

 <p>IES CANIDO – INFORMACIÓN BÁSICA DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA</p>			<b>CURSO 2020-2021</b>
<b>Materia</b>	EDUCACIÓN FÍSICA	<b>Curso</b>	3ºESO
<b>Profesor/a</b>	ALFREDO J. RODRÍGUEZ PÉREZ		
<b>CONTIDOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN, ESTÁNDARES e MÍNIMOS ESIXIBLES</b>			
	<b>CONTIDOS</b>		
1ª AVA	<p>B1.1. Control da intensidade do esforzo adaptado a cada fase da sesión de actividade física.</p> <p>B1.2. Deseño e execución de forma autónoma de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión, tendo en conta o seu nivel de partida.</p> <p>B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.</p> <p>B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.</p> <p>B1.5. Aceptación do propio nivel de ejecución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.</p> <p>B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</p> <p>B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</p> <p>B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas.</p> <p>B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</p> <p>B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde.</p> <p>B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte más axeitado.</p> <p>B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo. <b>Resistencia e Flexibilidade.</b></p> <p>B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación.</p> <p>B3.3. Capacidad de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</p> <p>B3.4. Adestramento: intensidade, volume e densidade do esforzo, e a súa relación cos sistemas metabólicos de obtención de enerxía.</p> <p>B3.5. Control da frecuencia cardíaca cara á mellora dos factores da condición física.</p> <p>B3.6. Procedementos para a avaliação dos factores da condición física relacionados coa saúde.</p> <p>B3.8. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</p> <p>B3.9. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</p> <p>B3.12. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.</p> <p>B4.1. Execución e avaliação de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos. <b>BALONMAN I.</b></p>		
2ª AVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• B1.1. Control da intensidade do esforzo adaptado a cada fase da sesión de actividade física.</li> <li>• B1.2. Deseño e execución de forma autónoma de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión, tendo en conta o seu nivel de partida.</li> <li>• B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.</li> <li>• B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.</li> <li>• B1.5. Aceptación do propio nivel de ejecución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.</li> <li>• B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</li> </ul> <p>B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde.</p> <p>B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte más axeitado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo. <b>A Forza.</b></li> <li>• B3.4. Adestramento: intensidade, volume e densidade do esforzo, e a súa relación cos sistemas metabólicos de obtención de enerxía.</li> <li>• B3.6. Procedementos para a avaliação dos factores da condición física relacionados coa saúde.</li> <li>• B3.8. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</li> <li>• B3.9. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</li> <li>• B3.10. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas.</li> <li>• B3.11. Técnicas básicas de respiración e relaxación.</li> <li>• B4.1. Execución e avaliação de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. <b>Baloncesto e Vallas.</b></li> <li>• B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. As Vallas no Atletismo.</li> <li>• B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos. <b>BALONCESTO II.</b></li> <li>• B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos. <b>BALONCESTO II.</b></li> </ul>		

- B1.1. Control da intensidade do esforzo adaptado a cada fase da sesión de actividade física.
- B1.2. Deseño e execución de forma autónoma de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión, tendo en conta o seu nivel de partida.
- B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.
- B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.
- B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.
- B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.
- B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas.
- B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxílios.
- B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.
- B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde.
- B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte más axeitado.
- B4.1. Execución e avaliação de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. **Triple, Lanzamientos e Lacrosse.**
- B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. **Triple, Lanzamientos e Lacrosse.**
- B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes ámbitos.
- B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. O uso da **Pelota en Ximnasia Rítmica**
- B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual e colectivo.
- B2.3. Realización de bailes e danzas de carácter recreativo e popular.
- B3.7. Elaboración e posta en práctica dun programa básico para a mellora da condición física saudable.

	<b>CRITERIOS DE AVALIACIÓN</b>	<b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b>	<b>GRADO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN</b>
VAV-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividad física, en relación coas súas características.</li> <li>■ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.</li> <li>■ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.</li> <li>§ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.</li> <li>■ B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividad física, aplicándoo á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.</li> <li>■ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</li> <li>■ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.</li> <li>■ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias más axeitadas en función dos estímulos relevantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividad física coa intensidade dos esforzos realizados.</li> <li>■ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual.</li> <li>■ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades.</li> <li>■ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividate tanto no papel de participante como no de espectador/a.</li> <li>■ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.</li> <li>■ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</li> <li>■ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> <li>■ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividad física, a alimentación e a saúde.</li> <li>■ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividad física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.</li> <li>■ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.</li> <li>■ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.</li> <li>■ EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</li> <li>■ FB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> <li>■ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> <li>■ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> <li>■ EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividad física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida</li> <li>■ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.</li> <li>■ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.</li> <li>■ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.</li> <li>■ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.</li> <li>■ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.</li> <li>■ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>■ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumplir o obxectivo da acción.</li> <li>■ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manterse en carreira 15 minutos sen pararse. Controlando a intensidade a través da frecuencia cardíaca.</li> <li>• Coñece as tres partes da sesión e describe as súas características.</li> <li>• Realiza un quecemento ou volta a calma de maneira autónoma.</li> <li>• Resuelve problemas motrices propoñendo actividades acorde coas dificultades</li> <li>• Respecta aos compañeiros, o material e as normas.</li> <li>• Amosa actitudes de colaboración grupal.</li> <li>• Recoñece a implicación das capacidades físicas en cada actividade de clase.</li> <li>• Coñece os sistemas metabólicos enerxéticos e os relaciona coa actividad física.</li> <li>• Relaciona alimentación e saúde.</li> <li>• Coñece e relaciona as adaptacións orgánicas coa actividad física.</li> <li>• Coñece riscos e contraindicacións da práctica deportiva.</li> <li>• Autoavaliar a condición física.</li> <li>• Coñece as características das prácticas saudables.</li> <li>• Práctica activa nas sesións.</li> <li>• Aplica na práctica os fundamentos dunha boa hixiene postural.</li> <li>• Relacionar a práctica de AF coa mellora da calidade de vida.</li> <li>• Executa correctamente técnicas básicas respectando as normas.</li> <li>• E capaz de enumerar as características do modelo técnico e autoavalíarse.</li> <li>• Emprega fundamentos técnico-tácticos en distintas situacións.</li> <li>• Describe e emprega sistemas básicos defensa-ataque.</li> <li>• Fai unha análise crítica das decisións adoptadas tácticamente.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.</li> <li>■ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.</li> <li>■ B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.</li> <li>■ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acuerdo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</li> <li>■ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.</li> <li>■ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias más axeitadas en función dos estímulos relevantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.</li> <li>■ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual.</li> <li>■ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades.</li> <li>■ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</li> <li>■ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.</li> <li>■ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</li> <li>■ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> <li>■ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.</li> <li>■ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.</li> <li>■ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.</li> <li>■ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.</li> <li>■ EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</li> <li>■ FB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> <li>■ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> <li>■ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> <li>■ EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida</li> <li>■ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.</li> <li>■ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.</li> <li>■ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.</li> <li>■ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.</li> <li>■ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.</li> <li>■ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>■ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</li> <li>■ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coñece as tres partes da sesión e describe as súas características.</li> <li>• Realiza un quecemento ou volta a calma de maneira autónoma.</li> <li>• Resolve problemas motrices propoñendo actividades acorde coas propias dificultades</li> <li>• Respecta aos compañeiros, o material e as normas.</li> <li>• Amosa actitudes de colaboración grupal.</li> <li>• Coñece os sistemas metabólicos enerxéticos e os relaciona coa actividade física.</li> <li>• Relaciona alimentación e saúde.</li> <li>• Coñece e relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física.</li> <li>• Coñece riscos e contraindicacións da práctica deportiva.</li> <li>• Autoavaliar a condición física.</li> <li>• Coñece as características das prácticas saudables.</li> <li>• Práctica activa nas sesións.</li> <li>• Aplica na práctica os fundamentos dunha boa hixiene postural.</li> <li>• Relacionar a práctica de AF coa mellora da calidade de vida.</li> <li>• Executa correctamente técnicas básicas respectando as normas.</li> <li>• E capaz de enumerar as características do modelo técnico e autoavalíarse.</li> <li>• Prodúcese unha mellora na execución técnica.</li> <li>• Emprega fundamentos técnico-tácticos en distintas situacións.</li> <li>• Describe e emprega sistemas básicos defensa-ataque.</li> <li>• Fai unha análise crítica das decisións adoptadas tácticamente.</li> </ul>
--	---	--	---

<span style="font-size: 2em;">VIAV</span> <span style="font-size: 0.8em;">3</span>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.</li> <li>■ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que llevan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridad no seu desenvolvemento.</li> <li>■ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e otros recursos.</li> <li>■ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.</li> <li>■ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias más axeitadas en función dos estímulos relevantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>■ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>■ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.</li> <li>■ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</li> <li>■ EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>■ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.</li> <li>■ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.</li> <li>■ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.</li> <li>■ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.</li> <li>■ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.</li> <li>■ EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades.</li> <li>■ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.</li> <li>■ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.</li> <li>■ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</li> <li>■ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> <li>■ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>■ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo preñificado.</li> <li>■ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.</li> <li>■ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coñece as instalacións e espazos axeitados para a práctica de AF no seu entorno próximo.</li> <li>• E capaz de analizar críticamente a utilización do corpo no contexto social.</li> <li>• Coñece e ten en conta criterios de seguridade na práctica de AF.</li> <li>• Describe os protocolos de actuación ante lesións e accidentes.</li> <li>• Executa correctamente técnicas básicas respectando as normas.</li> <li>• E capaz de enumerar as características do modelo técnico e autoavalíarse.</li> <li>• Prodúcese unha mellora na execución técnica.</li> <li>• Explica e emprega técnicas básicas de orientación con compás.</li> <li>• Emprega fundamentos técnico-tácticos en distintas situacións.</li> <li>• Describe e emprega sistemas básicos defensa-ataque.</li> <li>• Fai unha análise crítica das decisións adoptadas tácticamente.</li> <li>• E capaz de combinar espazo, tempo e intensidade elaborando unha coreografía.</li> <li>• Pode improvisar movementos en función dunha temática proposta.</li> <li>• E capaz de deseñar colaborativamente unha coreografía grupal.</li> </ul>
---	--	--	---

### INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

<b>Participación</b>	<b>20%</b>	<b>Participación activa nas sesións de EF</b>
<b>Procedementos</b>	<b>50%</b>	<b>Probas obxectivas prácticas</b>
<b>Conceptos</b>	<b>30%</b>	<b>Fichas / Exames escritos ou orais/</b>

### CRITERIOS e PROCEDIMENTO DA CUALIFICACIÓN

O comezo de curso os alumnos realizarán unha avaliación inicial que constará dun circuito de axilidade. En relación ós contidos teóricos, realizarán un test de coñecementos básicos comúns ás distintas unidades didácticas, recollendo como mínimo preguntas sobre o sistema muscular, óseo e condición física. O número mínimo de probas por avaliación son dúas.

A nota de cada avaliación dividirase en tres partes; **teórica, práctica e participación**; coas seguintes porcentaxes:

1. **Parte teórica** valerá un 30% do total da área. **Exame teórico**. Mínimo para facer media 1.5 puntos.
2. **Parte práctica** suporá un 50% do total. Mínimo para facer media 2.5 ptos.
3. **Parte participación**: será de 20%. Descontarase 0.20 puntos por cada negativo acumulado. Máximo cinco negativos. Mínimo para facer media 1 punto. Non se acumularán negativos dunha avaliación a outra.

**A nota de xuño (avaliación ordinaria) será a media obtida entre as notas das tres avaliacións.** O alumnado que suspenda algunha avaliación terá opción de recuperación nun exame no mes de xuño. **O aprobado, en calquera caso, será un 5 (cinco).**

#### CRITERIOS E PROCEDIMENTOS DA CUALIFICACIÓN- ENSINANZA SEMIPRESENCIAL

No caso de ter que alternar sesións presenciais con horas non presenciais, manteremos os mesmos contidos modificando o peso das distintas probas do xeito que segue:

80% Probas obxectivas.

10% Tarefas e calquera proba realizada de xeito telemático.

10% Traballo en aula e Participación.

#### CRITERIOS E PROCEDIMENTOS DA CUALIFICACIÓN- ENSINANZA NON PRESENCIAL

No caso de ter que volver a unha situación de confinamiento que impida a presencia do alumnado na aula o peso das distintas probas será o seguinte:

50% Vídeos técnicas deportivas e CF.

25% Teoría: Exame escrito ou traballos escritos.

25% Fichas.

<b>3º ESO-1ª AVALIACIÓN</b>	<b>ENSINANZA PRESENCIAL</b>	<b>ENSINANZA SEMIPRESENCIAL</b>	<b>ENSINANZA NON PRESENCIAL</b>
CF: Forza e resistencia	<b>20%</b>	30%	<b>20%</b>
Zumba II/Dep. Collectivos	<b>20%</b>	25%	<b>20%</b>
Body Combat II	<b>10%</b>	25%	<b>10%</b>
Teoría	<b>30%</b>	10%	<b>25% Exames+ 25% Fichas</b>
Trabajo en aula/casa	<b>20%</b>	10%	
<b>3º ESO-2ª AVALIACIÓN</b>			
Orientación Deportiva	20%	30%	<b>20%</b>
Forza	20%	30%	<b>20%</b>
Vallas	10%	20%	<b>10%</b>
Teoría	<b>30%</b>	10%	<b>25% Exames+ 25% Fichas</b>
Trabajo en aula/casa	<b>20%</b>	10%	
<b>3º ESO-3ª AVALIACIÓN</b>			
Triple Salto	20%	30%	<b>20%</b>
Voleibol	20%	30%	<b>20%</b>
Lacrosse	10%	20%	<b>10%</b>
Teoría	<b>30%</b>	10%	<b>25% Exames+ 25% Fichas</b>
Trabajo en aula/casa	<b>20%</b>	10%	