

# ADAPTACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. CURSO 2019/2020

CENTRO: IES FIN DO CAMIÑO  
CURSO: 1º A 4º ESO  
MATERIA: Educación Física  
DEPARTAMENTO: Educación Física  
DATA: 09/05/2019

Instrucións do 27 de abril de 2020, da Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa para o desenvolvemento do terceiro trimestre do curso académico 2019/20, nos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia.

## ÍNDICE

1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles para 1º, 2º, 3º e 4º de ESO.
2. Avaliación e cualificación.
3. Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, reforzo, repaso, e no seu caso ampliación)
4. Información e publicidade.

<b>1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles 1º ESO</b>	
<b>Criterio de avaliación</b>	<b>Estándar de aprendizaxe</b>
B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de aseo persoal necesarias para esta.	EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.
B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.	EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.
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 adecuados á súa idade.	FB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.
B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.	EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.
B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde  de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.	EFB3.2.1. Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.

## 1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles 2ºESO

Criterio de avaliación	Estándar de aprendizaxe
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 elas e aceptando as súas achegas	EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza. <b>CSC</b>  <b>GM:</b> <i>Respeita sempre as intervencións dos compañeir@s e tolera o “erro motriz” dos compañeir@s.</i>
B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	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. <b>CSC</b>  <b>CM:</b> <i>Identifica tres consecuencias do sedentarismo.</i>
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 levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. <b>CSIEE</b>  <b>CM:</b> <i>Coñece o número de emerxencias (112) e sabe sinalizar un accidente.</i>
B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, e aplícalos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde. <b>CMCCT</b>  <b>CM:</b> <i>Distingue entre actividade física para a saúde e rendemento deportivo.</i>
B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.	EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida. <b>CAA</b>  <b>CM:</b> <i>Desenvolve un pequeno plan de 30 min de adestramento aeróbico básico cada dous días rexistrando a evolución das súas sensacións autopercibidas.</i>

## 1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles 3ºESO

Criterio de avaliación	Estándar de aprendizaxe
B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	<p>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.</p> <p><b>CC: CSC</b></p> <p><b>GM:</b> <i>Propón un exemplo de traballo físico para o quecemento e a volta a calma.</i></p>
B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	<p>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.</p> <p><b>CC: CSCCM:</b> <i>Diferencia entre xogos motores, non motores e pseudoxogos.</i></p> <p>G.M: Identifica e propón exemplos de cada tipo de xogo.</p>
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.	<p>EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</p> <p><b>CC: CD e CCL</b></p> <p>C.M: Elabora utilizando PPoint un documento sobre a historia dos XXOO</p>
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.	<p>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.</p> <p><b>CC: CMCCT e CSC</b></p> <p>G.M: Coñece as pautas de traballo da actividade física saudable no que se refire polo menos a intensidade e volumen de carga.</p>
B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.	<p>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.</p> <p><b>CC: CAA</b></p> <p><b>G.M:</b> Elabora un plan de exercicio de tres días a semana para a mellora da resistencia.</p>

<b>1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles 4º ESO</b>	
<b>Criterio de avaliación</b>	<b>Estándar de aprendizaxe</b>
B1.1. Diseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.	EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz .CSC  <b>GM:</b> Realiza estiramientos de forma autónoma o remate da sesión apropiados para a natureza de esta.
B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.	EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas. CSC  <b>GM:</b> Elabora un traballo escrito sobre a relevancia de algunha manifestación lúdico-deportiva na sociedade actual.
B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de actividade física, tendo en conta os factores inherentes á actividade e prevendo as consecuencias que poidan ter as actuacións pouco coidadosas sobre a seguridade das persoas participantes.	EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.CSIEE  <b>GM:</b> Protocolo básico de aplicación de frío local e non manipulación.
B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.	EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. CD, CCL  <b>GM:</b> Busca información na rede sobre hixiene postural.
B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os coñecementos sobre actividade física e saúde.	EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.  <b>GM:</b> Cita tres consecuencias do hábito tabaquico sobre o estado de saúde xeral.
B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.	EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.  <b>GM:</b> Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características na realización de habilidades coordinativas propias do diábolo e os malavares con pequenos erros.

<b>2. Avaliación e cualificación</b>	
<b>Avaliación</b>	<p>Procedementos: Contacto semanal e seguimento do traballo entregado polo alumnado.</p>
	<p>Instrumentos: Planilla de observación consensuada co claustro onde se reflectirá nunha escala do 0 ao 2 o traballo desenvolvido coa seguinte categorización:</p> <p>0- O/A alumno/a entrega menos do 25% dos traballos propostos.</p> <p>1- O/A alumno/a entrega entre o 25% e o 50% dos traballos propostos satisfactoria ou insatisfactoriamente.</p> <p>2- O/A alumno/a entrega entre o 50% e o 100% dos traballos propostos satisfactoriamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrega de videos para avaliar a condición física do alumnado.</li> <li>- Entrega de traballos escritos a través de classroom.</li> </ul>
<b>Cualificación final</b>	<p>Para o alumnado sen a materia suspesa na 1ª e 2ª avaliación, calcularase a media aritmética da primeira e segunda avaliación á que se engadirán entre 0 e 2 puntos en función do traballo dos meses "online".</p> <p>Para o alumnado coa materia suspesa na 1ª ou 2ª avaliación media aritmética das dúas primeiras no caso de telas recuperadas co traballo desenvolvido no confinamento. As avaliacións recuperadas teran un valor de 5 puntos para o cálculo da media, e considerárase superada a materia cunha cualificación de "4".</p> <p>NO caso de non recuperar algunha das avaliacións efectuarase a media aritmética de ambas avaliacións tomando como referencia a nota máis altas das acadadas na avaliación ordinaria e na recuperación da mesma. Considerárase superada a materia cunha cualificación de "5".</p>
<b>Proba extraordinaria de setembro</b>	<p>No caso de ser presencial un examen teórico dos contidos da primeira e segunda avaliación. Será necesario acadar un catro para considerar superada a materia.</p> <p>No caso de ser a distancia un examen sobre contidos da primeira e segunda avaliación de tipo test . Nota mínima un cinco.</p>
<b>Alumnado de</b>	<p>Criterios de avaliación:</p>

<b>materia pendente</b>	Non existe alumnado coa materia pendiente.
	<p>Criterios de cualificación:</p>
	<p>Procedementos e instrumentos de avaliación:</p>

### 3. Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)

<b>Actividades</b>	<p>Tipo teórico:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lecturas de repaso, recuperación e reforzo e, de ser o caso, de ampliación.</li><li>• Visionado de videos.</li><li>• Tests de repaso.</li><li>• Entrega de traballos cortos sobre os estadaros de aprendizaxe.</li></ul> <p>Tipo práctico:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Visionado de video con rutinas non lesionais do profesor , e realización do mesmo por parte do alumnado para o posterior control por parte do docente.</li><li>• Clases esporádicas por videoconferencia.</li></ul>
<b>Metodoloxía (alumnado con conectividade e sen conectividade)</b>	Todo o alumnado conta con conectividade así que a metodoloxía será non presencial en todos os casos a traves da plataforma google classroom. O estilo de ensinanza-aprendizaxe será fundamentalmente o de descubrimento guiado e resolución de problemas.
<b>Materiais e recursos</b>	Recursos multimedia en todos os casos priorizando os de tipo audiovisual e tamen tarefas xogadas de tipo textual.

<b>4. Información e publicidade</b>	
<b>Información ao alumnado e ás familias</b>	Publicación na páxina web do centro, informe do seguimento do alumnado a través dos informes do titor. Información ás familias a través de abalar movil, de sixa web , e de correos electrónicos.
<b>Publicidade</b>	Publicación obrigatoria na páxina web do centro.