo á Orde do 8 de setembro que desenvolve o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, adoptaranse as medidas de carácter ordinario e extraordinario que se consideren oportunas e axeitadas ao alumnado. Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contémplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos. Ademais do diferente ritmo de aprendizaxe do alumnado e o nivel de competencia motriz, os casos más frecuentes na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

- Alumnado repetidor (coa materia aprobada / coa materia suspensa). Este alumnado, maioritariamente coa materia superada, pode colaborar co profesorado en actividades de microensinanza participando como alumno avantaxado en determinados contidos. Esta actuación será valorada polo profesorado con táboas de indicadores específicas.
- Alumnado con diferente nivel de competencia motriz. Ao alumnado que teña baixo nivel de competencia motriz nos contidos dalgunha/s unidade/é didáctica/s, realizaránsele apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, adaptaránsele os tempos e os procedementos de avaliación e poderá propoñérsele algún tipo de traballo teórico para acadar os obxectivos.
- 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/a e axudante serán os roles máis utilizados. No caso de incapacidade total, este alumnado terá que acudir a clase para ou ben facer un traballo teórico, ou tomar nota dos contidos que se expoñan na clase ou facer unha ficha diaria das actividades que se realizan e que posteriormente terán que entregar ao profesorado. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade adaptaránse tanto os tempos como os procedementos de avaliación. A súa avaliación da parte práctica poderá ser substituída por traballo teóricos. Polo que serán calificados mediante a entrega e valoración correspondente de todos os traballos que se lles propoñan para realizar no tempo de clase, e dalgúns más que lles serán encargados de forma especial a eles, así como a través das fichas diarias de clase que deberán ter realizado durante o curso. Ademais, deberán realizar os exames teóricos comúns para todo o curso. Adaptarase o peso dos criterios de avaliación de cada UD en función das posibilidades e necesidades que se requiran.

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

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

- Adaptacións metodolóxicas en canto ao estilo de ensinanza: empregar formas de organizar a clase individualizadas, realización de grupos de nivel naquelas actividades que así o requiran, etc...

- Adaptacións metodolóxicas en canto á técnica de ensinanza: comunicar só os aspectos más 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 más próximas á súa aptitude física). Reforzo permanente dos logros acadados para elevar a súa autoestima-autoconcepto, 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.

- Adaptacións dos criterios de avaliación, tendo en conta o traballo diario, a implicación nas tarefas de clase, a presentación de traballos alternativos (de ser o caso) e a mellora con respecto a si mesmo/a (avaliación criterial). En canto ao alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis rápido, podemos:

- Plantexar actividades de ampliación que lles permitan profundizar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.

- Implicar a este alumnado en programas de acción titorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe. No caso de ser necesarias medidas extraordinarias de atención á diversidade unha vez esgotadas as de carácter ordinario, seguiranse as indicacións establecidas na normativa vixente, coa colaboración do departamento de orientación do centro.

7.1. Concreción dos elementos transversais

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

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X	X		X	X	X	X	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - CREATIVIDADE		X		X		X		

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

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descripción	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Actividades na Piscina Cuberta Municipal de Brión	Realizaranse actividades acuáticas e de fitness nas instalacións da piscina	X		
Sendeirismo polo entorno próximo	Levar a cabo un roteiro dos sinalizados polo Concello de Brión. Ver observacións.			X
Participación no festival de Educación Física.	Con exercicios grupais traballados durante as clases			X

Observacións:

1. Actividades na Piscina Cuberta Municipal de Brión

A duración desta actividade será de entre 2 e 3 sesións, en horario lectivo de Educación Física. Realizarase en colaboración ca empresa que xestioná as instalación BeOne Fitness & Sport. Buscará fomentar os hábitos saudables, coñecer e realizar actividades para o seu tempo de ocio.

3. Sendeirismo polo entorno próximo.

A duración desta actividade poderá ser de 1-2 sesións, en horario lectivo. Colaboración con voluntarios deo Concello de Brión. Para fomentar os hábitos saudables, coñecer o patrimonio artístico e natural da súa contorna. Os custos corren a cargo do centro.

4. Participación no festival de Educación Física.

Realizarase no terceiro trimestre, durante 2-3 sesións, en horario lectivo. A actividade consistirá en poñer en práctica de forma convxunta actividades realizadas durante o curso escolar.

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

Indicadores de logro

Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico

TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Metodoloxía empregada

RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE

Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos

DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Clima de traballo na aula

MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓN E ACTUACIÓN PERSONAL DA PERSOA DOCENTE.

Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais

INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN.

Descripción:

O proceso de ensino esixe unha avaliación continua para ir axustando a programación. Esta avaliación permite ir detectando necesidades e buscando o axuste, as correccións precisas e as medidas que se consideren oportunas en cada momento. Propónense uns aspectos da programación e do procedemento de ensino-aprendizaxe, e uns indicadores, que a persoa docente pode avaliar, escollendo os instrumentos que considere máis axeitados (cuestonarios, listaxes de control ou rexistro de datos, entrevistas, observador externo ou ben comparar a experiencia con outros compañeiros e compañeiras docentes). Nesta proposta poden surpimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere.

RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

Análise dos resultados obtidos na avaliación final. O 100% do alumnado aproba a materia.

TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Pertinencia das actividades propostas e da secuencia seguida na súa realización, o que suporá observar se as progresións efectuadas permiten a todo o alumnado acadar regularmente as aprendizaxes previstas. Mediante unha listaxe de control reflectirase si a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UU.DD. como a programación xeral.

DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2

instrumentos de evaluación: una encuesta entre los alumnos de cada grupo, y una reflexión personal del profesor basada en su experiencia con el grupo y en el diario de clase. El 75% de los alumnos, en una escala de 0 a 5, puntuó con 3 o más en este apartado.

GRAO DE ADECUACIÓN DOS OBXECTIVOS DIDÁCTICOS E DOS CONTIDOS:

Con respecto al alumno, la observación de su trabajo en clase, y el grado de motivación saberemos si los objetivos didácticos seleccionados responden a sus necesidades e inquietudes. Además, se observará a través de los contenidos desarrollados si se alcanzan los objetivos didácticos propuestos. Evaluaráse a través de una encuesta entre los alumnos y a través de la reflexión personal del profesor basada en el diario de clase. El 75% de los alumnos, en una escala de 0 a 5, puntuó con 3 o más en este apartado.

MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSONAL DA PERSOA DOCENTE.

Este aspecto será valorado desde la perspectiva del grado en que las intervenciones del profesor faciliten, promoven y motiven a los alumnos para el trabajo en clase. Al final de cada trimestre el alumno contestará a un cuestionario de autoevaluación, individualmente y, de ser el caso, por grupos. En una escala de 0 a 5, el resultado será positivo si supera la puntuación de 3 o más del 75% de los alumnos.

INFORMACIÓN AO ALUMNADO E AS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:

Mediante una lista de control evaluará si el alumno y las familias fueron informados en tiempo y forma del contenido. Descripción: esta programación didáctica a través de la página web del centro. Además el alumno tuvo una información constante a lo largo del curso relativa al desarrollo de la misma.

8.2. Procedimento de seguimiento, evaluación e propostas de mejora

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

O seguimento da programación realizarase a través da sección de "Seguimiento" da Aplicación PROENS. Nesta sección indicarase a data de inicio e fin da UD, o número de sesiones previstas, o número de sesiones realizadas, o grado de cumplimiento de la programación (bajo-medio-alto), as propostas de mejora e calquera observación que se considere oportuna.

Propónese fazer o seguimento e a evaluación da programación nos seguintes prazos:

- Ao remate de cada unidad didáctica: evaluará a eficacia de las actividades planteadas, la consecución de los objetivos por parte del alumno, las dificultades detectadas, la necesidad de medidas de refuerzo, los materiales y recursos empleados, otros instrumentos, etc.
- Una vez al mes, en la reunión del departamento, realizará el seguimiento de la programación didáctica y establecerán las medidas correctoras que, de ser el caso, se estimen necesarias.
- Al finalizar el trimestre, donde analizan las unidades didácticas llevadas a cabo, factores favorables y dificultades detectadas en la temporalización de las mismas y resultados obtenidos por el alumnado. En el caso de que quedara sin impartir alguna UD, su peso se repartirá equitativamente entre el resto de UU.DD. impartidas en el trimestre.
- Al finalizar el curso escolar.

As propostas de mejora reorientarán y modificarán la nueva programación, si es el caso, y una vez discutido en el seno del departamento (reorientarán las estrategias para desarrollar contenidos, reforzarán aspectos varios, variarán procedimientos, etc....) siempre buscando la optimización del proceso y el aprovechamiento de los recursos. Estas propuestas deberán quedar reflejadas en la memoria final del departamento.

9. Outros apartados