

## PROGRAMACIÓN



DEPARTAMENTO DE  
EDUCACIÓN FÍSICA

MATERIAS:  
EDUCACIÓN FÍSICA  
ANATOMÍA APLICADA

PROFESORES:  
FELIPE BUCETA FERNÁNDEZ  
ANTONIO NOVO CARBALLAL  
JOSE JORGE MARTINEZ RODRÍGUEZ

**En base a lei orgánica 8/2013, do 9 de Decembro, para a mellora da calidade educativa, que modificou en distintos aspectos a lei orgánica 2/2006 do 3 de Maio, de educación. E en consecuencia, a publicación do decreto 86/2015 do 25 de Xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bachelato na Comunidade Autónoma de Galicia. Así como as instrucións para a súa implantación do 27 de xullo de 2015, do 1 de agosto de 2016, do 20 de xullo de 2017, do 11 de maio de 2018, do 29 de maio de 2019, do 30 de xullo 2020 e do 28 de agosto do 2020. Temos o marco legislativo para afrontar a programación didáctica do departamento de Educación Física para o curso 2020-2021.**

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN.
2. CONTRIBUCIÓN DA EDUCACIÓN FÍSICA AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE.
3. OBXECTIVOS.
4. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE: TEMPORALIZACIÓN. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN. PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN.
5. CONCRECCIÓNS METODOLÓXICAS.
6. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS.
7. CRITERIOS SOBRE A AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN DO ALUMNADO.
8. INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE.
9. ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DE PENDENTES.
10. ORGANIZACIÓN DOS PROCEDEMENTOS QUE LLE PERMITAN AO ALUMNADO ACREDITAR OS COÑECEMENTOS NECESARIOS EN DETERMINADAS MATERIAS, NO CASO DO BACHARELATO.
11. DESEÑO DA AVALIACIÓN INICIAL.
12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE.
13. ELEMENTOS TRANSVERSAIS QUE SE TRABALLAN.
14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES.
15. MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN.
16. RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS
17. ANEXO DE RÚBRICAS USADAS DURANTE O CURSO.

## 1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN.

Centrando o tema, atopámonos na visicitude de elaborar a programación didáctica da asignatura de educación física para a ensinanza secundaria obrigatoria e o bacharelato, a de anatomía aplicada para bacharelato, así como a da asignatura de promoción de estilos de vida saudables para segundo de ensinanza secundaria obrigatoria. Isto lévanos a ter en conta unhas consideracións básicas, que nesta introducción imos desenvolver por consideralas de vital importancia para o devenir das nosas materias e da educación integral do alumno/a.

É convinte ter en conta as características evolutivas de ditos educandos. Istes atópanse en plena adolescencia, atravesan por un conxunto de periodos que poseen unha secuencia constante e o seu momento de aparición pode cambiar en función de variables sociais ou individuais. A estes procesos de desenvolvemento contribuen catro grandes factores: a maduración neurolóxica e fisiolóxica, o entorno físico e social, as experiencias vividas e o proceso de equilibrio ou autorregulación das estruturas.

A iniciación dos cambios fisiolóxicos e de crecemento empezan coa actividade da hipófisis. Hai un cambio considerable das dimensións corporais e en moitas funcións fisiolóxicas. É importante ter en conta que estes aumentos no crecemento xeral teñen grandes variacións na idade en que se producen, no seu tempo de duración e intensidade.

Durante o periodo que nos ocupa, a percepción dun mesmo agudízase polos intensos cambios físicos, que dan como resultado o feito de que xurda a necesidade de compararse co modelo ideal aceptado socialmente. Nesta etapa será importante o concepto que o adolescente teña de sí mesmo, a súa autoestima, para o axuste da personalidade a realidade.

O desenvolvemento evolutivo correcto na motricidade e nas percepcións, resulta fundamental para a boa integración e formación do esquema corporal. O adolescente caracterízase por unha rápida evolución na súa coordinación xeral e un gran incremento das súas capacidades físicas básicas, que lle van a facilitar a práctica de actividades físico-deportivas e o aprendizaxe de novas.

A continuación contextualizamos a nosa labor docente. O entorno socio-cultural onde se desenvolve o noso proceso de ensinanza-aprendizaxe non constitúe ningún inconvinte para facer que o alumnado sexa un suxeito activo, responsable do seu estilo de vida saudable.

O IES Illa de Tambo é un centro situado no casco urbano de Marín, cunha poboación duns 25.000 habitantes. A vila dispón doutros centros públicos de secundaria: o IES Mestre Landín que so imparte secundaria obrigatoria; e o IES Chan do Monte, onde tamén pódese estudar Bacharelato e Formación Profesional de grado medio e superior. Tamén existen outros centros privados concertados que imparten educación secundaria; e outro de formación militar superior, a Escola Naval Militar, que na actualidade ten a condición de centro adscrito a Universidade de Vigo e no que se imparte dende o curso 2010/11 o grado de enxeñaría industrial coa especialidade de mecánica.

O alumnado procede do rural, pero a maioría reside na vila. Os marinenses adícanse a actividades relacionadas coa agricultura e a pesca (fundamentalmente de altura) e no casco urbano, ós servizos. Gran parte da actividade económica da vila xira ao redor dos portos pesqueiro e comercial, dos máis importantes de Galicia. O sector naval (astaleiros de construción e reparación, empresas auxiliares...) concentrou no seu día a maior parte da actividade industrial da vila, atravesou unha profunda crise, e estase a recuperar. A actividade pesqueira acarreeu na derradeira década un bó número de poboación inmigrante ( máis de 2000 censados), de orixe subsahariano, magrebíes, e en menor medida hispanoamericano. Non existen problemas de convivencia e o grado de integración é alto. A maioría das familias viven no casco urbano polo que un alto porcentaxe do alumnado inmigrante acude o noso centro.

O centro, (considerado línea 3), imparte ensinanza secundaria obrigatoria e bacharelato nas modalidades de humanidades e ciencias sociais e de ciencias.

O alumnado da ESO procede sobre todo do centro de primaria adscrito(CEIP Sequelo). Tamén temos alumnado procedente do CEIP A laxe (en principio adscrito o IES Mestre Landín) sobre todo os residentes no casco urbano da vila. O alumnado de Bacharelato nótrese de alumnado procedente do noso centro e dos privados concertados da zona. O número total de alumnos/as e de 483. No presente curso están matriculados 291 alumnos/as na ESO e 192 no Bacharelato. En todos os niveis, o promedio de alumnos por aula ronda os 25. Varía algo segundo os niveis. Repiten curso unha media de 4 alumnos/as por nivel, promociona mais dun 90% do alumnado facendo unha media de tódolos cursos.

## **2. CONTRIBUCIÓN DA EDUCACIÓN FÍSICA AO LOGRO DAS COMPETENCIAS CLAVE.**

A materia de Educación Física ten como finalidade principal que o alumnado alcance a competencia motriz, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa no seu medio e coas demais. A competencia motriz, malia non estar recollida como unha das competencias clave, é fundamental para o desenvolvemento destas, nomeadamente o das competencias sociais e cívicas, de aprender a aprender, de sentido de iniciativa e espírito emprendedor, de conciencia e expresións culturais, da competencia matemática e as competencias básicas en ciencia e tecnoloxía e, en menor medida, da de comunicación lingüística e da competencia dixital.

Por cursos, desglosado nas uniddes didácticas correspondentes e os estándares de aprendizaxe traballados en cada unha, queda reflexado o que se aporta a cada competencia clave nas seguintes taboas:

- Educación física
- Anatomía aplicada

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
O QUECEMENTO I	1º	Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas	A. A. A. S.S. E C.C.
		- 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.	DIXITAL C.L.
		Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	DIXITAL C.L.
		Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados	M.C. E T. S.S. E C.C.
		Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA I	1º	Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.  - Iníciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.  Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades	A. A. A. M.C. E.T.
			A. A. A.
		Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades	A. A. A.
		- 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.	DIXITAL C.L.
		Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	DIXITAL C.L.
		Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable	M.C. E.T.
		- Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	M.C. E.T.
		Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	M.C. E.T. S.I.E.E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA I	1º	- Respects os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	S.S. E C.C.
		Cofece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas	S.S. E C.C.
		Respects o seu control e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S. E C.C.
		Analiza críticamente 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	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
PRIMEIROS AUXILIOS I	1º	Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	M.C.E.T.
		Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	M.C.E.T. S.I.E.E.E.
		Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante	S.I.E.E.E.
		Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno	S.I.E.E.E.



UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPETENCIA CLAVE
IMOS A XOGAR	2º	<p>Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas</p> <p>- 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.</p> <p>Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</p> <p>- Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica</p>	A. A. A. S.I. E E. E.
		<p>Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración</p>	DIXITAL C.L.
		<p>Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a</p>	DIXITAL C.L.
		<p>- Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades</p>	M. C. E. T.
		<p>- Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.</p>	S. I. E E. E.
			S. S. E C. C.
			S. S. E C. C.
			S. S. E C. C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPE- TENCIA CLAVE
IMOS A XOGAR	2º	Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
BALONMÁN	2º	Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo	A.A.A. S.I. E E.E.
		Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración	A.A.A. S.I. E E.E.
		Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración	A.A.A. S.I. E E.E.
		Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración e oposición .	A.A.A. S.I. E E.E.
		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.	DIXITAL C.L
		Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	DIXITAL C.L
		Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas	S.I. E E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPE- TENCIA CLAVE
BALONMÁN	2º	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respeca os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física</li> </ul>	S.S. E C.C.
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a</li> </ul>	S.S. E C.C.
		Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades	S.S. E C.C.
		Respeca as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ACTIVIDADES XIMNÁSTICAS	<p>3º</p> <p>- Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
	Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.	A.A.A. S.I. E E.E.
	Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación	A.A.A. S.I. E E.E.
	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.	DIXITAL C.L
	Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	DIXITAL C.L
	Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade	C. E E.E.C.C.
	Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo	C. E E.E.C.C.
	- Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	M.C. E T.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ACTIVIDADES XIMNÁSTICAS	3º	<p>Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si</p> <p>- Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p> <p>Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física</p>	S.I. E E.E. S.S. E C.C.
			S.I. E E.E.
			S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
BAILES DE SALÓN	3º	Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade	C. E E.E.C.C.
		Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo	C. E E.E.C.C.
		- Colabora na realización de bailes e danzas.	C. E E.E.C.C.
		Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	S.S. E C.C.
		Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ORIENTACIÓN NO MEDIO I	3º	Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos	A.A.A.
		Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación	A.A.A. S.I.E.E.E.
		- Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	M.C.E.T.
		Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	M.C.E.T. S.I.E.E.E.
		Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno	S.I.E.E.E.
		- Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	S.S.E C.C.
		- Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades	S.S.E C.C.
		Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas	S.S.E C.C.



UNIDADES DIDÁCTICAS 1º ESO	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPETENCIA CLAVE
ORIENTACIÓN NO MEDIO I	3º	Respecta o seu controno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S. E C.C.
		Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física s	S.S. E C.C.
		Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
O QUECEMENTO II	1º	Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	A.A.A. S.S.E C.C.
		Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos	A.A.A. C-L
		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.	DIXITAL C.L.
		Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	M.C.E.T. S.S.E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA II	1º	<p>- Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos</p> <p>Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</p> <p>Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades</p> <p>- Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.</p> <p>- Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.</p>	A.A.A. C.L.
			A.A.A.
			A.A.A.
			A.A.A. S.I.E.E.E.
			A.A.A.
			DIXITAL C.L.
			M.C.E.T.
			M.C.E.T.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA II	1º	Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	M.C.E.T.
		Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	M.C.E.T.
		- Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos	M.C.E.T. S.S.E.C.C.
		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	S.I.E.E.E. S.S.E C.C.
		Cofece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeita-das a súa idade.	S.S.E C.C.
		- Respecta o contorno e valóirao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S.E C.C.
		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	S.S.E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
PRIMEIROS AUXILIOS II	1º	Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	S.I. E E.E.
		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.	S.I. E E.E.
		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.	S.I. E E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
INICIACIÓN AO ATLETISMO	2º	Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos	A.A.A. C.L.
		- Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	A.A.A. S.I.E.E.E.
		Autoavalia a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado	A.A.A. S.I.E.E.E.
		- Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.	A.A.A. S.I.E.E.E.
		Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	A.A.A. S.I.E.E.E.
		- 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.	DIXITAL C.L.
		- 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.	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
XOGOS PREDEPORTIVOS	2º	<p>- Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
		<p>- Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
		<p>Describe simplificada 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</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
		<p>- Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
		<p>Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos</p>	A.A.A. C.L.
		<p>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.</p>	DIXITAL C.L.
		<p>Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</p>	M.C.E.T.
		<p>- 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.</p>	S.I.E.E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
XOGOS PREDEPORTIVOS	2º	<p>- Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coitado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.</p>	S.I. E E.E.
		Autoavalia a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado	S.I. E E.E.
		Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.	S.I. E E.E.
		Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	S.I. E E.E.
		Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	S.I. E E.E.
		- Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	S.S. E C.C.
		Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	S.S. E C.C.
		Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	S.S. E C.C.



UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
XOGOS PREDEPORTIVOS	2º	- 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	S.S. E C.C.
		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	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ACTIVIDADES E DEPORTES ALTERNATIVOS	3º	<p>- Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos</p>	A.A.A. C.L.
		<p>Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		<p>Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		<p>Autoavalia a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		<p>Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		<p>Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		<p>- 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.</p>	DIXITAL C.L.
		<p>- 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.</p>	S.I. E E.E. S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ACTIVIDADES E DEPORTES ALTERNATIVOS	3º	<p>Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</p> <p>Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos</p> <p>Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</p>	S.S. E C.C.
			S.S. E C.C.
			S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
MÓVOME CON RITMO	3º	<p>Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</p> <p>Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixa-do de baixa dificultade.</p> <p>Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.</p> <p>Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea</p>	C. E E.E.C.C.
			C. E E.E.C.C.
			C. E E.E.C.C.
			C. E E.E.C.C.
		<p>- Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesma/a ou para as demais persoas.</p>	S.I. E E.E. S.S. E C.C.
		<p>- Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	S.I. E E.E.
		<p>- Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos ob</p>	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 2º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
DEPORTES DE MONTAÑA	3º	<p>Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p> <p>- Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades</p> <p>- Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos</p> <p>- 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.</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
		<p>- Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
		<p>- Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos</p>	M.C.E.T. S.S.E.C.C.
		<p>- 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.</p>	S.I.E.E.E. S.S.E C.C.
		<p>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.</p>	S.I.E.E.E.
		<p>- Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución</p>	S.S.E C.C.
		<p>- Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.</p>	S.S.E C.C.
		<p>Respecta o contorno e valóbralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</p>	S.S.E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
QUECEMENTO XERAL E ESPECÍFICO	1º	<p>- Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.</p>	M.C.E.T. S.S.E C.C.
		<p>Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que</p>	M.C.E.T.
		<p>- Prepara e realiza queceamentos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual.</p>	S.S.E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA III	1º	Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	A.A.A.
		Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	A.A.A.
		Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	A.A.A. S,I, E E,E,E,
		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.	A.A.A.
		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	DIXITAL C.L.
		- Expón e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	DIXITAL C.L.
		Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artísticas-expresivas traballadas no ciclo.	M.C.E.T.
		Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde	M.C.E.T.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA III	1º	Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva	M.C.E.T.
		Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	M.C.E.T.
		Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física	M.C.E.T.
		- 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.	M.C.E.T. S.S.E C.C.
		- Confece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S.E C.C.
		- Respecta o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S.E C.C.
		- 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	S.S.E C.C.



UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
PRIMEIROS AUXILIOS III	1º	<p>- Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		<p>- Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mes-mo/a ou para as demais persoas.</p>	S.I. E E.E. S.S. E C.C.
		<p>Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</p>	S.I. E E.E.
		<p>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.</p>	S.I. E E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
BALONCESTO	2º	<p>Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
		Autoavalia a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado	A.A.A. S.I. E E.E.
		- Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	A.A.A. S.I. E E.E.
		- Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexigencia e superación.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.	A.A.A. S.I. E E.E.
		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.	A.A.A. S.I. E E.E.
		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.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	A.A.A. S.I. E E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
BALONCESTO	2º	<p>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</p> <p>- Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</p> <p>Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</p> <p>Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</p>	DIXITAL C.L.
			DIXITAL C.L.
			S.S. E C.C.
			S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
INICIACIÓN AOS DEPORTES DE RAQUETA/ BADMINTÓN	2º	<p>Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.</p> <p>Autoavalia a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.</p> <p>Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.</p> <p>Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexigencia e superación.</p> <p>Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.</p> <p>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</p> <p>- Expon e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</p> <p>Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	A.A.A. S.I.E.E.E.
			A.A.A. S.I.E.E.E.
			A.A.A. S.I.E.E.E.
			A.A.A. S.I.E.E.E.
			A.A.A. S.I.E.E.E.
			DIXITAL C.L.
			DIXITAL C.L.
			S.I.E.E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPETENCIA CLAVE
INICIACIÓN AOS DEPORTES DE RAQUETA/ BADMINTÓN	2º	Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
FLOORBALL	3º	Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Autoavalia a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexigencia e superación.	A.A.A. S.I. E E.E.
		Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.	A.A.A. S.I. E E.E.
		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	DIXITAL C.L.
		- Expon e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	DIXITAL C.L.
		Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mes-mo/a ou para as demais persoas.	S.I. E E.E. S.S. E C-C

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
FLOORBALL	1º	<p>- 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.</p>	S.I. E E.E.
		<p>Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</p>	S.S. E C.C.
		<p>Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</p>	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
AEROBIC	3º	<p>Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	A.A.A. S.I. E.E.E.
		<p>Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</p>	C. E E.E.C.C.
		<p>- Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.</p>	C. E E.E.C.C.
		<p>Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.</p>	C. E E.E.C.C.
		<p>- Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.</p>	C. E E.E.C.C.
		<p>Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas respon-sabilidades para a consecución dos obxectivos.</p>	S.S. E C.C.



UNIDADES DIDÁCTICAS 3º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ORIENTACIÓN NO MEDIO III	3º	Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	A.A.A.
		Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	A.A.A. S.I.E.E.E.
		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 capacidades	A.A.A. S.I.E.E.E.
		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	M.C.E.T. S.S.E C.C.
		Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mes-mo/a ou para as demais persoas.	S.I., E.E.E. S.S.E C.C.
		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.	S.I.E.E.E.
		Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S.E C.C.
		- Respecta o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	S.S.E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
FUNDAMENTOS DO QUECEMENTO	1º	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</li> <li>- Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.</li> <li>- Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.</li> </ul>	M.C.E.T.
			S.I.E.E.E.
			S.I.E.E.E.
		<p>Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma</p>	S.S. E C.C.
		<p>- Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.</p>	S.S. E C.C.
		<p>Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.</p>	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONDICIÓN FÍSICA IV	1º	Utiliza as tecnoloxías da información e da co-municación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	C.D. E C. L.
		Comunica e comparte información e ideas nos deportes e nos contornos apropiados	C.D. E C. L.
		Demuestra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas que proporcionan á saúde individual e colectiva.	M.C. E T.
		Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	M.C. E T.
		- Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	M.C. E T.
		Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	M.C. E T.
		Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	M.C. E T.
		Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	M.C. E T. S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
PRIMEIROS AUXILIOS IV	1º	<p>- Adapta as técnicas de progresión ou despraza-mento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.</p>	A.A.A.
		<p>- Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.</p>	S,I, E E, E.
		<p>Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.</p>	S,I, E E, E.
		<p>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.</p>	S,I, E E, E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
PLANIFICO E PRACTICO BEISBOL	2º	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	A.A.A. S.I. E E.E.
		Utiliza as tecnoloxías da información e da co-municación para aprofundar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	C.D. E C. L.
		Comunica e comparte información e ideas nos deportes e nos contornos apropiados	C.D. E C. L.
		- Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	S.S. E C.C.
		- Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	S.S. E C.C.
		Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
PLANIFICO E PRACTICO VOLEIBOL	2º	<p>Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.</p> <p>Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto</p> <p>Utiliza as tecnoloxías da información e da co-municación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</p> <p>Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados</p> <p>Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.</p> <p>Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.</p> <p>Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</p>	A.A.A. S.I. E E.E.
			A.A.A. S.I. E E.E.
			C.D. E C. L.
			C.D. E C. L.
			S.S. E C.C.
			S.S. E C.C.
			S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
H.H.X.X. E ACROSPORT I	3º	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	A.A.A.
		Utiliza as tecnoloxías da información e da co-municación para aprofundar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	C.D. E C. L.
		Comunica e comparte información e ideas nos deportes e nos contornos apropiados	C.D. E C. L.
		Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incluíndo especialmente na creatividade	C. E E.E.C.C.
		Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os componentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais	C. E E.E.C.C.
		Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.	C. E E.E.C.C.
		Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	M.C. E T.
		Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 4º ESO	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
ORIENTACIÓN NO MEDIO IV	3º	Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	M.C.E.T. S.S.E C.C.
		Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida	M.C.E.T. S.S.E.C.C.
		Demuestra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.	M.C.E.T. S.S.E.C.C.
		Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	S.I.E.E.E.



UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONTROLO A PLANIFICACIÓN DA MINA CONDICIÓN FÍSICA	1º	Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia	C.D E CL-
NUTRICIÓN E ACTIVIDADE FÍSICA		Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión	C.D E CL-
		Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde	M.C. E T.
		Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde	M.C. E T.
		Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades	M.C. E T.
		- Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características	M.C. E T.
		Avalia as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora	M.C. E T.
		Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade	M.C. E T.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
CONTROL A PLANIFICACIÓN DA MINA CONDICION FÍSICA	1º	- Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física, conxugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade	M.C. E T.
NUTRICIÓN E ACTIVIDADE FÍSICA		Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado	M.C. E T.
		- Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas	M.C. E T.
		- Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios	S.S. E C.C.
		Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas	S.S. E C.C.
		- Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
VOLEIBOL	2º	Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas	A.A.A S.I.E.E.E. S.S.E.C-C-
		Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición	A.A.A S.I.E.E.E.
		Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén	A.A.A S.I.E.E.E. S.S.E.C-C.
		Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo	A.A.A S.I.E.E.E. S.S.E.C-C-
		Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia	C.D E CL-
		Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión	C.D E CL-
		Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
BALONMÁN	2º	Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas	A.A.A S.I.E.E.E. S.S.E.C-C-
		Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición	A.A.A S.I.E.E.E.
		Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén	A.A.A S.I.E.E.E. S.S.E.C-C.
		Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo	A.A.A S.I.E.E.E. S.S.E.C-C-
		Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia	C.D E CL-
		Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión	C.D E CL-
		Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
DEPORTES DE INVIERNO	2º	Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses	A.A.A
		Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde	N.C.E.T.
		Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física	M.C.E.T.
		Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas	M.C.E.T.
		Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo	S.I.E.E.E.
		Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo	S.I.E.E.E.
		- Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios	S.I.E.E.E.
		Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas	S.I.E.E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPE- TENCIA CLAVE
DEPORTES DE INVIERNO	2º	Diseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios	S.S. E C.C.
		Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TIRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
H.H. X.X. E ACROSPORT II	3º	<p>- Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios</p>	A.A.A.
		Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén	A.A.A.
		Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo	A.A.A.
		Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia	C.D. E C.L.
		Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión	C.D. E C.L.
		Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas	C. E E.E. C.C.
		Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva	C. E E.E. C.C.
		Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo	S.I. E E.E.

UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPE- TENCIA CLAVE
H.H. X.X. E ACROSPORT II	3º	Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas	S.S. E C.C.



UNIDADES DIDÁCTICAS 1º BACH	TRI MES TRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
BAILES E DANZAS DO MUNDO	3º	Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas	C. E E.E.C.C.
		Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva	C. E E.E.C.C.
		Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo	C. E E.E.C.C.
		Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas	S.S. E C.C.

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPETENCIA CLAVE
ORGANIZACIÓN BÁSICA DO CORPO HUMAN	1º	Diferencia os niveis de organización do corpo humano.	M.C.E.T
		Describe a organización xeral do corpo humano utilizando diagramas e modelos.	M.C.E.T
		Localiza os órganos e os sistemas, e relaciónaos coas súas funcións.	M.C.E.T
		Especifica as funcións vitais do corpo humano, sinalando as súas características máis salientables.	M.C.E.T
		Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada	C.D. A.A.

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPETENCIA CLAVE
O SISTEMA LOCOMOTOR	1º	Describe a estrutura e a función do sistema esquelético en relación coa mobilidade do corpo humano.	M.C.E.T
		Identifica o tipo de óso vinculándoo coa súa función	M.C.E.T
		Diferencia os tipos de articulacións en relación coa mobilidade que permiten.	M.C.E.T
		Describe a estrutura e a función do sistema muscular, identificando a súa funcionalidade como parte activa do sistema locomotor.	M.C.E.T
		Describe a fisioloxía e o mecanismo da contracción muscular.	M.C.E.T
		Identifica os ósos, as articulacións e os músculos principais implicados en diversos movementos, utilizando a terminoloxía axeitada.	M.C.E.T
		Clasifica os principais movementos articulares en función dos planos e dos eixes do espazo.	M.C.E.T
		Argumenta os efectos da práctica sistematizada de exercicio físico sobre os elementos estruturais e funcionais do sistema locomotor, en relación coas actividades artísticas e os estilos de vida.	M.C.E.T

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPETENCIA CLAVE
O SISTEMA LOCOMOTOR	1º	Identifica as alteracións máis importantes derivadas do mal uso postural e propón alternativas saudables.	M.C.E.T
		Identifica as principais patoloxías e lesións relacionadas co sistema locomotor nas actividades artísticas, e xustifica as súas causas principais.	M.C.E.T
		Analiza posturas e xestos motores das actividades artísticas, aplicando os principios de ergonomía, e propón alternativas para traballar de forma segura e evitar lesións.	M.C.E.T
		Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada	C.D. A.A.
		Recoñece e enumera os elementos da acción motora e os factores que interveñen nos mecanismos de percepción, decisión e execución de determinadas accións motoras.	M.C.E.T
		Argumenta a contribución das capacidades coordinativas ao desenvolvemento das accións motoras.	M.C.E.T

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPETENCIA CLAVE
O SISTEMA CARDIOPULMONAR	2º	Describe a estrutura e a función dos pulmóns, detallando o intercambio de gases que ten lugar neles e a dinámica de ventilación pulmonar asociada.	M.C.E.T
		Describe a estrutura e a función do sistema cardiovascular, explicando a regulación e a integración de cada compoñente.	M.C.E.T
		Relaciona o latexo cardíaco, o volume e a capacidade pulmonar coa actividade física asociada a actividades artísticas de diversa índole.	M.C.E.T
		Identifica a estrutura anatómica do aparello de fonación, e describe as interaccións entre as estruturas que o integran.	M.C.E.T
		Identifica as principais patoloxías que afectan o sistema cardiopulmonar en relación coas causas máis habituais e cos seus efectos nas actividades artísticas.	M.C.E.T
		Recoñece hábitos e costumes saudables para o sistema cardiorrespiratorio e o aparello de fonación, nas accións motoras inherentes ás actividades artísticas corporais e na vida cotiá.	M.C.E.T
		Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada	C.D. A.A.

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPETENCIA CLAVE
O SISTEMA DE ACHEGA E UTILIZACIÓN DE ENERXÍA	2º	Describe os procesos metabólicos de produción de enerxía polas vías aeróbica e anaeróbica, e xustifica o seu rendemento enerxético e a súa relación coa intensidade e a duración da actividade.	M.C.E.T
		Xustifica o papel do ATP como transportador da enerxía libre, asociándoo coa subministración continua e adaptada ás necesidades do corpo humano.	M.C.E.T
		Identifica tanto os mecanismos fisiolóxicos que conducen a un estado de fatiga física como os mecanismos de recuperación.	M.C.E.T
		Distingue os procesos que interveñen na dixestión e na absorción dos alimentos e dos nutrientes, vinculándoos coas estruturas orgánicas implicadas en cada un.	M.C.E.T
		Discrimina os nutrientes enerxéticos dos non enerxéticos, en relación cunha dieta sa e equilibrada	M.C.E.T
		Relaciona a hidratación co mantemento dun estado saudable, calculando o consumo de auga diario necesario en distintas circunstancias ou actividades.	M.C.E.T
		Recoñece hábitos alimentarios saudables e prexudiciais para a saúde, e saca conclusións para mellorar o benestar persoal.	M.C.E.T
		Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada	C.D. A.A.

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRI MES TRES	ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	COMPE- TENCIA CLAVE
O SISTEMAS DE COORDINACIÓN E REGULACIÓN	3º	Describe a estrutura e as función dos sistemas implicados no control e na regulación da actividade do corpo humano, establecendo a asociación entre eles.	M.C.E.T
		Recoñece as diferenzas entre os movementos reflexos e os voluntarios, asociándoos ás estruturas nerviosas implicadas neles.	M.C.E.T
		Describe a función das hormonas e o importante papel que xogan na actividade física.	M.C.E.T
		Analiza o proceso de termorregulación e de regulación de augas e sales en relación coa actividade física.	M.C.E.T
		Valora os beneficios do mantemento dunha función hormonal para o rendemento físico do/da artista.	M.C.E.T
		Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada	C.D. A.A.

UNIDADES DIDÁCTICAS ANATOMÍA APLICADA 1º BACH.	TRIMESTRE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	COMPETENCIA CLAVE
EXPRESIÓN E COMUNICACIÓN CORPORAL	3º	<p>Recoñece e explica o valor expresivo, comunicativo e cultural das actividades practicadas como contribución ao desenvolvemento integral da persoa.</p> <p>Identifica os elementos básicos do corpo e o movemento como recurso expresivo e de comunicación.</p> <p>Aplica habilidades específicas expresivo-comunicativas para enriquecer as posibilidades de resposta creativa.</p> <p>Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada</p>	S.E.C. C.E.C.
			S.E.C. C.E.C.
			S.E.C. C.E.C.
			C.D. A.A.



### 3. OBXECTIVOS.

En base ao decreto 86/2015 do 25 de Xuño, estos son os obxectivos que nos prantexamos para conquistar ao longo da ensinanza secundaria obrigatoria.

#### 1º ESO

1. Coñecer seu corpo e as súas capacidades físicas básicas con respecto aos demais.
2. Coñecer seu corpo e contribuir a mellorar as súas capacidades físicas básicas e as súas posibilidades de coordinación e control motor.
3. Practicar con asiduidade actividade física escolar e extraescolar.
4. Coñecer e realizar actividades de acondicionamento e mellora das capacidades físicas, dominio e control corporal.
5. Coñecer técnicas básicas de relaxación e respiración, establecendo relacións constructivas e equilibradas cos demais.
6. Coñecer os métodos para desenvolver as capacidades físicas e habilidades específicas a partir da valoración do nivel inicial.
7. Coñecer diferentes actividades levadas a cabo no medio natural e participar na práctica de éstas.
8. Practicar con asiduidade actividades deportivas e recreativas dentro do entorno escolar e extraescolar.
9. Valorar o traballo en equipo e a deportividade na participación en actividades, xogos e deportes.
10. Utilizar o movemento de forma espontánea para dar resposta a situacións novas de comunicación favorecendo a desinhibición grupal e persoal.
11. Coñecer o correcto tratamento do corpo e a actividade física na nosa sociedade.

#### 2º ESO

1. Incrementar o nivel de acondicionamento físico, mellorando as capacidades físicas básicas.
2. Adquirir nocions sobre teoría e metodoloxía do entrenamento e utilizar probas de avaliación das capacidades físicas e habilidades motrices.
3. Practicar con asiduidade actividade física escolar e extraescolar.
4. Incrementar as posibilidades de rendimento motor mediante o acondicionamento e mellora das capacidades físicas e o perfeccionamento das súas funcións de axuste, dominio e control corporal.
5. Desenvolver os aspectos de relación cos demais a través da práctica de actividades de relaxación e respiración que axuden a aliviar tensións, fomentando actitudes de tolerancia e cooperación.
6. Utilizar actividades que permitan satisfacer as necesidades en relación as capacidades físicas a partir da valoración do nivel inicial.
7. Aprovechar o entorno natural e as súas posibilidades para realizar actividades físicas, desenvolvendo tarefas que contribúan a mellora da calidade de vida e ocupación do tempo libre.
8. Coñecer e realizar actividades deportivas e recreativas, aplicando coñecementos básicos técnicos e reglamentarios que permitan un nivel de autonomía aceptable na súa execución.
9. Coñecer habilidades e actitudes sociais de respecto, traballo en equipo e deportividade na participación en actividades, xogos e deportes.
10. Coñecer a importancia dos contidos da expresión corporal como elemento de axuda para a propia desinhibición e cohesión co grupo de traballo.
11. Darse conta do correcto tratamento do corpo, da actividade física e do deporte no contexto social.

#### 3º ESO

1. Coñecer e comprender a importancia de ter unha boa condición física e unas boas capacidades coordinativas e de control motor como base fundamental d unha boa saúde futura.
2. Incrementar o nivel de acondicionamento físico, mellorando as capacidades físicas básicas.
3. Practicar con asiduidade actividade física escolar e extraescolar, comprendendo a importancia dos seus efectos beneficiosos sobre a saúde e a súa repercusión positiva na calidade de vida.
4. Interpretar correctamente a relación entre a mellora no rendemento motor e a práctica de actividades de acondicionamento físico, habilidades e control corporal.
5. Utilizar técnicas de relaxación e respiración como medio para reducir desequilibrios e aliviar tensións producidas na vida cotidiana e/ou na práctica de actividades físico-deportivas.
6. Valorar e utilizar as actividades que permitan satisfacer as necesidades en relación as habilidades específicas a partir da valoración do nivel inicial.

7. Valorar a importancia do medio natural, favorecendo actitudes de respecto, coidado e protección do mesmo.
8. Practicar con asiduidade actividades deportivas e recreativas dentro do entorno escolar e extraescolar, valorando seus beneficios físicos e sociais.
9. Usar habilidades e actitudes sociais de respecto, traballo en equipo e deportividade na participación en actividades, xogos e deportes.
10. Valorar a capacidade de expresión corporal e rítmica dos compañeiros e compañeiras que hay na clase, incluíndo a propia do alumno.
11. Valorar a importancia da expresión corporal como enriquecemento vivencial.
12. Ter unha actitude crítica ante o tratamento do corpo, a actividade física e o deporte no contexto social.

#### 4ª ESO

1. Valorar a importancia da condición física e ser capaz de planificar o modo de melloralas.
2. Practicar con asiduidade actividade física escolar e extraescolar, valorando a súa importancia e adoptando unha aptitude crítica e constructiva tanto na súa planificación como na súa práctica.
3. Valorar a necesidade de mellorar as capacidades físicas funcionais, e o dominio e o control corporal, como elementos de integración social, saúde e mellora da calidade de vida.
4. Valorar a importancia de utilizar técnicas de relaxación e respiración como medio para reducir desequilibrios e aliviar tensións producidas na vida cotidiana e/ou na práctica de actividades físico-deportivas.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer as necesidades en relación as capacidades físicas e habilidades específicas a partir da valoración do nivel inicial.
6. Planificar e deseñar actividades físico-deportivas no medio natural que teñan baixo impacto ambiental, contribuíndo a su conservación e mellora.
7. Practicar con asiduidade actividades deportivas e recreativas dentro do entorno escolar e extraescolar, e ser capaz de adoptar unha actitude crítica respecto a su actuación individual e a do seu grupo ou equipo.
8. Mostrar habilidades e actitudes sociais de respecto, traballo en equipo e deportividade na participación en actividades, xogos e deportes, independentemente das diferencias culturais, sociais e de habilidade.
9. Valorar a importancia dos contidos da expresión corporal como elemento de axuda para a propia desinhibición e cohesión co grupo de traballo.
10. Adoptar unha actitude crítica ante o tratamento do corpo, a actividade física e o deporte no contexto social.

En base ao decreto 86/2015 do 25 de Xuño, estos son os obxectivos que nos prantexamos para conquistar en 1º de bacharelato.

1. Coñecer e valorar os efectos positivos que ten a práctica regular de actividade física no desenvolvemento persoal e social, facilitando a mellora na saúde e na calidade de vida.
2. Elaborar e poñer en práctica un programa de actividade física e saúde, incrementando as capacidades físicas implicadas, a partir da avaliación do estado inicial.
3. Organizar e participar en actividades físicas coma recurso para ocupar o tempo libre e de ocio, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas.
4. Resolver situacións motrices deportivas, dando prioridade a toma de decisións e utilizando elementos técnicos aprendidos na etapa anterior.
5. Realizar actividades físicodeportivas no medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación.
6. Adoptar unha actitude crítica ante as prácticas sociais que teñen efectos negativos para a saúde individual e colectiva.
7. Diseñar e practicar, en pequenos grupos, composicións con ou sen base musical, como medio de expresión e de comunicación.
8. Utilizar de forma autónoma a actividade física e as técnicas de relaxación como medio de coñecemento persoal e como recurso para reducir desequilibrios e tensións producidas na vida diaria.

**4. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE: TEMPORALIZACIÓN. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN. PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN. COMPETENCIAS CLAVE.**

**TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN E COMPETENCIAS CLAVE.**

<b>CURSO</b>	1º ESO
--------------	--------

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)*	
EF-B1.1	1º-EFB1.1.1 - Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados	Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión	X			<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CSC, CMCT
EF-B1.1	1º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas	Realiza quecementos de acordo cos contidos que se vaian realizar	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CSC, CAA
EF-B1.1	1º-EFB1.1.3 - Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	Respecta os hábitos de aseo persoal	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC
EF-B1.2	1º-EFB1.2.1 - Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a	Amosa tolerancia e deportividade	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC

EF-B1.2	1º-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	Colabora nas actividades grupais, respectando as normas establecidas  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.2	1º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.	Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática  INSTRUMENTOS: Lista de control	CSC
EF-B1.3	1º-EFB1.3.1 - Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas	Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC
EF-B1.3	1º-EFB1.3.2 - Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	Respeto o seu contorno e realiza nel actividade física	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC
EF-B1.3	1º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os	Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.	CSC

	estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual					INSTRUMENTOS: Posta en común.	
EF-B1.4	1º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas	Identifica as características das actividades propostas que poidan supor un elemento de risco		X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CSC, CSIEE
EF-B1.4	1º-EFB1.4.2 - Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno	Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia	X		X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común	CSIEE
EF-B1.5	1º-EFB1.5.1 - 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	Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática  INSTRUMENTOS: Diario de clase	CD, CCL

	salientable.						
EF-B1.5	1º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	Expón e defende traballos sinxelos	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CD, CCL
EF-B2.1	1º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade	Utiliza técnicas corporais básicas			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática  INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC
EF-B2.1	1º-EFB2.1.2 - Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo	Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática  INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC
EF-B2.1	1º-EFB2.1.3 - Colabora na realización de bailes e danzas.	Colabora na realización de bailes  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B3.1	1º-EFB3.1.1 - Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable	Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.	CMCT
EF-B3.1	1º-EFB3.1.2 - Adapta a	Adapta a intensidade do	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación	CMCT, CAA

	intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.	esforzo controlando a frecuencia cardíaca				sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	
EF-B3.1	1º-EFB3.1.3 - Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CMCT
EF-B3.2	1º-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.	Iniciase na participación activa das actividades físicas	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA
EF-B3.2	1º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática  INSTRUMENTOS: Lista de control	CAA
EF-B3.2	1º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural	Hixiene postural na práctica das actividades físicas	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.	CMCT, CSIEE

	na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.					INSTRUMENTOS: Diario de clase.	
EF-B4.1	1º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.	Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas das actividades deportivas		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA, CSIEE
EF-B4.1	1º-EFB4.1.2 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.			X		PROCEDEMENTOS: Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CAA, CSIEE
EF-B4.1	1º-EFB4.1.3 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.	Mellora o seu nivel na execución amosando actitudes de esforzo e superación.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control. Diario de clase.	CAA, CSIEE
EF-B4.1	1º-EFB4.1.4 - Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas	Pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables.			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA, CSIEE



	de orientación.						
EF-B4.2	1º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.	Pon en práctica os fundamentos técnicos e tácticos básicos		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.2	1º-EFB4.2.2 - Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	<p>Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa</p> <p>NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19</p>		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.2	1º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.			X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE

TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCCIÓN E COMPETENCIAS CLAVE.

<b>CURSO</b>	2º ESO
--------------	--------

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)*	
EF-B1.1	2º-EFB1.1.1 - Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CSC CMCT
EF-B1.1	2º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	Realiza quecementos e fases finais da sesión dacordo cos contidos que se vaian realizar	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CSC CAA
EF-B1.1	2º-EFB1.1.3 - Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente.	Pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CSC
EF-B1.2	2º-EFB1.2.1 - Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de	Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC

	espectador/a.						
EF-B1.2	2º-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.	Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.2	2º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.3	2º-EFB1.3.1 - Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeita-das a súa idade.	Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC
EF-B1.3	2º-EFB1.3.2 - Respecta o contorno e valóroa como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	Respecta o contorno e valóroa como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.3	2º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os	Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.	CSC

	estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	relacionados coa saúde.				INSTRUMENTOS: Posta en común.	
EF-B1.4	2º-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.	Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.</p>	CSC CSIEE
EF-B1.4	2º-EFB1.4.2 - Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.</p>	CSIEE
EF-B1.4	2º-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.	Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSIEE
EF-B1.5	2º-EFB1.5.1 -	Utiliza as	X	X	X	PROCEDEMENTOS:	CD

	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.	tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios				Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCL
EF-B1.5	2º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos	Expón e defende traballos sobre temas relacionados coa actividade física	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CAA CCL
EF-B2.1	2º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B2.1	1º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade	Utiliza técnicas corporais básicas			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC
EF-B2.1	2º-EFB2.1.2 - Crea e pon en	Pon en práctica unha secuencia			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática	CCEC

	práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixa-do de baixa dificultade.	de movementos corporais axustados a un ritmo					INSTRUMENTOS: Lista de control	
EF-B2.1	1º-EFB2.1.2 - Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo	Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo			X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática  INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC
EF-B2.1	2º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	Colabora no deseño e na realización de movementos rítmicos.  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19			X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B2.1	1º-EFB2.1.3 - Colabora na realización de bailes e danzas.	Colabora na realización de bailes  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19			X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B2.1	2º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea				X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B3.1	2º-EFB3.1.1 - Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas	Coñece as capacidades físicas e as coordinativas	X	X	X		PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.	CMCT

	actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.						
EF-B3.1	2º-EFB3.1.2 - Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CMCT
EF-B3.1	2º-EFB3.1.3 - Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.	Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CMCT
EF-B3.1	2º-EFB3.1.4 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca	X	X		<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.1	2º-EFB3.1.5 - Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	X			<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT

EF-B3.1	2º-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.	Identifica as actividades físicas saudables e é crítico coas que non o son	X			<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CMCT CSC
EF-B3.2	2º-EFB3.2.1 - Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos	X	X		<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA
EF-B3.2	2º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades	Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA
EF-B3.2	2º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CAA CSIEE
EF-B3.2	2º-EFB3.2.4 - Analiza a	Analiza a importancia da	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos</p>	CAA



	<p>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.</p>	<p>práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.</p>				<p>alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	
EF-B4.1	<p>2º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</p>	<p>Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas das actividades deportivas.</p>		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CAA CSIEE
EF-B4.1	<p>2º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado</p>				X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CAA CSIEE
EF-B4.1	<p>2º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</p>				X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.</p>	CAA CSIEE
EF-B4.1	<p>2º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de</p>	<p>Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida</p>		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA CSIEE

	esfuerzo e superación.						
EF-B4.1	2º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	Pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.1	1º-EFB4.1.4 - Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.	Pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables.			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA, CSIEE
EF-B4.2	2º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.2	2º-EFB4.2.2 - Describe simplificada e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de	Describe simplificada e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas		X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Lista de control.	CAA CSIEE

	oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19					
EF-B4.2	2º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA CSIEE
EF-B4.2	2º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.			X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común</p>	CAA CSIEE

**TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN E COMPETENCIAS CLAVE.**

<b>CURSO</b>	3º ESO
--------------	--------

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)*	
EF-B.1.1	3º-EFB1.1.1 - Relaciona a estrutura dunha sesión de	Relaciona a estrutura dunha sesión coa intensidade dos esforzos	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p>	CSC, CMCT

	actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.					INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	
EF-B.1.1	3º-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.	Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar,	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CSC
EF-B.1.1	3º-EFB1.1.3 - Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades	Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CSC
EF-B.1.2	3º-EFB1.2.1 - Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B.1.2	3º-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.	Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC

EF-B.1.2	3º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B.1.3	3º-EFB1.3.1 - Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Proba específica.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CSC
EF-B.1.3	3º-EFB1.3.2 - Respecta o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	Respecta o contorno e valorao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B.1.3	3º-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 de-porte no contexto social actual	Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados coa saúde.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC
EF-B.1.4	3º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un	Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CSC, CSIEE

	elemento de risco para si mes-mo/a ou para as demais persoas.						
EF-B.1.4	3º-EFB1.4.2 - Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.</p>	CSIEE
EF-B.1.4	3º-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.	Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSIEE
EF-B.1.5	3º-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.	Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CD, CCL
EF-B.1.5	3º-EFB1.5.2 - Expón e defende	Expón e defende traballos elaborados	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p>	CD, CCL

	traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	sobre actividade física					INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B2.1	2º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.	Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B2.1	2º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.	Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.3 - Colabora no	Colabora no deseño e na realización de				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.	CCEC

	deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	movementos rítmicos  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19					INSTRUMENTOS: Diario de clase.	
EF-B2.1	2º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	Colabora no deseño e na realización de movementos rítmicos.  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.	Realiza improvisacións como medio de comunicación				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B2.1	2º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea					X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC
EF-B.3.1	3º-EFB3.1.1 - Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas distintas actividades	X	X		X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCT



EF-B.3.1	3º-EFB3.1.2 - Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.	Coñece os sistemas metabólicos de obtención de enerxía	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.</p>	CMCT
EF-B.3.1	3º-EFB3.1.3 - Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva	Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática,	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.</p>	CMCT
EF-B.3.1	3º-EFB3.1.4 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca	X	X		<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B.3.1	3º-EFB3.1.5 - Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física	Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física	X			<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B.3.1	3º-EFB3.1.6 - Identifica as características	Identifica as actividades físicas saudables e é crítico	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p>	CMCT, CSC

	que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	coas que non o son				INSTRUMENTOS: Posta en común.	
EF-B.3.2	3º-EFB3.2.1 - Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos	X	X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA
EF-B.3.2	3º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA
EF-B.3.2	3º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA, CSIEE
EF-B.3.2	3º-EFB3.2.4 - Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a	Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común.	CAA

	mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	desta práctica coa mellora da calidade de vida.					
EF-B.4.1	3º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.	Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA, CSIEE
EF-B.4.1	3º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Autoavalía a súa execución		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA, CSIEE
EF-B4.1	2º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado				X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA CSIEE
EF-B.4.1	3º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.		X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CAA, CSIEE
EF-B4.1	2º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos				X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CAA CSIEE

	adaptados.						
EF-B.4.1	3º-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.	Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B.4.1	3º-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.	Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control. Posta en común.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.1	2º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	Pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA CSIEE
EF-B4.2	3º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das	Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE

	actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.						
EF-B4.2	3º-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.	Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.2	3º-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.	Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións deportivas prantexadas		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.2	3º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	Reflexiona sobre as situacións resoltas		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CAA, CSIEE

TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN E COMPETENCIAS CLAVE.

<b>CURSO</b>	4º ESO
--------------	--------

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)*	
EF-B1.1	4º-EFB1.1.1 - Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma	Establece por si so as características do quecemento e da volta a calma	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Diario de clase.</p>	CSC
EF-B1.1	4º-EFB1.1.2 - Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.	Establece por si so as características do quecemento e da volta a calma	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Diario de clase.</p>	CSC
EF-B1.1	4º-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.	Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de xeito autónomo	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC

EF-B1.2	4º-EFB1.2.1 - Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais	Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.2	4º-EFB1.2.2 - Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	Planifica de forma coordinada cos compañeiros/as  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.2	4º-EFB1.2.3 - Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilízalos na súa práctica de maneira autónoma.	Propón a utilización de materiais de forma creativa		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.3	4º-EFB1.3.1 - Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	Valora as actuacións e as intervencións das persoas respectando os niveis de competencia motriz	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.3	4º-EFB1.3.2 - Valora as	Valora as actividades	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais	CSC CCEC

	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.	físicas distinguindo as achegas que cada unha fai				cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común.	
EF-B1.3	4º-EFB1.3.3 - Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC
EF-B1.4	4º-EFB1.4.1 - Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	Verifica as condicións de práctica segura, valorando os riscos.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSIEE
EF-B1.4	4º-EFB1.4.2 - Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	Identifica as lesións máis frecuentes	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CSIEE
EF-B1.4	4º-EFB1.4.3 - Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou	Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.	CSIEE



	as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	emerxencia					
EF-B1.5	4º-EFB1.5.1 - Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CSC
EF-B1.5	4º-EFB1.5.2 - Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.	Valora as achegas enriquecedoras dos compañeiros	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC
EF-B1.6	4º-EFB1.6.1 - Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	Utiliza recursos tecnolóxicos para analizar temáticas vinculadas a actividade física	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CD CCL
EF-B1.6	4º-EFB1.6.2 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación	Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS:</p>	CD CCL

	para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	sobre contidos do curso				Diario de clase.	
EF-B1.6	4º-EFB1.6.3 - Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados	Comunica e comparte información	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CD CCL
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CCEC
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.	Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CCEC
EF-B.2.1	3º-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.	<p>Colabora no deseño e na realización de movementos rítmicos</p> <p>NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19</p>			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CCEC
EF-B.2.1	3º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións	Realiza improvisacións como medio de			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p>	CCEC

	como medio de comunicación espontánea en parejas ou grupos.	comunicación				INSTRUMENTOS: Diario de clase.	
EF-B2.1	4º-EFB2.1.1 - Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.	Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, de forma desinhibida			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B2.1	4º-EFB2.1.2 - Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.	Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas,			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B2.1	4º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.	Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CCEC
EF-B3.1	4º-EFB3.1.1 - Demuestra	Demuestra coñecementos	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais	CMCT

	coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	sobre as características que deben cumprir as actividades físicas para seren saudables				cos alumnos/as. Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.	
EF-B3.1	4º-EFB3.1.2 - Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	Relaciona e pon en práctica exercicios de forza e flexibilidade coa hixiene postural.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Posta en común. Diario de clase.	CMCT
EF-B3.1	4º-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.	Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.	CMCT
EF-B3.1	4º-EFB3.1.4 - Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas.  INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.	CMCT
EF-B3.2	4º-EFB3.2.1 - Valora o grao de implicación das capacidades	Valora o grao de implicación das capacidades físicas na	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas.  INSTRUMENTOS:	CMCT

	físicas na realización dos tipos de actividade física.	realización dos tipos de actividade física.				Proba obxectiva.	
EF-B3.2	4º-EFB3.2.2 - Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CMCT
EF-B3.2	4º-EFB3.2.3 - Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.	Aplica os procedementos prácticos para a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable.	X		X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.2	4º-EFB3.2.4 - Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p>	CMCT
EF-B4.1	4º-EFB4.1.1 - Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices	Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais,		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA CSIEE

	individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características						
EF-B4.1	4º-EFB4.1.2 - Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros/as  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.1	4º-EFB4.1.3 - Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.2	4º-EFB4.2.1 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.	Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.2	4º-EFB4.2.2 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias	Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.	CAA CSIEE

	específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.	específicas das actividades de cooperación  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19				INSTRUMENTOS: Lista de control.	
EF-B4.2	4º-EFB4.2.3 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición  NON SE TRABALLARÁ POLA COVID19		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.2	4º-EFB4.2.4 - Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	Aplica solucións técnico-tácticas variadas		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA CSIEE
EF-B4.2	4º-EFB4.2.5 - Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.	Xustifica as decisións tomadas na práctica		X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CAA CSIEE

EF-B4.2	4º-EFB4.2.6 - Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores		X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CAA CSIEE
EF-B.4.1	3º-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 esfuerzo en función das súas posibilidades.	Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Lista de control. Posta en común.	CAA, CSIEE
EF-B4.3	4º-EFB4.3.1 - Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.		X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC CMCT
EF-B4.3	4º-EFB4.3.2 - Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida	Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC CMCT
EF-B4.3	4º-EFB4.3.3 - Demostra hábitos	Demostra hábitos e	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais	CSC CMCT



	e actitudes de conservación e protección ambiental.	actitudes de conservación e protección ambiental.				cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común.	
--	---	---	--	--	--	---	--

**TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO. GRAO MÍNIMO DE CONSECUCCIÓN E COMPETENCIAS CLAVE.**

<b>CURSO</b>	1º BACHARELATO
--------------	----------------

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)*	
EF-B1.1	1º-EF-B1.1.1 - Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios	Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.1	1º-EF-B1.1.2 - Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa	Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Posta en común.	CSC

	corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas						
EF-B1.2	1º-EF-B1.2.1 - Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo	Prevé os riscos asociados ás actividades	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSIEE
EF-B1.2	1º-EF-B1.2.2 - Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas	Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSIEE
EF-B1.2	1º-EF-B1.2.3 - Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo	Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSIEE
EF-B1.3	1º-EF-B1.3.1 - Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas	Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC
EF-B1.3	1º-EF-B1.3.2 - Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa	Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo,	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CSC

	participación e respectando as diferenzas						
EF-B1.4	1º-EF-B1.4.1 - Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia	Aplica criterios axeitados de procura de información	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CD, CCL
EF-B1.4	1º-EF-B1.4.2 - Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión	Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CD, CCL
EF-B2.1	1º-EF-B2.1.1 - Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas	Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das montaxes artísticas expresivas			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CCEC
EF-B2.1	1º-EF-B2.1.2 - Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva	Representa montaxes de expresión corporal colectivas,			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CCEC

EF-B2.1	1º-EF-B2.1.3 - Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo	Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CCEC
EF-B3.1	1º-EF-B3.1.1 - Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde	Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva.</p>	CMCT
EF-B3.1	1º-EF-B3.1.2 - Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde	Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.1	1º-EF-B3.1.3 - Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física	Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.1	1º-EF-B3.1.4 - Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de	Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CMCT

	actividades						
EF-B3.2	1º-EF-B3.2.1 - Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características e dos seus intereses persoais	Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.2	1º-EF-B3.2.2 - Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora	Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas como requisito previo para a súa mellora	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.2	1º-EF-B3.2.3 - Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade	Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B3.2	1º-EF-B3.2.4 - Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física,	Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física,	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT

	conjugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade						
EF-B3.2	1º-EF-B3.2.5 - Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado	Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CMCT
EF-B3.2	1º-EF-B3.2.6 - Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas	Pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Diario de clase.</p>	CMCT
EF-B4.1	1º-EF-B4.1.1 - Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses	Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.1	1º-EF-B4.1.2 - Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións	Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE, CSC

	colectivas						
EF-B4.1	1º-EF-B4.1.3 - Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo	Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.1	1º-EF-B4.1.4 - Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios	Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios		X		<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.2	1º-EF-B4.2.1 - Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición	Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE
EF-B4.2	1º-EF-B4.2.2 - Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén	Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control.</p>	CAA, CSIEE, CSC
EF-B4.2	1º-EF-B4.2.3 -	Desempeña as		X	X	PROCEDEMENTOS:	CAA,

	Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo	funcións que lle corresponden, nos sistemas postos en práctica				Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CSIEE, CSC
EF-B4.2	1º-EF-B4.2.4 - Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas	Valora a oportunidade e o risco das súas accións		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA, CSIEE
EF-B4.2	1º-EF-B4.2.5 - Formula estratexias ante as situacións de oposición ou de colaboración-oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes	Formula estratexias ante as situacións de oposición		X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.  INSTRUMENTOS: Lista de control.	CAA, CSIEE



**TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO.  
GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN E COMPETENCIAS CLAVE.**

<b>CURSO</b>	1º Bachelarelato
<b>ÁREA</b>	Anatomía Aplicada

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)	
<b>Bloque 1: As características do movemento</b>							
AA-B1.1	AAB1.1.1 - Recoñece e enumera os elementos da acción motora e os factores que interveñen nos mecanismos de percepción, decisión e execución de determinadas accións motoras.	Recoñece e enumera os elementos da acción motora.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B1.1	AAB1.1.2. Identifica e describe a relación entre a execución dunha acción motora e a súa finalidade.	Identifica a relación entre a execución dunha acción motora e a súa finalidade.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B1.2	AAB1.2.1. Detecta as características da execución de accións motoras propias das actividades artísticas.	Detecta as características da execución de accións motoras	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B1.2	AAB1.2.2. Propón modificacións das características dunha execución para cambiar o seu compoñente expresivo-comunicativo.	Propón modificacións das características dunha execución.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT CSIEE

AA-B1.2	AAB1.2.3. Argumenta a contribución das capacidades coordinativas ao desenvolvemento das accións motoras.	Argumenta a contribución das capacidades coordinativas nas accións motoras.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
---------	---	---	---	---	---	--	-------

### Bloque 2: Organización básica do corpo humano

AA-B2.1	AAB2.1.1. Diferencia os niveis de organización do corpo humano.	Diferencia os niveis de organización do corpo humano.	X			<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B2.1	AAB2.1.2. Describe a organización xeral do corpo humano utilizando diagramas e modelos.	Describe a organización xeral do corpo humano	X			<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B2.1	AAB2.1.3. Especifica as funcións vitais do corpo humano, sinalando as súas características máis salientables.	Especifica as funcións vitais do corpo humano	X			<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B2.1	AAB2.1.4. Localiza os órganos e os sistemas, e relaciónaos coas súas funcións.	Localiza os órganos e os sistemas	X			<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT

### Bloque 3: O sistema locomotor

AA-B3.1	AAB3.1.1. Describe a estrutura e a función do sistema esquelético en relación coa mobilidade do corpo humano.	. Describe a estrutura e a función do sistema esquelético	X			<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B3.1	AAB3.1.2. Identifica o tipo de óso vinculándoo coa súa función.	Identifica o tipo de óso vinculándoo coa súa función.	X			<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p>	CMCCT

						INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	
AA-B3.1	AAB3.1.3. Diferencia os tipos de articulacións en relación coa mobilidade que permiten.	Diferencia os tipos de articulacións en relación coa mobilidade	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B3.1	AAB3.1.4. Describe a estrutura e a función do sistema muscular, identificando a súa funcionalidade como parte activa do sistema locomotor.	Describe a estrutura e a función do sistema muscular	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT
AA-B3.1	AAB3.1.5. Diferencia os tipos de músculo en relación coa súa función.	Diferencia os tipos de músculo en relación coa súa función.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT
AA-B3.1	AAB3.1.6. Describe a fisioloxía e o mecanismo da contracción muscular.	Describe o mecanismo da contracción muscular.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B3.2	AAB3.2.1. Interpreta os principios da mecánica e da cinética, aplicándoos ao funcionamento do aparello locomotor e ao movemento.	Interpreta os principios da mecánica, aplicándoos ao funcionamento do aparello locomotor.	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B3.2	AAB3.2.2. Identifica os ósos, as articulacións e os músculos principais implicados en diversos movementos, utilizando a terminoloxía axeitada.	Identifica os ósos, as articulacións e os músculos principais implicados en diversos movementos.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT CCL
AA-B3.2	AAB3.2.3. Relaciona a estrutura muscular	Relaciona a estrutura muscular coa súa función na execución dun movemento.	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.	CMCCT

	coa súa función na execución dun movemento e as forzas que actúan neste.					INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	
AA-B3.2	AAB3.2.4. Relaciona diferentes tipos de pancas coas articulacións do corpo humano e coa participación muscular nos seus movementos.	Relaciona diferentes tipos de pancas coas articulacións do corpo humano.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT
AA-B3.2	AAB3.2.5. Clasifica os principais movementos articulares en función dos planos e dos eixes do espazo.	Clasifica os principais movementos articulares en función dos planos e dos eixes do espazo.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT
AA-B3.2	AAB3.2.6. Argumenta os efectos da práctica sistematizada de exercicio físico sobre os elementos estruturais e funcionais do sistema locomotor, en relación coas actividades artísticas e os estilos de vida.	Argumenta os efectos da práctica sistematizada de exercicio físico sobre os elementos estruturais e funcionais do sistema locomotor.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B3.3	AAB3.3.1. Identifica as alteracións máis importantes derivadas do mal uso postural e propón alternativas saudables.	Identifica as alteracións máis importantes derivadas do mal uso postural.	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B3.3	AAB3.3.2. Controla a súa postura e aplica medidas preventivas na execución de movementos propios das actividades artísticas, e valora a súa influencia na saúde	Controla a súa postura e aplica medidas preventivas na execución de movementos propios.	X			PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT CSIEE
AA-B3.4	AAB3.4.1. Identifica as principais patoloxías e lesións relacionadas co	Identifica as principais patoloxías e lesións relacionadas co sistema locomotor.	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS:	CMCCT

	sistema locomotor nas actividades artísticas, e xustifica as súas causas principais.					Proba obxectiva. Posta en común	
AA-B3.4	AAB3.4.2. Analiza posturas e xestos motores das actividades artísticas, aplicando os principios de ergonomía, e propón alternativas para traballar de forma segura e evitar lesións.	Analiza posturas e xestos motores das actividades, aplicando os principios de ergonomía.		X		<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT CSIEE

#### Bloque 4: O sistema cardiopulmonar

AA-B4.1	AAB4.1.1. Describe a estrutura e a función dos pulmóns, detallando o intercambio de gases que ten lugar neles e a dinámica de ventilación pulmonar asociada.	Describe a estrutura e a función dos pulmóns, detallando o intercambio de gases que ten lugar neles.		X		<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B4.1	AAB4.1.2. Describe a estrutura e a función do sistema cardiovascular, explicando a regulación e a integración de cada compoñente.	Describe a estrutura e a función do sistema cardiovascular.		X		<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B4.1	AAB4.1.3. Relaciona o latexo cardíaco, o volume e a capacidade pulmonar coa actividade física asociada a actividades artísticas de diversa índole.	Relaciona o latexo cardíaco, o volume e a capacidade pulmonar coa actividade física.		X		<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B4.2	AAB4.2.1. Identifica os órganos respiratorios implicados na declamación e no canto.	Identifica os órganos respiratorios implicados na declamación.		X		<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B4.2	AAB4.2.2. Identifica a estrutura anatómica do aparello de fonación.	Identifica a estrutura anatómica do aparello de fonación.		X		<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p>	CMCCT

	fonación, e describe as interaccións entre as estruturas que o integran.					INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.		
AA-B4.2	AAB4.2.3. Identifica as principais patoloxías que afectan o sistema cardiopulmonar en relación coas causas máis habituais e cos seus efectos nas actividades artísticas.	Identifica as principais patoloxías que afectan o sistema cardiopulmonar en relación coas causas máis habituais.			X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT	
AA-B4.2	AAB4.2.4. Identifica as principais patoloxías que afectan o aparello de fonación en relación coas causas máis habituais.	Identifica as principais patoloxías que afectan o aparello de fonación.			X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT	
AA-B4.2	AAB4.2.5. Recoñece hábitos e costumes saudables para o sistema cardiorrespiratorio e o aparello de fonación, nas accións motoras inherentes ás actividades artísticas corporais e na vida cotiá.	Recoñece hábitos saudables para o sistema cardiorrespiratorio e o aparello de fonación, nas accións motoras e na vida cotiá.			X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT	
<b>Bloque 5: O sistema de achega e utilización de enerxía</b>								
AA-B5.1	AAB5.1.1. Describe os procesos metabólicos de produción de enerxía polas vías aeróbica e anaeróbica, e xustifica o seu rendemento enerxético e a súa relación coa intensidade e a duración da actividade.	Describe os procesos metabólicos de produción de enerxía polas vías aeróbica e anaeróbica.			X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT
AA-B5.1	AAB5.1.2. Xustifica o papel do ATP como transportador da enerxía libre, asociándoo coa subministración continua e adaptada	Xustifica o papel do ATP como transportador da enerxía libre.			X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta	CMCCT

	ás necesidades do corpo humano.					en común	
AA-B5.1	AAB5.1.3. Identifica tanto os mecanismos fisiolóxicos que conducen a un estado de fatiga física como os mecanismos de recuperación.	Identifica os mecanismos fisiolóxicos que conducen a un estado de fatiga física.		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B5.2	AAB5.2.1. Identifica a estrutura dos aparellos e dos órganos que interveñen nos procesos de dixestión e absorción dos alimentos e nutrientes, en relación coas súas funcións en cada etapa	Identifica a estrutura dos aparellos e dos órganos que interveñen nos procesos de dixestión e absorción dos alimentos e nutrientes.		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B5.2	AAB5.2.2. Distingue os procesos que interveñen na dixestión e na absorción dos alimentos e dos nutrientes, vinculándoos coas estruturas orgánicas implicadas en cada un.	Distingue os procesos que interveñen na dixestión e na absorción dos alimentos e dos nutrientes.		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B5.3	AAB5.3.1. Discrimina os nutrientes enerxéticos dos non enerxéticos, en relación cunha dieta sa e equilibrada.	Discrimina os nutrientes enerxéticos dos non enerxéticos, en relación cunha dieta sa e equilibrada.		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B5.3	AAB5.3.2. Relaciona a hidratación co mantemento dun estado saudable, calculando o consumo de auga diario necesario en distintas circunstancias ou actividades.	Relaciona a hidratación co mantemento dun estado saudable.		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B5.3	AAB5.3.3. Elabora dietas equilibradas, calculando o	Elabora dietas equilibradas, calculando o balance enerxético entre inxestión e		X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos</p>	CMCCT

	balance enerxético entre inxestión e actividade, e argumenta a súa influencia na saúde e no rendemento físico.	actividade.				alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	
AA-B5.3	AAB5.3.4. Recoñece hábitos alimentarios saudables e prexudiciais para a saúde, e saca conclusións para mellorar o benestar persoal.	Recoñece hábitos alimentarios saudables e prexudiciais para a saúde.		X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B5.4	AAB5.4.1. Identifica os principais trastornos do comportamento nutricional e argumenta os efectos que teñen para a saúde.	Identifica os principais trastornos do comportamento nutricional e argumenta os efectos que teñen para a saúde.		X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT
AA-B5.4	AAB5.4.2. Recoñece os factores sociais, incluíndo os derivados do propio traballo artístico que conducen á aparición nos trastornos do comportamento nutricional.	Recoñece os factores sociais, que conducen á aparición nos trastornos do comportamento nutricional.		X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CSC
<b>Bloque 6: Os sistemas de coordinación e de regulación</b>							
AA-B6.1	AAB6.1.1. Describe a estrutura e as función dos sistemas implicados no control e na regulación da actividade do corpo humano, establecendo a asociación entre eles.	Describe a estrutura e as función dos sistemas implicados no control e na regulación da actividade do corpo humano.			X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.	CMCCT
AA-B6.1	AAB6.1.2. Recoñece as diferenzas entre os movementos reflexos e os voluntarios, asociándoos ás estruturas nerviosas implicadas neles.	Recoñece as diferenzas entre os movementos reflexos e os voluntarios.			X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as  INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común	CMCCT



AA-B6.1	AAB6.1.3. Interpreta a fisioloxía do sistema de regulación, indicando as interaccións entre as estruturas que o integran e a execución de actividades artísticas.	Interpreta a fisioloxía do sistema de regulación.			X	<p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT
AA-B6.2	AAB6.2.1. Describe a función das hormonas e o importante papel que xogan na actividade física.	Describe a función das hormonas e o importante papel que xogan na actividade física.			X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B6.2	AAB6.2.2. Analiza o proceso de termorregulación e de regulación de augas e sales en relación coa actividade física.	Analiza o proceso de termorregulación e de regulación de augas e sales.			X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común.</p>	CMCCT
AA-B6.2	AAB6.2.3. Valora os beneficios do mantemento dunha función hormonal para o rendemento físico do/da artista.	Valora os beneficios do mantemento dunha función hormonal para o rendemento físico.			X	<p>PROCEDEMENTOS: Probas específicas. Intercambios orais cos alumnos/as</p> <p>INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. Posta en común</p>	CMCCT

#### Bloque 7: Expresión e comunicación corporal

AA-B7.1	AAB7.1.1. Recoñece e explica o valor expresivo, comunicativo e cultural das actividades practicadas como contribución ao desenvolvemento integral da persoa.	Recoñece o valor expresivo, comunicativo e cultural das actividades físico/artísticas.			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CSC CCEC
AA-B7.1	AAB7.1.2. Recoñece e explica o valor social das actividades artísticas corporais, desde o punto de vista tanto de practicante como de espectador.	Recoñece o valor social das actividades artísticas corporais.			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CSC CCEC
AA-B7.2	AAB7.2.1. Identifica os elementos	Identifica os elementos básicos do corpo e o			X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación</p>	CCEC

	básicos do corpo e o movemento como recurso expresivo e de comunicación.	movemento como recurso expresivo e de comunicación.				sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	
AA-B7.2	AAB7.2.2. Utiliza o corpo e o movemento como medio de expresión e de comunicación, e valora o seu valor estético.	Utiliza o corpo e o movemento como medio de expresión e de comunicación.			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	
AA-B7.3	AAB7.3.1. Conxuga a execución dos elementos técnicos das actividades de ritmo e expresión ao servizo da intencionalidade.	Executa os elementos técnicos das actividades de ritmo e expresión.			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC
AA-B7.3	AAB7.3.2. Aplica habilidades específicas expresivo-comunicativas para enriquecer as posibilidades de resposta creativa.	Aplica habilidades específicas expresivo-comunicativas.			X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CCEC CSIEE

#### Bloque 8: Elementos comunes

AA-B8.1	AAB8.1.1. Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada e aplicando criterios de procura que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia.	Compila información, utilizando as tecnoloxías da información e da comunicación, de forma sistematizada e aplicando criterios de procura que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CD CAA
AA-B8.1	AAB8.1.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou difusión.	Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CCL CD
AA-B8.2	AAB8.2.1. Aplica unha metodoloxía científica na formulación e na resolución de problemas sinxelos	Aplica unha metodoloxía científica na formulación e na resolución de problemas sinxelos.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática INSTRUMENTOS: Lista de control	CMCCT CAA

	sobre algunas funciones importantes da actividade artística.						
AA-B8.2	AAB8.2.2. Aмосa curiosidade, creatividade, actividade indagadora e espírito crítico, e recoñece que son trazos importantes para aprender a aprender.	Aмосa actividade indagadora e recoñece é importante para aprender a aprender.				<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CAA CSIEE
AA-B8.2	AAB8.2.3. Coñece e aplica métodos de investigación que permitan desenvolver proxectos propios.	Aplica métodos de investigación que permitan desenvolver proxectos propios.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CAA CMCCT CSIEE
AA-B8.3	AAB8.3.1. Participa na planificación das tarefas, asumindo o traballo encomendado, e comparte as decisións tomadas en grupo.	Participa na planificación das tarefas e asume o traballo encomendado.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CAA CSIEE
AA-B8.3	AAB8.3.2. Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras, e apoia o traballo das demais persoas.	Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros.	X	X	X	<p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática</p> <p>INSTRUMENTOS: Lista de control</p>	CAA CSC

## 5. CONCRECCIÓNS METODOLÓXICAS.

As estratexias didácticas utilizadas para a consecución das competencias, deben empezar ao principio da etapa coa utilización preferentemente de estilos de ensinanza donde o profesorado tome a maior parte das decisións do proceso de ensino aprendizaxe. Pouco a pouco e de maneira progresiva, o profesorado dotará ao alumno/a das ferramentas necesarias para que, cando remate a etapa obrigatoria adquira certas cotas de autonomía que lle permitan tomar decisión e xestionar a súa propia condición física. Nestes últimos cursos da etapa utilizaranse estilos de ensinanza nos cales o profesor cederá o protagonismo que había adquirido nunha primeira fase e o seu papel será de guía e asesor do proceso. No momento no que o alumnado síntese participe do seu propio proceso de aprendizaxe, aumenta a súa motivación e permite que mellore o clima de clase. Así, por exemplo, nun primeiro curso o alumnado recopila exercicios adecuados para a parte xeral dun quecemento dos postostos polo profesorado, en segundo diferenza o que é un quecemento xeral dun específico, en terceiro danse as pautas para a súa elaboración e deseño, en cuarto elabora e dirixe para un pequeno grupo de compañeiros e por último en 1º de bach., elabora e dirixe ese quecemento orientado en función da actividade posterior a realizar. O alumnado pois, estará en condicións de aprender e consolidar unha ampla gama de habilidades humanas coas cales relacionarse en entornos artificiais ou naturais e con diferentes instrumentos técnicos. A culminación de este proceso é a participación do alumnado de forma reflexiva e responsable en numerosos aspectos da programación como selección de tarefas e medios a utilizar, organización de actividades, ata chegar a planificar a súa propia actividade física. Así será capaz, por exemplo, de organizar un torneo de calqueira disciplina deportiva, elaborar una coreografía musical e realizar un plan de mellora das súas capacidades físicas relacionadas coa salud.

Imos facer un breve resumen da metodoloxía a empregar ao longo de todo o curso. Aínda que matizada vai en cada unha das unidades didácticas, na programación de aula.

Comenzaremos polos estilos de ensinanza. En canto a estes, o noso departamento non contempla un único estilo coma o ideal ou o aplicable a toda nosa programación, senon que se irá utilizando o máis apropiado para cada unidade didáctica en función das nosas necesidades puntuais; e incluso varios estilos dentro dunha mesma unidade didáctica ou dentro dunha mesma sesión: mando directo, sobre todo nas partes analíticas; descubremento guiado, para que os alumnos/as, por sí mesmos, vaian orientando a súa aprendizaxe; ensinanza recíproca cando o traballo por parexas o requira. O descubrimento guiado será o estilo mais usado e que que ter mais relevancia en base ao novo prantexamento, partindo todo dos criterios de avaliación/estándares de aprendizaxe.

Outro tanto do mesmo pódese decir no que fai referencia ao tipo de comunicación ou ao tipo de práctica. Sen considerar ningunha coma exclusiva, en cada momento acudirase a que consideremos máis apropiada. Recurrirase, eso sí, sempre que sexa posible e a circunstancia o requira, a demostración por parte do profesor. Os feedbacks serán principalmente individuais e directos por parte do profesor, excepto nos casos de erros xerais do grupo nos que se dará unha información a toda a clase. Cando se empleen tarefas que requiran do estilo de ensinanza recíproca, estes feedbacks serán dados de alumno/a a alumno/a.

Estas concrecións son referidas as materias de educación física e promoción de estilos de vida saudables.

As que exponemos a continuación son referidas a materia de anatomía aplicada.

A metodoloxía adecuada para desenvolver a materia de Anatomía aplicada no Bacharelato será aquela que potencie a capacidade de autoaprendizaxe no alumnado, traballar en equipo, aplicar métodos adecuados de investigación e que poida establecer a conexión entre os coñecementos teóricos e a súas aplicacións prácticas.

Propóñense as seguintes estratexias metodolóxicas de cara ao proceso de ensinanza-aprendizaxe:

Crear na aula un clima que favoreza as aprendizaxes significativas, que desenvolva o interese pola materia e os seus estudos posteriores, que permita a interacción entre iguais e entre o profesorado e alumnado como base para o desenvolvemento integral como persoas.

Ter en conta as ideas previas do alumnado para o deseño e secuencia de actividades. Facilitar a construción de aprendizaxes cooperativas que propicien o cambio conceptual, metodolóxico e actitudinal.

O alumnado traballará a partires de material elaborado polo profesor.

De cada tema explicaranse os principais conceptos. Os alumnos tomarán os seus correspondentes apuntamentos e realizarán as preguntas que crean oportunas para a súa correcta comprensión.

Empregaránse, sempre que sexa posible, medios audiovisuais: vídeos, presentacións, atlas dixitais. Posteriormente realizaránse resúmenes, cuestionarios, esquemas.

Empregarase a informática sempre que se dispoña dalgún programa informático útil para traballar algún contido (simulacións, debuxos, láminas de anatomía, etc.) Asimesmo como parte importante da tecnoloxía actual daránse contidos teóricos e prácticos sobre a utilización da información existente en internet e a súa utilización para realizar traballos e presentacións informáticas dos mesmos..

No caso de que teñamos que impartir docencia on line traballaremos do seguinte xeito:

- Educación Física: utilizaremos o cisco webex, o correo da consellería de educación e o blog da materia, para traballar como asesores de entramento persoal físico e psicolóxico do alumnado. O alumnado fará achegas dos seus entramentos a través de estos medios. Deste xeito desenvolveremos os estándares de aprendizaxe relacionados coa progresión no eido da condición física e saúde, dando un asesoramiento físico, de alimentación e mental a todo o alumnado.
- Anatomía aplicada: utilizaremos estos mesmos medios antes sinalados para seguir co progreso no proceso de ensinanza aprendizaxe. Colgaremos os temas na aula virtual e o alumnado fará un traballo sobre o mesmo que entregará a través do correo electrónico. Si se dese a circunstancia de ter que facer o traballo de investigación on line, o alumnado preparará o mesmo deste xeito. Fará un power point sobre a temática e grabarase coa súa voz explicando o mesmo mentras este se proxecta de fondo.

## **6. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS.**

Utilizaranse tódolos recursos materiais que temos a disposición no departamento. Contamos cun inventario de material, posto en marcha no curso 2016/2017, que vamos renovando e actualizando cando vai sendo necesario. É de agradecer a boa disposición da dirección do centro para facilitar en todo momento a posta en marcha do departamento. Respecto as tecnoloxías da información e comunicación o departamento conta cun portátil, un canón de proxección e un altavoz, están nun carro para o seu uso no ximnasio. Todo isto co fin de poder desenvolver de xeito adecuado as distintas tarefas prantexadas para conquistar os distintos estándares de aprendizaxe.

Respecto as instalacións contamos cun ximnasio e un pabillón. Son moi antigas e requiren dun traballo de mantemento. Este ano acometéronse melloras de aillamento que contamos que se noten moito no ximnasio. Tamén se traballou na optimización do almacén, é pequeno, e necesita dunha boa distribución para ter todo o material organizado e que sexa operativo no día a día. Cabe destacar como fortaleza das instalacións: que o ximnasio é anexo ao edificio de

aulas, e que por outra banda o pabillón conta cunha cortina de división. De necesitarse poderíanse dar dúas clases a vez nesa instalación.

Traballamos ano a ano na mellora e mantemento destes recursos, tanto materiais coma didácticos.

Estes materiais e recursos didácticos son referidos a materia de educación física. E este curso académico por mor da covid-19, non se usarán polo risco da manipulación e a súa desinfección, salvo en circunstancias excepcionais. Así como tampouco poderá ser usado o ximnasio, xa que é aula dun primeiro de eso.

Os que expoñemos a continuación son referidos a materia de anatomía aplicada.

Non se empregará libro de texto. O material didáctico necesario será proporcionado polo profesor responsable da materia.

Os materiais e recursos que axudarán a conquistar os estándares de aprendizaxe, son: libros de consulta e lectura para a procura de información, presentacións de power point, atlas dixitais, preparación de apuntes, webs temáticas, vídeos anatómicos, revistas científicas, artigos de prensa...

As instalacións do centro: aulas, aula de informática, biblioteca...Material do laboratorio. Este curso académico pola covid-19, todo o proceso de ensinanza aprendizaxe terá lugar na aula de referencia.

Ordenador de aula con canón para a reprodución de todo o material que fose necesario.

Os estilos de ensinanza serán según o momento o mando directo, o descubrimento guiado e a ensinanza recíproca.

## **7. CRITERIOS SOBRE A AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN DO ALUMNADO.**

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

Toda a programación en base ao novo marco legislativo vértase en torno aos criterios de avaliación, que veñen determinados polo decreto 86/2015. E na orde do 15 de xullo de 2015 polo que respecta a promoción de estilos de vida saudables. Xa non os repetimos aquí, porque están reflectidos nas táboas do punto 4.

### CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN

Avaliaremos a asignatura de educación física en tres partes en cada trimestre.

Cualificación correspondente aos estándares de aprendizaxe que miden a súa consecución con preguntas orais e escritas, a través dos instrumentos proba obxectiva e posta en común. Tal e como indicamos nas taboas do punto 4. Isto contará un 20% do total da nota en educación física.

A cualificación correspondente aos estándares de aprendizaxe que se refiren a execucións eminentemente prácticas a través do instrumento listas de control. Tal e como indicamos nas taboas do punto 4. Isto contará un 60% da nota en educación física.

E por último a cualificación correspondente aos estándares de aprendizaxe que teñen que ver con aspectos actitudinais, valorada a súa consecución co diario de clase. Tal e como indicamos nas taboas do punto 4. Isto contará un 20% do total da nota en educación física.

Cada unha destas partes puntuará por separado e farase unha media aritmética coa nota das tres. Contando respectivamente ao total da nota un 20%, 60% e 20% en educación física. Para obter a mínima cualificación de 5 na avaliación ordinaria ou extraordinaria e como consecuencia poder promocionar, non poderán quedar sen conquistar os mínimos exhibibles dos estándares de aprendizaxe en cada un dos tres apartados. O

resultado acadado na terceira avaliación, será, como mínimo a nota da avaliación ordinaria de xuño, xa que a avaliación é continua e formativa.

No caso de que algún alumno/a non poida realizar a parte práctica da clase con carácter temporal ou permanente obterá a súa nota práctica a través dun ou de varios dos seguintes ítems:

- Realización de traballos, usando as novas tecnoloxías, relacionados coas propostas didácticas que se están traballando para expoñer aos seus compañeiros.
- Elaboración de apuntes de clase con novas tecnoloxías.
- Participación nas actividades deportivas realizando o arbitraje/colaboración dos partidos/tarefas que xoguen os seus compañeiros.
- Dirección de actividades: xogos, estiramientos, exercicios de relaxación.
- En tódolos traballos de expresión corporal, con pequenas adaptacións, poden participar case que sen limitacións.
- Elaboración da ficha de sesión.

Por último sinalar que a avaliación extraordinaria constará dunha única proba, con dúas partes, unha obxectiva e outra motriz. Ámbalas dúas estarán referidas ao grado mínimo de consecución dos estándares de aprendizaxe que non conquerise en xuño. O alumno/a será informado deles e da proba en concreto que terá que facer para elo en cada caso correspondente.

Respecto a materia de anatomía aplicada, divídese tamén en tres avaliacións. Cada avaliación comprenderá os bloques de contidos en que se divide a materia que veñen reflexados na temporalización do curso. En cada avaliación faranse dúas probas obxectivas dos temas traballados no trimestre e en cada unha delas detallarase o valor de cada unha das preguntas propostas. Dado que a gran maioría dos estándares de aprendizaxe son de contido teórico, as dúas probas obxectivas por trimestre serán un 70% da nota, a nota media das dúas probas debe ser dun 5 para liberar materia de cara a avaliación seguinte. O 30% restante da nota de cada trimestre corresponderá a un traballo de investigación sobre a temática proposta en clase. Este 30% de nota sumará ao conquerido a través dos estándares de aprendizaxe teóricos.

De non chegar a nota media dun 5 entre as dúas probas obxectivas feitas no trimestre, teremos unha recuperación a comezos da avaliación seguinte para poder liberar a materia, de non conquerir o 5 tampouco nesta ocasión. A materia quedará pendente para a recuperación final de xuño.

A nota da avaliación ordinaria será unha media aritmética da nota dos tres trimestres.

Se a materia non se supera na avaliación ordinaria. Na avaliación extraordinaria faremos unha proba obxectiva que abranguerá todo o traballado no curso ordinario.

## **8. INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE.**

Indicadores empregados na reflexión do grupo:

- Houbo adecuación de obxectivos, contidos e criterios de avaliación á realidade do alumnado
- A avaliación da materia incluíu o grao de desenvolvemento das competencias clave
- A metodoloxía empregada foi coherente cos obxectivos previstos

- Aplicáronse as medidas de atención á diversidade
- As aprendizaxes do alumnado con relación ao previsto se cumpriron
- O grao de desenvolvemento da programación docente foi completa
- O resultado global da avaliación do grupo é positiva
- O grao de coordinación entre o equipo docente é o correcto.

<b>1.- Avaliación do proceso de ensino e de práctica docente</b>	escala			
(Indicadores de logro)				
<b>Proceso de ensino:</b>	1	2	3	4
1.- O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado?				
2.- Conseguiuse crear un conflito cognitivo que favoreza a aprendizaxe?				
3.- Conseguiuse motivar para incentivar a súa actividade intelectual e física?				
4.- Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado?				
5.- Contouse co apoio e implicación das familias no traballo do alumnado?				
6.- Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado?				
7.- Tomouse algunha medida curricular para atender ao alumnado con NNEEEE?				
8.- Tomouse algunha medida organizativa para atender ao alumnado con NNEEEE?				
9.- Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado?				
10.- Usáronse distintos instrumentos de avaliación?				
11.- Dáse un peso real á observación do traballo na aula?				
12.- Valorouse adecuadamente o traballo colaborativo do alumnado dentro do grupo?				

<b>Práctica docente:</b>	1	2	3	4
1.- Como norma xeral fanse explicacións xerais para todo o alumnado				
2.- Ofrécese a cada alumno/a as explicacións individualizadas que precisa?				
3.- Elabóranse actividades de distinta dificultade atendendo á diversidade				
4.- Elabóranse probas de avaliación de distinta dificultade para os alumnos con NNEEEE?				
5.- Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas en función dos temas a tratar?				
6.- Intercálase o traballo individual e en equipo?				
5.- Poténcianse estratexias de animación á lectura e de comprensión e expresión oral?				
6.- Incorporáanse ás TIC aos procesos de ensino – aprendizaxe				
7.- Préstase atención aos temas transversais?				
8.- Ofrécese ao alumnado de forma inmediata os resultados das probas/exames, etc?				
9.- Coméntase co alumnado os fallos máis significativos das probas /exames, etc?				
10.- Dáselle ao alumnado a posibilidade de visualizar e comentar os seus fallos?				
11.- Cal é o grao de implicación nas funcións de titoría e orientación do profesorado?				
12.- Realizáronse as ACS propostas e aprobadas?				
13.- As medidas de apoio, reforzo, etc, establécense vinculadas aos estándares				
14.- Avaliase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación, ampliación,.. ?				



## **9. ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DE PENDENTES.**

Traballamos con avaliación continua e formativa nas dúas materias.

En educación física, non haberá recuperacións durante o curso. O simple feito de poñerse ao día e ir aprobando nos seguintes trimestres fará que recuperes os anteriores.

En anatomía aplicada sí teremos unha recuperación por trimestre e tamén unha recuperación final de toda a materia, en xuño, de ser necesaria.

### **PROBAS EXTRAORDINARIAS**

Sinalar que no caso de educación física a avaliación extraordinaria constará dunha proba, que terá dúas partes, unha obxectiva e outra motriz. Ámbalas dúas estarán referidas ao grado mínimo de consecución dos estándares de aprendizaxe que non conqueren en xuño. O alumno/a será informado deles e da proba en concreto que terá que facer para elo en cada caso correspondente.

En anatomía aplicada a proba extraordinaria será unha proba obxectiva que avaliará os mínimos de tódolos estándares de aprendizaxe da materia.

### **AVALIACIÓN DE PENDENTES**

Tendo en conta que os criterios de avaliación e os estándares de aprendizaxe xa están reflectidos con anterioridade. A continuación tan só sinalamos que en base a temporalización xa sinalada, o alumnado terá dereito a ir superando en cada trimestre o mínimo exigible de cada estándar de aprendizaxe, en probas que irá facendo dentro do seu grupo clase para ir “liberando” materia. En anatomía aplicada poderá vir ao grupo de referencia a facer as probas obxectivas.

Os alumnos/as que superen con éxito este proceso xa terán recuperada a materia. No caso de que non sexa así, aínda terán a posibilidade de presentarse a proba de pendentes que se celebrará en maio. Constará dunha proba global (obxectiva e motriz) que incluírá os mínimos exigibles dos estándares de aprendizaxe para o curso correspondente. No caso de anatomía aplicada, tan só será unha proba obxectiva que incluírá os mínimos exigibles dos estándares de aprendizaxe da materia.

## **10. ORGANIZACIÓN DOS PROCEDIMENTOS QUE LLE PERMITAN AO ALUMNADO ACREDITAR OS COÑECEMENTOS NECESARIOS EN DETERMINADAS MATERIAS, NO CASO DO BACHARELATO.**

Non é de aplicación.

## **11. DESEÑO DA AVALIACIÓN INICIAL.**

Ao longo das primeiras sesións do curso, e en tódolos cursos e materias. Iremos facendo preguntas en clase e postas en común para ver o nivel inicial do alumnado respecto ao coñecemento do seu corpo, alimentación e exercicio físico que fan.

Así mesmo, en educación física, pasarase a todo o alumnado a plataforma dafis (datos de actividade física saudable). Con isto teremos datos suficientes para comprobar a situación de partida de cada alumno/a.

En anatomía aplicada faremos un proba obxectiva sobre o tema de xeneralidades de anatomía, o primeiro tema,

## **12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE.**

Consideramos fundamental a adaptación dos recursos dispoñibles, tanto humanos coma materiais, para favorecer a integración e o adecuado progreso no aprendizaxe daqueles alumnos/as con necesidades educativas especiais. Pero a integración debe ser un proceso de ida e volta: por un lado, adecuar as posibilidades aos alumnos/as para a súa integración; por outro lado, incluír no proceso de aprendizaxe do resto dos alumnos/as, contidos referidos a especificidade do seus compañeiros.

Alumnos/as con discapacidade física transitoria ou permanente.

Esta é unha situación específica da nosa área. Distinguiremos aqueles alumnos/as que están limitados para realizar unhas determinadas actividades daqueles que non poden practicar actividade física. Recordamos que non existen os alumnos/as exentos totais, xa que a Educación Física é unha materia obrigatoria, que educa de forma integral ao alumno/a, o que si existe son os exentos dalgunha práctica física concreta e determinada.

Si a discapacidade é grave e impide totalmente a práctica de actividade física, adoptaremos as seguintes medidas:

- Realización de traballos teóricos relacionados coas propostas didácticas que se están traballando para expoñer os seus compañeiros.
- Elaboración de apuntes de clase.
- Participación nas actividades deportivas realizando o arbitraje/colaboración dos partidos/tarefas que xoguen os seus compañeiros.
- Dirección de actividades: xogos, estiramientos, exercicios de relaxación.
- En tódolos traballos de expresión corporal, con pequenas adaptacións, poden participar case que sen limitacións.
- Elaboración da ficha de sesión.

Si a discapacidade é transitoria, propoñemos establecer un programa de traballo individualizado no que realicen as actividades que sexan compatibles durante o tempo da lesión e un programa de reforzo que deben levar a cabo na clase é fora da mesma, para axudarlle na súa recuperación. Distinto según o caso da lesión a recuperar.

## **13. ELEMENTOS TRANSVERSAIS QUE SE TRABALLAN.**

Dende esta materia contribuiremos ao longo de todo o curso ao desenvolvemento dos catros puntos que como elementos transversais sinala o decreto do 25 de Xuño. O último destes catros, especialmente tratado a través do uso da bicicleta. A saber:

1. A comprensión lectora, a expresión oral e escrita, a comunicación audiovisual, as tecnoloxías da información e da comunicación, o emprendemento, e a educación cívica e constitucional.

2. A igualdade efectiva entre homes e mulleres, a prevención da violencia de xénero ou contra persoas con discapacidade, e os valores inherentes ao principio de igualdade de trato e non discriminación por calquera condición ou circunstancia persoal ou social.

Do mesmo xeito, promoveremos a aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto aos dereitos humanos, o respecto por igual aos homes e ás mulleres, e ás persoas con discapacidade, e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto ao Estado de dereito, o respecto e a consideración ás vítimas do terrorismo, e a prevención do terrorismo

e de calquera tipo de violencia. Faraxe referencia específica ao holocausto xudeo ao tratar os ciclos olímpicos e a súa relación coas guerras mundiais.

Evitaranse os comportamentos e os contidos sexistas e os estereotipos que supoñan discriminación por razón da orientación sexual ou da identidade de xénero.

3. Fomentaremos a participación do alumnado en actividades que lle permitan afianzar o espírito emprendedor e a iniciativa empresarial a partir de aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico.

4. No ámbito da educación e a seguridade viaria, promoveranse accións para a mellora da convivencia e a prevención dos accidentes de tráfico, coa finalidade de que os/as alumnos/as coñezan os seus dereitos e deberes como usuarios/as das vías, en calidade de peóns, viaxeiros/as e condutores/as de bicicletas ou vehículos a motor, respecten as normas e os sinais, e se favoreza a convivencia, a tolerancia, a prudencia, o autocontrol, o diálogo e a empatía cos demais. Neste punto en Educación Física, faremos especial fincapé no uso da bicicleta, como vehículo saudable de desprazamento.

#### **14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES.**

Temos dúas actividades no medio natural de certa envergadura e difícil xestión. Estas actividades didácticas son de carácter voluntario, non serán avaliadas de cara a nota do alumnado, pero sí para avaliar a consecución dos aprendizaxes referidos aos estándares traballados e terán un custo económico para o alumno/a. Pertencen ao bloque de contidos de “Xogos e Actividades Deportivas”. Os proxectos de cada unha delas están a disposición de quen queira consultalos na programación xeral anual do instituto. Son: “Deportes de montaña” para 2º de eso, e “Deportes de inverno” para 1º de bacharelato. Non os incluímos eiquí completos pola súa amplitude. Por outra banda e de xeito progresivo temos unha unidade didáctica de orientación no medio en 1º, 3º e 4º de eso. Deste xeito tentaremos conquistar o estándar de aprendizaxe que di “pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables”. Buscaremos no entorno do concello de Marín actividades didácticas para cada un dos cursos, buscando que a de 4º de eso sexa no medio acuático como contorno non estable.

Este curso académico, respetando as medidas sanitarias propostas para previr a covid19, non levaremos a cabo as dúas actividades no medio natural que implican desprazamento e pernocta. Sí tentaremos levar a cabo as actividades didácticas no medio natural que poidamos facer na contorna, sen desprazamentos e de xeito individual mantendo a distancia de seguridade. Estas últimas correspondentes as u.u.d.d. de orientación no medio.

#### **15. MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN.**

##### **Mecanismos de revisión**

Reunións periódicas entre os profesores do departamento de educación física, farase unha valoración a través do mecanismo de avaliación que mostramos a continuación, para certificar o correcto desenvolvemento e cumprimento da programación, en función da valoración dos resultados obtidos polo alumnado. De ser o caso, ao detectar algún problema por ter malas valoracións na escala, tomaranse as medidas oportunas por consenso. Estes acordos quedarán reflexados no libro de actas do departamento. De ser o caso, tamén reflexarase na memoria do departamento e faranse os cambios oportunos na programación de cara ao curso seguinte.

Por outro lado, a valoración do alumnado a través dun cuestionario pechado e anónimo. É fundamental ter o feedback do discente, verdadeiro protagonista do proceso de ensinanza-aprendizaxe.

## Mecanismo de avaliación e modificación

Mecanismo avaliación e modificación de programación didáctica	escala			
(Indicadores de logro)	1	2	3	4
1.- Deseñáronse as unidades didácticas ou temas a partir dos elementos do currículo?				
2.- A temporalización das unidades didácticas ou proxectos foi correcta?				
3.- O desenvolvemento da programación respondeu á secunciación e temporalización?				
4.- Engadiuse algunha proposta didáctica non prevista na programación?				
5.- Foi necesario eliminar algún aspecto da programación?				
6.- Secuenciáronse os estándares para cada unha das unidades didácticas?				
7.- Fixouse un grao mínimo de consecución de cada estándar para superar a materia?				
8.- Asígnouse aos estándares o peso correspondente na cualificación?				
9.- Vinculouse cada estándar a un/varios instrumentos para a súa avaliación?				
10.- Asociouse con cada estándar os temas transversais a desenvolver?				
11.- Fixouse a estratexia metodolóxica común para todo o departamento?				
12.- Estableceuse a secuencia habitual de traballo na aula?				
13.- Son adecuados os materiais didácticos utilizados?				
14.- Deseñouse un plan de avaliación inicial fixando as consecuencias da mesma?				
15.- Elaborouse unha proba de avaliación inicial a partir dos estándares?				
16.- Establecéronse pautas xerais para a avaliación continua?				
17.- Establecéronse criterios para a recuperación dunha avaliación?				
18.- Fixáronse criterios para a avaliación final?				
19.- Establecéronse criterios para a avaliación extraordinaria?				
20.- Establecéronse criterios para o seguimento de materias pendentes?				
21.- Fixáronse criterios para a avaliación desas materias pendentes?				
22.- Elaboráronse os exames tendo en conta o valor de cada estándar?				
23.- Definíronse programas de apoio, recuperación, etc. vinculados aos estándares?				
24.- Leváronse a cabo as medidas específicas de atención ao alumnado con NNEEEE?				
25.- Leváronse a cabo as actividades complementarias e extraescolares previstas?				
26.- Informouse ás familias sobre criterios de avaliación, estándares e instrumentos?				
27.- Seguiuse e revisouse a programación ao longo do curso?				
28.- Usáronse as TIC no desenvolvemento da materia?				

## 16. RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS

### UNIDADES DIDÁCTICAS – EDUCACIÓN FÍSICA

U.D.	1º ESO	U.D.	2º ESO	U.D.	3º ESO
1	O queceamento I	1	O queceamento II	1	Queceamento xeral e específico
2	Condición física I	2	Condición física II	2	Condición física III
3	Primeiros auxilios I	3	Primeiros auxilios II	3	Primeiros auxilios III
4	Imos a xogar	4	Iniciación ao atletismo	4	Baloncesto
5	Balonmán	5	Xogos predeportivos	5	Iniciación aos deportes de raqueta Badminton
6	Actividades ximnásticas	6	Actividades/ Deportes Alternativos	6	Floorball
7	Bailes de salón	7	Móvome con ritmo	7	Aerobic
8	Orientación no medio I	8	Orientación no medio II (deportes de montaña)	8	Orientación no medio III
U.D.	4º ESO	U.D.	1º BACHARELATO		
1	Fundamentos do Queceamento	1	Controlo a planificación da miña condición física		
2	Condición física IV	2	Nutrición e actividade física		
3	Primeiros auxilios IV	3	Voleibol		
4	Planifico e practico beisbol	4	Balonmán		
5	Planifico e practico voleibol	5	H.H.X.X. e Acrosport		
6	H.H.X.X. e Acrosport	6	Bailes e danzas do mundo		
7	Orientación no medio IV	7	Orientación no medio (deportes de inverno)		

### UNIDADES DIDÁCTICAS – ANATOMÍA APLICADA

U.D.	1º BACH.
1	Organización básica do corpo humano
2	O sistema locomotor
3	O sistema cardiopulmonar
4	O sistema de achega e utilización de enerxía
5	O sistema de coordinación e regulación
6	Expresión e comunicación corporal



### LISTA DE CONTROL – SALTO DE ALTURA

CONDUTA	FASE DE CARREIRA EN CURVA	BATIDA PERNA ESQUERDA (DIESTROS)	ESPALDAS AO LISTÓN	TIRÓN DE PERNAS PARA NON DERRIBAR	EFICACIA
BEN 2					
REGULAR 1					
MAL 0					

### LISTA DE CONTROL – BADMINTÓN

CONDUTA	TÉCNICA DE SAQUE	POSICIÓN CENTRAL	GLOBOS/DEIXADAS	GOLPES DE ATAQUE	REVÉS
BEN 2					
REGULAR 1					
MAL 0					

### LISTA DE CONTROL – IOGA-CONTROL POSTURAL

CONDUTA	ASANA SAÚDO AO SOL (Surya Namaskar)	ASANA DA MONTAÑA (Ahdo Mukha Svanasana)	ASANA SOBRE HOMBROS Sarvangasana	HALASANA EI ARADO	ASANA LOTO	ASANA del CAMELLO ou Ustrasana
SEMPRE CORRECTA (1.66)						
AS VECES CORRECTA (1.11)						
NUNCA CORRECTA (0.55)						

### LISTA DE CONTROL – AEROBIC

CONDUTA	UVE-UVE INVERSA	MAMBO MAMBO CRUZADO	LUNGE LATERAL LUNGE ATRÁS PATADA ADELANTE-ATRÁS-LATERAL	STEP TOUCH, DOBLE STEP TOUCH	CHASSÉ JUMPING JACK	CHA-CHA - CHÁ
SEMPRE CORRECTA (1.66)						
AS VECES CORRECTA (1.11)						
NUNCA CORRECTA (0.55)						

### LISTA DE CONTROL – BÉISBOL

CONDUTA	LANZAMENTOS PITCHER	RECEPCIÓNS CATCHER	MOVEMENTOS DOS XARDIÑEIROS	BATEO	CARREIRA ENTRE BASES
BEN 2					
REGULAR 1					
MAL 0					



**LISTA DE CONTROL - CARREIRAS DE ORIENTACIÓN**

	Excelente (4)	Ben (3)	Regular (2)	Mal (1)
Partes do compás				
Identificación da dirección				
Orientación e simboloxía do mapa				

**LISTA DE CONTROL – CONDICIÓN FÍSICA**

	Excelente (4)	Ben (3)	Regular (2)	Mal (1)
Resistencia				
Forza				
Velocidade				
Flexibilidade				

**LISTA DE CONTROL – DEPORTES ALTERNATIVOS**

	Excelente (4)	Ben (3)	Regular (2)	Mal (1)
Traballo da técnica				
Análisis de la práctica				
Elementos conceptuales				
Actitud en la práctica				

**NOTA :** Todas estas listas de control teñen unha lenda para cada ún dos ítems, e o alumnado é informado exhaustivamente da mesma antes de cada avaliación. De feito todo o traballo práctico que se fai no proceso de ensino-aprendizaxe vai totalmente dirixido a acadar o éxito na avaliación a través destas listas de control.