



Departamento de Biología e Xeoloxía

Información básica sobre a programación didáctica

Hábitos de vida saudable - 1º- 2º ESO

Curso 20/21

1.- Introducción

A programación deste curso ven determinada pola situación actual de pandemia da COVID 19 e se adapta as instrucións da Consellería de educación. Ten en conta as modificacións respecto a inclusión de canles que faciliten as aprendizaxes non adquiridos no curso anterior, modificacións na metodoloxía a empregar, na avaliación e a descrición de cales son as aprendizaxes imprescindibles no caso de ensino semipresencial ou non presencial.

As medidas de protección e seguridade na aula condicionan a modificación dos horarios do centro. Os alumnos da ESO teñen horario de mañá e os alumnos de BAC horario de tarde. A dinámica da aula vese condicionada polas limitacións nas interaccións entre o alumnado para a formación de grupos de traballo, uso do laboratorio ou de materiais comúns.

En caso de confinamento de alumnos, de profesores ou de toda a comunidade educativa o curso seguirá en modo virtual.

2.- 1º e 2º ESO: Promoción de hábitos de vida saudable

2.1. Secuenciación e temporalización de contidos

2.1.1. 1ª Avaliación

Avaliación	UNIDADES DIDÁCTICAS			REFERENCIA LIBRO TEXTO	Temporalización		Probas Avaliación
	Tema	Bloque	CONTIDO		Mes	Nº sesións	
1		B1	Bloque 1. Actividade física e saúde				
	1	B1.1.	Actividade física como hábito de vida saudable: como, cando, onde, canta e por que.		Sep	3	X
		B1.2.	Avaliación e análise da postura, da composición corporal e da actividade física saudable realizada.		Oct	3	
	2	B1.3.	Plans e estratexias para o incremento da actividade física diaria e para a redución dos períodos de inactividade.		Nov	3	
		B1.4.	Organización e promoción da práctica de actividade física diaria.		Dec	3	

2.1.2. 2ª Avaliación

Avaliación	UNIDADES DIDÁCTICAS			REFERENCIA LIBRO TEXTO	Temporalización		Probas Avaliación
	Tema	Bloque	CONTIDO		Mes	Nº sesións	
2		B2	Bloque 2. Alimentación para a saúde				
	3	B2.1.	Alimentación como hábito de vida saudable. Beneficios e riscos para a saúde derivados da dieta. Modelos de dieta atlántica e mediterránea como patróns alimentarios saudables.		Xan Feb	6	X
		B2.2.	Inxestión alimentaria e hidratación segundo as recomendacións saudables máis adecuadas á súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.		Marzo Abril	6	

2.1.3. 3ª Avaliación

Avaliación	UNIDADES DIDÁCTICAS			REFERENCIA LIBRO TEXTO	Temporalización		Probas Avaliación
	Tema	Bloque	CONTIDO		Mes	Nº sesións	
3		B2	Bloque 2. Alimentación para a saúde				
	4	B2.3.	Deseño de propostas dietéticas sinxelas. Estratexias para a incorporación das recomendacións de alimentación e hidratación como hábito de vida saudable.		Maio	3	X
		B2.4.	Estratexias para a selección de alimentos e bebidas, que permitan o cumprimento das recomendacións. Etiquetaxe nutricional dos alimentos e das bebidas.		Xuño	3	

2.1.4. Aprendizaxes imprescindibles para a adquisición de competencias clave en caso de ensino non presencial

- Actividade física como hábito de vida saudable: como, cando, onde, canta e por que.
- Organización e promoción da práctica de actividade física diaria.
- Plans e estratexias para o incremento da actividade física diaria e para a redución dos períodos de inactividade
- Alimentación como hábito de vida saudable. Beneficios e riscos para a saúde derivados da dieta
- Inxestión alimentaria e hidratación segundo as recomendacións saudables máis adecuadas á súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.
- Deseño de propostas dietéticas sinxelas.
- Estratexias para a selección de alimentos e bebidas, que permitan o cumprimento das recomendacións.

2.2. Relación dos aspectos curriculares

2.2.1. 1ª Avaliación

1ª Aval		Estándares de aprendizaxe avaliados/ Indicadores de logro				Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación							Temas transversais																
Temas	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. Estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Grao mínimo consecución	Peso na cualificación	Instrumentos						Temas transversais															
								Pr.oral	Pr.escr	Tr.ind	Tr.grupo	Prac.Lab	Rúbrica	Observación	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV								
1	B1.1.	B1.1.	PEVSB1.1.1	CMCCT	Coñece os beneficios para a saúde da práctica regular de actividade física, así como os efectos adversos da inactividade.	80%	10%		x	x																			
			PEVSB1.1.2	CMCCT	Identifica os principais parámetros de saúde axeitados para a súa idade, e relaciona a actividade física idónea para a súa mellora.	50%																							
	B1.2.	B1.2.	PEVSB1.2.1	CMCCT / CAA	Coñece e avalía a súa postura, a composición corporal (talla, peso, IMC, etc.), a actividade e inactividade física diaria, a tensión arterial, etc., aplicando sistemas sinxelos e as novas tecnoloxías.	70%		x																					
			PEVSB1.2.2	CMCCT	Elabora, analiza e avalía un diario da súa actividade física desenvolvida durante un período de tempo acordado.	70%		x																					
2	B1.3.	B1.3.	PEVSB1.3.1	CMCCT / CAA / CSC	Elabora un plan para o incremento da súa actividade física diaria, reducindo os tempos de inactividade (televisión, teléfono móbil, etc.) e os desprazamentos con motor, e comprométese a pólo en práctica durante un período de tempo acordado de xeito individual ou en grupo.	80%	20%		x	x																			
			PEVSB1.3.2	CMCCT / CD/CAA	Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.	70%		x																					
			PEVSB1.3.3	CSC	Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar os hábitos tóxicos relacionados coa actividade física (sedentarismo, vigorexia, dopaxe, etc.).	80%		x																					
	B1.4.	B1.4.	PEVSB1.4.1	CD / CAA	Deseña, utiliza e difunde un plan de mobilidade peonil e/ou en bicicleta no seu contorno e/ou a súa localidade.	80%	20%	x																					
			PEVSB1.4.2	CD / CAA	Deseña, utiliza e difunde unha guía para o incremento da actividade física na vida cotiá.	80%		x																					
			PEVSB1.4.3	CMCCT / CAA / CSC / CSIEE	Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.).	70%		x																					

2.2.2. 2ª Avaliación

2ª Aval		Estándares de aprendizaxe avaliados/ Indicadores de logro				Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación							Temas transversais															
Temas	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. Estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Grao mínimo consecución	Peso na cualificación	Instrumentos						Temas transversais														
								Pr.oral	Pr.escr	Tr.ind	Tr.grupo	Prac.Lab	Rúbrica	Observación	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV							
3	B2.1.	B2.1.	PEVSB2.1.1	CMCCT	Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.	80%	50%	x	x	x																		
			PEVSB2.1.2	CMCCT / CAA	Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.	40%		x																				
	B2.2.	B2.2.	PEVSB2.2.1	CMCCT / CAA	Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.	60%	30%	x																				
			PEVSB2.2.2	CMCCT	Coñece as recomendacións de inxestión alimentaria e hidratación adecuadas á súa idade, ao seu sexo e ao seu nivel de actividade física diaria.	70%		x																				
			PEVSB2.2.3	CSC	Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar hábitos tóxicos relacionados coa alimentación (anorexia, drogas, alcohol, tabaco, etc.).	80%		x																				

2.2.3. 3ª Avaliación

3ª Aval		Estándares de aprendizaxe avaliados/ Indicadores de logro				Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación							Temas transversais																
Temas	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. Estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Grao mínimo consecución	Peso na cualificación	Instrumentos						Temas transversais															
								Pr.oral	Pr.escr	Tr.ind	Tr.grupo	Prac.Lab	Rúbrica	Observación	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV								
4	B2.3	B2.3.	PEVSB2.3.1	CMCCT / CD CAA	Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.	80%	40%	x	x	x																			
	B2.3	B2.4.	PEVSB2.4.1	CMCCT / CAA / CSIEE	Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolvela durante un período de tempo acordado.	50%		x																					
	B2.4.	B2.5.	PEVSB2.5.1	CMCCT / CAA	Elabora unha lista da compra semanal, respectando as recomendacións dietéticas segundo a idade, o sexo e a actividade física diaria.	80%		x																					
			PEVSB2.5.2	CMCCT / CAA	Interpreta correctamente e de xeito básico a etiquetaxe nutricional dos produtos alimenticios, identificando os valores recomendados para a súa saúde.	70%		x																					

2.3. Avaliación

2.3.1. Procedementos e instrumentos de avaliación

Exames escritos de preguntas breves que permitan avaliar o grado de adquisición dos estándares de aprendizaxe tanto conceptuais coma procedementais.,

Participación e actitude na aula, aproveitamento do tempo, traballo e esforzo persoal que se avaliará a través das anotacións realizadas no caderno do profesor

Traballos individuais e en grupo nos que se avaliarán certos estándares de aprendizaxe da materia tendo en conta o seu desenvolvemento (organización e aproveitamento do tempo, actitude...). A presentación do traballo pode ser escrito (en distintos soportes: presentacións, procesador textos, vídeo...) ou ben mediante a exposición oral do mesmo.

2.3.2. Criterios de cualificación

Cualificación final de cada avaliación:

Os exames escritos representan o 50% da nota, a actitude na aula un 25% e os traballos un 25%.

Considerarase que o exame da avaliación está superado se se acada unha nota igual ou superior a 5.

Para a valoración dos traballos terase en conta a expresión oral ou escrita segundo o caso, a presentación e o nivel de coñecemento que demostre.

A valoración do traballo na aula farase a través do caderno do profesor mediante anotacións periódicas sobre cada alumno ou alumna tendo en conta a actitude diaria na aula, o aproveitamento do tempo, participación, atención, esforzo, respecto polo seu traballo e polo dos demais compañeiros e compañeiras e puntualidade na entrega.

Medidas de recuperación: As medidas a aplicar para a recuperación dunha avaliación dependerán das causas de non ter superada dita avaliación:

Nas probas escritas se se acada unha cualificación inferior a 4, o alumno ou alumna terá que repetir esta proba na recuperación final da avaliación que se realizará á volta das vacacións (salvo na terceira avaliación que coincidirá coa recuperación final da materia).

Nos traballos e proxectos se o alumno ou alumna non entregou o caderno ou traballos da avaliación ou estes non acadaron o mínimo na cualificación (incompletos, entregados fora de prazo, baixa calidade, copia parcial ou total dos mesmo...) terán que ser entregados novamente debidamente completados na data fixada polo profesor/a.

Observacións na aula: as malas actitudes, falta de traballo e aproveitamento do tempo poderán ser causa da non superación da avaliación. Neste caso a maneira de recuperar esa avaliación será cambiar estas condutas.

Proba de xuño: O alumnado que non teña superada a materia dalgunha ou todas as avaliacións, disporá dun exame final en xuño. Este exame terá cuestións de cada unha das avaliacións por

separado, de modo que o alumno só terá que facer a parte suspensa nas recuperacións realizadas durante o curso. Este exame incluírá preguntas de desenvolvemento dos estándares de aprendizaxe puramente conceptuais, por outra banda, poderase esixir a entrega do caderno de actividades e traballos desenvolto durante a materia có fin de avaliar os estándares de aprendizaxe máis procedementais.

A nota final da materia obterase calculando a media aritmética das tres avaliacións. A materia considerarase superada se o alumno/a non ten ningunha avaliación suspensa. O redondeo da nota aplicarase a partir do decimal 2 cara arriba ou cara abaixo dependendo do traballo, actitude, interese e implicación de cada alumno e alumna durante o desenvolvemento da materia.

2.3.3. Avaliación extraordinaria

Proba de setembro: Se os alumnos/as non superaran a materia en Xuño disporán dun exame escrito con todo o temario no mes de Setembro. Tamén se poderá esixir a entrega de fichas de actividades ou proxectos en Setembro cós que avaliar os estándares de aprendizaxe máis procedementais.

2.3.4. Avaliación en caso de ensino non presencial

Para cada tema facilitaranse os documentos, os exercicios correspondentes e o seu o prazo de entrega . A través de e-dixgal notificaranse as datas dos exames que, sempre que sexa posible, serán en modo presencial, se tiveran que ser a distancia utilizaríanse a aula virtual e as webcams.

O alumno/a que non acada un 5 na avaliación terá que recuperar e as medidas a aplicar para a recuperación dependerán das causas de non ter superada dita avaliación:

Nos exames se se acada unha cualificación inferior a 4, o alumno ou alumna terá que repetir esta proba na recuperación final da avaliación que se realizará á volta das vacacións (salvo na terceira avaliación que coincidirá coa recuperación final da materia).

Nos traballos e cuestionarios se o alumno ou alumna non os entregou ou estes non acadaron o mínimo na cualificación (incompletos, entregados fora de prazo, baixa calidade, copia parcial ou total dos mesmo...) terán que ser entregados novamente debidamente completados na data fixada polo profesor/a.