

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

IES PEDRO FLORIANI

Curso 2022-2023

Profesores do Departamento:

Prieto Carballo, Eva

Insua Rial, Ángel

Índice

Información: Para ir automáticamente a un apartado dende o índice simplemente hai que pulsar sobre o mesmo

Índice	2
1.- INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN	4
1.1.- Introducción	4
1.2.- Contextualización	5
2.- CONTRIBUCIÓN DA MATERIA AO LOGRO DAS COMPETENCIAS BÁSICAS	7
3.- OBXECTIVOS, CONTIDOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE PARA CADA UN DOS CURSOS	10
3.1- Obxectivos, contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 2º	10
3.1.1.- Obxectivos para 2º ESO	10
3.2.2.- Contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 2º ESO	11
3.2- Obxectivos, contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 4º	17
3.2.1.- Obxectivos para 4º ESO	17
3.4.2.- Contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 4º ESO	18
4.- TEMPORALIZACIÓN DOS CONTIDOS	25
5. PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN	28
6.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	29
7.- PROCEDEMENTO PARA A REALIZACIÓN DA AVALIACIÓN INICIAL	29
8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA	30
9.- PLANS DE TRABALLO PARA A SUPERACIÓN DE MATERIAS PENDENTES	33
11.- METODOLOXÍA DIDÁCTICA	34
12.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE	36
13.- CONCRECIÓN E DISTRIBUCIÓN POR CURSOS DOS TEMAS TRANSVERSAIS E EDUCACIÓN EN VALORES	38
14.- ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PROXECTO LECTOR	39
15.- ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN TIC	39

16.- ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN DE CONVIVENCIA	40
17.- MATERIAIS CURRICULARES E RECURSOS DIDÁCTICOS.....	40
18.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES.....	41
19.- INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO E APRÁCTICA DOCENTE	41
20.- PROCEDIMENTOS PARA AVALIAR A PROPIA PROGRAMACIÓN	42

1.- INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN

1.1.- Introducción

Esta programación está elaborada para los cursos de 2º ESO e 4º ESO, nos que se mantén o modelo de lexislación da Ley Orgánica 8/2013, de 9 de decembro, para a mellora da calidade educativa (LOMCE 8/2013). A programación dos cursos 1º ESO, 3º ESO e 1º BACH farase por medio do programa PROENS.

A Educación Física xustifícase, aséntase e consolídase coma medio para o desenrolo integral do individuo e incremento da súa saúde e calidade de vida ao fomentar unha cultura física baseada no saber, no saber, saber facer e saber estar, posibilitando de xeito progresivo a adquisición de hábitos de práctica físico-deportiva permanente de xeito autónomo, coa consecuente planificación, realización e autoavaliación de actividades físicas. Iso sen menoscabar o carácter eminentemente procedimental da Educación física.

O noso principal obxectivo é conseguir que o noso alumnado acade niveis de actividade física diaria saudables e viva a experiencia con emocións positivas.

Sendo o deporte a forma máis habitual de entender e practicar a actividade física na sociedade, a Educación física non renuncia aos contidos de condición física, cualidades motrices, actividades no medio natural e actividades de ritmo e expresión coma medio para desenrolar unha óptima competencia motriz. Do mesmo xeito, ante a emerxente anomia social a Educación Física posibilita a socialización e colaboración en tarefas cun obxectivo común, prestando neste contexto moito énfase á coeducación. Para acadar estes fins procurárase aplicar a interdisciplinabilidade intrae inter-área.

A Educación Física na ESO e no Bacharelato debe fomentar unha práctica intelixente da actividade física e do deporte no alumnado, de tal xeito que desenvolvan unha actitude crítica e autónoma cara esas actividades, e que comprendan o lugar que ocupan nas súas vidas e no medio sociocultural no que viven. Así, mediante a Educación Física preténdese que o alumnado interiorice a necesidade e utilidade da actividade física e deportiva como hábito de vida saudable, tanto na actualidade como na súa vida futura. En consecuencia a nosa labor docente debe estenderse a un desenvolvemento de todos aqueles aspectos motores, perceptivos, expresivos, cognitivos e afectivos que integran a educación das persoas e que poden ser abordados dende a Educación Física, respectando en todo momento as características individuais do alumnado e afrontando as adaptacións curriculares necesarias.

Por todo isto, partimos dunha Educación Física que non funciona a través de compartimentos estancos que aparecen e desaparecen de forma inconexa na vida educativa do alumnado. Buscamos un nexo condutor para os catro anos de ESO e o Bacharelato, que parte do movemento e que busca a formación do alumnado, respectando a individualidade e os seus intereses, permitindo coñecer o

que fan e o porqué, facilitando a consecución de aprendizaxes significativos, e aproximando os mesmos ó contexto sociocultural no que desenvolven a súa vida diaria, neste caso o **Concello de Redondela**, dentro do marco autonómico de Galicia. Este nexa establécese no tratamento intradisciplinar dos contidos e a súa presentación coherente e significativa ó alumnado.

Consideramos tamén que a Educación Física debe posibilitar o coñecemento do propio corpo; dos seus cambios e das súas posibilidades. Tamén debe permitir o coñecemento e práctica de diferentes manifestacións de actividade física e deportiva, ampliando a bagaxe motriz do alumnado e as súas opcións de práctica fóra do ámbito escolar.

O desenvolvemento das capacidades e habilidades que perfeccionan e aumentan as posibilidades de movemento dos alumnos irá acompañado da reflexión sobre a finalidade, sentido e efecto desa actividade, co fin de garantir experiencias educativas significativas.

Consideramos pois que debemos deixar de lado a búsqueda do rendemento como produto final, e que no propio proceso (na actividade física) estará o fin do noso labor educativo. Polo que cabe dicir que unha das intencións primordiais deste departamento é a de fomentar e estimular a participación en actividade físico-deportiva fora do horario escolar.

Por todo elo, consideramos que o noso labor non se reduce á simple transmisión de información e actividades, senón á creación e transformación do coñecemento polo propio alumnado a partires do movemento.

Este movemento buscará uns obxectivos intrínsecos á propia actividade física, como son os coñecementos teóricos e de feitos sobre a actividade física (“sobre o movemento”), o coñecemento práctico centrado nos procedementos (“en movemento”), e ademais uns obxectivos extrínsecos dirixidos á consecución de propósitos sociais, afectivos e cognitivos polo propio alumnado.

1.2.- Contextualización

O centro IES Pedro Floriani está situado nunha zona urbana no concello de Redondela. A procedencia do alumnado é fundamentalmente do rural, distribuídos da seguinte maneira:

CURSO	TOTAL ALUMNADO	GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C	PROFESOR/A
1º ESO A	51	25	26	-	Ángel I.
2º ESO	57	28	29	-	Eva P. / Ángel I.
3º ESO	54	30	24	-	Eva P.
4º ESO	44	18	26	-	Eva P.
1º BACH	84	33	33	18	Eva P.

No IES impártese ESO, bacharelato e ciclos formativos (Grao medio de Xestión administrativa, Grao superior de administración e finanzas, grao medio de instalacións de telecomunicacións, formación profesional básica e ensino para adultos.

A infraestrutura é a seguinte:

- 1 pista cuberta de aproximadamente 40x20.
- 2 vestiarios con duchas, lavabos e aseos.
- 1 almacén de material con acceso directo á pista.
- Despacho para profesores con ducha e baño.
- 1 pista descuberta de aproximadamente 20x40 m con porterías de fútbol sala e 4 canastras de baloncesto.
- Espazo verde do centro (horta).
- Espazo exterior do instituto onde se poden facer roteiros para ter outra opción de actividade ó aire libre para mellorar a seguridade nos contaxios.

O Concello posibilita o acceso á oferta deportiva e de actividade física das institucións públicas, clubs deportivos e empresas privadas que existen. En xeral, trátase dunha poboación con gran diversidade na oferta deportiva municipal, o cal se reflicte nunha cultura deportiva bastante receptiva á materia de Educación Física por parte do alumando. Así a todo, en canto a gustos cara á actividade física e niveis de destreza motriz, trátase dun alumnado moi heteroxéneo.

Este curso será interesante considerar que as posibilidades de práctica de actividades físicas e deportivas do alumnado no seu tempo de ocio están limitadas, polo condicionamento e desmotivación que supón o uso de máscara nalgunhas destas prácticas.

O departamento de Educación Física consta de 2 profesores. Na ESO impártense por cada grupo 2 sesións de 50 á semana de E.F. e 3 sesións en 1º Bacharelato.

2.- CONTRIBUCIÓN DA MATERIA AO LOGRO DAS COMPETENCIAS BÁSICAS

Tal como establece o Decreto 86/2015 de 25 de xuño, a materia de Educación Física ten como finalidade principal que o alumnado acade 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, que permite que o alumnado supere os problemas motores propostos tanto nas sesións de Educación Física como na súa vida cotiá; sempre actuando de xeito coherente e en concordancia co nivel de desenvolvemento psicomotor, e outorgándolle especial sensibilidade á atención á diversidade nas aulas, utilizando estratexias inclusivas e procurando a integración dos coñecementos, os procedementos, as actitudes e as emocións que se vinculan á conduta motora.

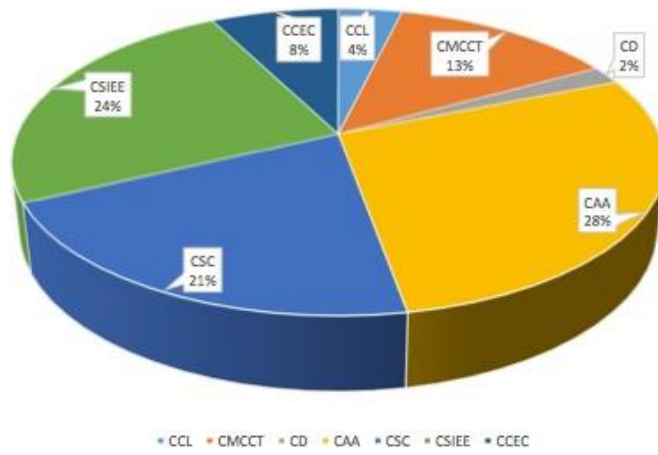
A competencia motriz, malia non estar recollida como unha das competencias clave, é fundamental para o desenvolvemento destas, contribúe ao logro das competencias sociais e cívicas, de aprender a aprender, de sentido de iniciativa e espírito emprendedor, de conciencia e expresións culturais, da competencia matemática e as competencias básicas en ciencia e tecnoloxía e, en menor medida, á de comunicación lingüística e á de competencia dixital. O traballo por competencias integra un coñecemento de base conceptual, outro relativo ás destrezas e, por último, un con grande influencia social e cultural, que implica un conxunto de valores e actitudes.

Na seguinte táboa indícanse as principais aportacións da E.F. ao logro das Competencias Clave do curriculum da ESO e Bacharelato. Máis adiante concretaremos a aportación por curso.

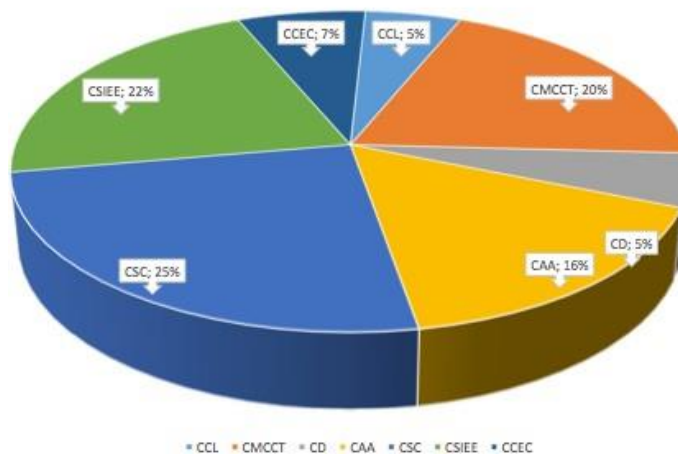
Principais aportacións da EF ao logro das Competencias Clave no Ensino Secundario	
Competencias Sociais e Cívicas (CSC)	<ul style="list-style-type: none"> • As actividades propias desta materia son un medio eficaz para educar as habilidades sociais, facilitar a integración e fomentar o respecto. • Contribúen a desenrolar a cooperación, a igualdade e o traballo en equipo, aceptando as diferenzas e limitacións das persoas participantes e a asunción por parte de cada integrante das súas propias responsabilidades. • Son un medio eficaz para desenrolar a autonomía persoal, para valorar a diversidade, e para combater o sedentarismo e enfermidades asociadas. • A práctica e a organización de actividades deportivas colectivas exige a integración nun proxecto común e a aceptación das diferenzas e limitacións dos participantes, seguindo normas democráticas na organización do grupo e asumindo cada integrante as súas propias responsabilidades. • O cumprimento das normas e regulamentos que rixen as actividades deportivas colabora na aceptación dos códigos de conducta propios dunha sociedade e permite a resolución de conflitos na práctica de actividades competitivas. • Respeto aos materiais, contorno e persoas participantes. • Análise con espírito crítico ao conxunto de espectáculos, manifestacións, valores e actitudes que xiran ao redor do deporte e a súa actualidade. • A educación para a prevención de comportamentos de risco e a promoción da actividade física coma base de hábitos saudables é unha prioridade da Educación Física.
Conciencia e expresións culturais (CCEC)	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración das manifestacións culturais da motricidade humana, tales coma os deportes, os xogos tradicionais, as actividades expresivas ou a danza, e a súa

	<p>consideración coma parte do patrimonio cultural dos pobos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coas actividades de expresión corporal foméntase a creatividade do alumno. • O coñecemento das manifestacións lúdicas, deportivas e de expresión corporal propias de outras culturas axuda á adquisición dunha actitude aberta cara a diversidade cultural. • Adquisición dunha actitude aberta e respetuosa ante o fenómeno deportivo coma espectáculo, mediante a análise e a reflexión crítica ante a violencia no deporte. • Desenrolo de habilidades perceptivo-motrices
Comunicación Lingüística (CCL)	<ul style="list-style-type: none"> • Variedade de intercambios comunicativos, dende a comunicación oral aos traballos escritos que fai o alumnado, e a través do vocabulario específico da materia. • Refórzase a aprendizaxe doutras linguas con vocabulario específico. • Transmisión co corpo de efectos, estados anímicos e posturas, sinais que configuran a base da linguaxe corporal. • A comunicación xestual, a utilización dos ritmos e as danzas, a respiración e, en xeral, as técnicas de dominio corporal.
Competencia matemática e competencia básica en ciencia e tecnoloxía (CMCCT)	<ul style="list-style-type: none"> • Empleo de fórmulas para calcular o índice de masa corporal, o umbral aeróbico, o test de Ruffier... cálculo de tempo, distancias, pulso, puntuacións, a estruturación espacial e espazo-temporal, etc. • Elaboración e interpretación de gráficos relacionados co cuidado da saúde. • Elaboración e/ou interpretación de perfís topográficos, rutómetros, mapas ou planos, etc. Relacionados coas actividades no contorno natural.
Competencia Dixital (CD)	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda, selección, recollida, procesamento e valoración crítica de información relacionada coa materia e as actividades propostas. • Búsqueda de información e elaboración dos traballos solicitados polo profesor aplicando as novas tecnoloxías.
Competencia para aprender a aprender (CAA)	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrecense recursos para a planificación de determinadas actividades físicas a partir dun proceso de experimentación. • Permite que o alumnado sexa capaz de regular a súa propia aprendizaxe e práctica da actividade física no seu tempo de lecer de xeito organizado e estruturado. • Desenrola habilidades para o traballo en equipo en diferentes actividades colectivas deportivas e expresivas. • Contribúe a adquirir aprendizaxes técnicos, estratéxicos e tácticos que se poden transferir a diferentes actividades deportivas. • A través da práctica da actividade física, unha persoa aprende a coñecer cales son as súas capacidades, os seus puntos fortes e febles, e a partir diso, pode plantexarse obxectivos reais que poida alcanzar co seu propio esforzo e perseverancia.
Sentido de iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)	<ul style="list-style-type: none"> • O alumnado toma protagonismo en aspectos de organización individual e colectiva de actividades físico-deportivas e de expresión, así coma en aspectos de planificación de actividades para mellorar a súa condición física. • Ofrece ao alumnado situacións nas que debe manifestar autosuperación, perseverancia e actitude positiva ante tarefas de certa dificultade técnica ou na mellora do propio nivel de condición física. • O fomento da autonomía e a iniciativa persoal oriéntase, en Educación Física, dende tres campos: <ul style="list-style-type: none"> a) Interacción no aula: clima existente, cooperación e participación do alumnado nas propostas tanto no aula como fora dela. Neste aspecto inclúense formulacións de autoxestión ou coxestión das propias sesións ou da organización de propostas complementarias. b) Metodoloxía seleccionada. Debe ser empregada en función da actividade e das características das persoas: propostas creativas, máis activas; máis individualizadas desenrolan unha maior capacidade de iniciativa personal; a maior seguridade maior directividade. c) Exisencias e retos das tarefas de certa dificultade ou enfrontarse á mellora do propio nivel de condición física, implica situacións nas que o alumnado debe manifestar autosuperación, perseverancia...

Perfil da materia 2º ESO



Perfil da materia 4º ESO



3.- OBXECTIVOS, CONTIDOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE PARA CADA UN DOS CURSOS

A continuación presentaranse os obxectivos, contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 2º e 4º ESO seguindo as indicacións aportadas pola lexislación vixente.

Revisados e adaptados considerando a *Resolución do 26 de maio de 2022, da Secretaría Xeral de Educación e Formación Profesional, pola que se ditan instrucións para o desenvolvemento das ensinanzas de educación infantil, educación primaria, educación secundaria obrigatoria e bacharelato no curso académico 2022-2023.*

3.1- Obxectivos, contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 2º ESO

3.1.1.- Obxectivos para 2º ESO

1. Coñecer a relación entre actividade física e saúde, a partires da comprensión dos termos condición física saudable e capacidades físicas relacionadas coa saúde.
2. Coñecer o nivel de condición física saudable e identificar as posibilidades que ofrece o entorno próximo para practicar actividades físicas saudables.
3. Coñecer e practicar medios de adestramento para a mellora da condición física.
4. Coñecer e utilizar os fundamentos tácticos individuais ofensivos e defensivos.
5. Coñecer e realizar habilidades técnicas específicas dun deporte individual.
6. Coñecer e **adoptar normas de hixiene e seguridade persoal** na práctica de actividades físico-deportivas, referidas á utilización de roupa deportiva axeitada e a necesidade do queceamento previo á actividade e á volta á calma na fase posterior.
7. Participar, con independencia do nivel de habilidades alcanzado, nas distintas actividades presentadas na aula.
8. Realizar actividades físico-deportivas no medio natural que teñan baixo impacto ambiental, contribuíndo a súa conservación e mellora.
9. Practicar actividades expresivas de representación utilizando postura, movemento e xesto.
10. Practicar actividades rítmicas colectivas.

3.2.2.- Contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 2º ESO

Contidos 2ºESO	Criterios de Avaliación 2ºESO	Estándares de Aprendizaxe 2ºESO	Grado mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	UD	CC
B1.1. Fases de activación e recuperación na práctica de actividade física de carácter xeral e específica, en función da actividade que se realice. B1.2. Selección e execución de xogos e exercicios apropiados para cada fase de sesión.	B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	EFB1.1.1.Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	40%	T	CSC CMCCT
		EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	50%	T	CSC CAA
		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.	50%	T	CSC
B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. ▪ B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando elas e aceptando as súas achegas.	EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	60%	T	CSC
		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.	60%	T	CSC
		EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	60%	T	CSC

<p>B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.</p> <p>B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</p> <p>B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</p> <ul style="list-style-type: none"> B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde. 	<p>B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.</p>	<p>EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.</p>	60%	UD 9	CSC
		<p>EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</p>	50%	UD 9	CSC
		<p>EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.</p>	40%	UD 9	CSC
<p>B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas.</p> <p>B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</p> <p>B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</p>	<p>B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</p>	<p>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.</p>	50%	UD 6	CSIEE CSC
		<p>EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</p>	40%	UD 6	CSIEE
		<p>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.</p>	50%	T	CSIEE
<p>B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde.</p>	<p>B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e</p>	<p>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 salientable.</p>	50%	UD 8	CD CCL

	facendo exposicións e argumentacións destes.				
B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado		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.	50%	UD 8	CAA CCL
B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual. B2.3. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.	B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.	EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	40%	UD 5	CCEC
		EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.	40%	UD 5	CCEC
		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.	40%	UD 5	CCEC
		EFB2.1.4. Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea.	40%	UD 5	CCEC
B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cossistemas do organismo. B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a	B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, e aplicalos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	40%	UD 1	CMCCT
		EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	40%	UD 1	CMCCT

<p>alimentación.</p> <p>B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</p> <p>B3.4. Control da intensidade do esforzo a través da frecuencia cardíaca.</p> <p>B3.5. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde.</p> <p>B3.6. A actividade física e o seu efecto sobre a saúde.</p> <p>Criterios de selección de actividades para a realización dun plan de mellora da saúde.</p>		<p>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.</p>	40%	UD 1	CMCCT
		<p>EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.</p>	40%	UD 1	CMCCT
		<p>EFB3.1.5. Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.</p>	50%	UD 1	CMCCT
		<p>EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</p>	40%	UD 8	CMCCT CSC
<p>B3.7. Métodos básicos de adestramento para amellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</p> <p>B3.8. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</p> <p>B3.9. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas.</p> <p>B3.10. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.</p>	<p>B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.</p>	<p>EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</p>	50%	UD 1	CAA
		<p>EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</p>	40%	UD 1	CAA
		<p>EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	40%	UD 8	CAA CSIEE
		<p>EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto</p>	40%	UD 8	CAA

		desta práctica coa mellora da calidade de vida.			
<p>B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</p> <p>B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes contornos.</p>	<p>B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.</p>	<p>EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</p>	50%	UD 3 UD 7	CAA CSIEE
		<p>EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.</p>	40%	UD 3, UD 4	CAA CSIEE
		<p>EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</p>	50%	UD 2	CAA CSIEE
		<p>EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.</p>	50%	UD 2, UD 3, UD 4	CAA CSIEE
		<p>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.</p>	40%	UD 8	CAA CSIEE
<p>B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas facilitadas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</p>	<p>B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis relevantes.</p>	<p>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.</p>	40%	UD 3	CAA CSIEE
		<p>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 oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</p>	40%	UD 2 UD 7	CAA CSIEE
		<p>EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de</p>	50%	UD 2 UD 7	CAA CSIEE

		colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.			
		EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	50%	UD 2 UD 7	CAA CSIEE

3.2- Obxectivos, contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 4º

ESO

3.2.1.- Obxectivos para 4º ESO

1. Coñecer e **adoptar normas de hixiene e seguridade persoal** na práctica de actividades físico-deportivas, referidas á utilización de roupa deportiva axeitada e a necesidade do quecemento previo á actividade e á volta á calma na fase posterior.
2. Coñecer as características que definen unha actividade física saudable e os efectos beneficiosos que esta ten para a saúde individual e colectiva.
3. Valorar a práctica habitual e sistemática de actividades físicas como medio para mellorar as condicións de saúde e a calidade de vida.
4. Realizar tarefas dirixidas ao incremento das posibilidades de rendemento motor, á mellora da condición física para a saúde e ao perfeccionamento das funcións de axuste, dominio e control corporal, adoptando unha actitude de autoesixencia e superación na súa execución.
5. Coñecer e consolidar hábitos saudables, técnicas básicas de respiración e relaxación como medio para reducir desequilibrios e aliviar tensións producidas na vida cotiá e na práctica físico-deportiva.
6. Realizar actividades físico-deportivas no medio natural que teñan baixo impacto ambiental, contribuíndo a súa conservación.
7. Coñecer e realizar actividades deportivas e recreativas individuais e colectivas, se a situación sanitaria o permite, aplicando os fundamentos regulamentarios, técnicos e tácticos en situacións de xogo, con progresiva autonomía na súa execución.
8. Amosar habilidades e actitudes sociais de respecto, de traballo en equipo e de deportividade na participación en actividades, xogos e deportes, independentemente das diferenzas de xénero, culturais, sociais e de habilidade.
9. Practicar e deseñar actividades expresivas con ou sen base musical, utilizando o corpo como medio de comunicación e expresión creativa.
10. Adoptar unha actitude crítica ante o tratamento do corpo, a actividade física e o deporte no contexto social.

3.4.2.- Contidos, criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe para 4º ESO

Contidos 4ºESO	Criterios de Avaliación 4ºESO	Estándares de Aprendizaxe 4ºESO	Grado mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	UD	CC
Bloque 1: Contidos comúns en Educación Física					
B1.1. Diseña e realiza as fases de activación e recuperación, logo da análise da actividade física que se vaia realizar. B1.2. Fases de activación e recuperación como medio de prevención de lesións.	B1.1. Diseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.	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.	50%	T	CSC
		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.	50%	T	CSC
		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.	50%	T	CSC
B1.3. Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.	B1.2. Colaborar na planificación e na organización de eventos, campionatos ou torneos deportivos, prevendo os medios e as actuacións necesarias para a súa celebración e relacionando as súas funcións coas do resto de implicados/as.	EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	50%	UD9	CSC
		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.	50%	UD9	CSC
		EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizarlos na súa práctica de maneira autónoma.	50%	UD9	CSC

B1.4. Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.	EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	60%	T	CSC
		EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vistacultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	60%	T	CSC CCEC
		EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papelde participante como desde o de espectador/a.	60%	T	CSC
B1.5. Primeiras actuacións ante as lesións máis comúns que poden manifestarse na práctica deportiva. B1.6. Protocolos básicos de primeiros auxilios. B1.7. Medidas preventivas sobre os riscos ou as lesións na realización de actividades físico-deportivas. B1.8. Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.	B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de actividade física, tendo en conta os factores inherentes á actividade e prevendo as consecuencias que poidan ter as actuacións pouco coidadas sobre a seguridade das persoas participantes.	EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	60%	UD5	CSIEE
		EFB1.4.2. Identifica as lesións máisfrecuentes derivadas da práctica de actividade física.	50%	UD5	CSIEE
		EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións,os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	50%	UD5	CSIEE
B1.9. Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo. B1.10. Técnicas de traballo en equipo. B1.11. Técnicas de traballo colaborativo. B1.12. Xogo limpo como	B1.5. Demostrar actitudes persoais inherentes ao traballo en equipo, superando as inseguridades e apoiando as demais persoas ante a resolución de situacións descoñecidas.	EFB1.5.1. Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegasnos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	40%	UD4	CSC
		EFB1.5.2. Valora e reforza asachegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos	50%	UD4	CSC

actitude social responsable.		traballos en grupo.			
B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas actividades físico-deportivas e as relacións coa saúde.	B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.	EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	40%	UD6	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CD ▪ CCL
		EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para aprofundar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	40%	UD6	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CDCCL
		EFB1.6.3. Comunica e comparte información e ideas nos soportes en os contornos apropiados.	40%	UD6	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CDCCL
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas					
B2.1. Creación de composicións artístico-expresivas individuais ou colectivas, con ou sen apoio dunha estrutura musical, incluíndo os elementos para a súa sistematización: espazo, tempo e intensidade.	B2.1. Compor e presentar montaxes individuais ou colectivas, seleccionando e axustando os elementos da motricidade expresiva.	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.	50%	UD4	CCEC
		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.	50%	UD4	CCEC
		EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.	50%	UD4	CCEC
Bloque 3. Actividade física e saúde					
B3.1. Efectos negativos que determinados hábitos de vida e consumo teñen sobre a condición física e a saúde. ▪ B3.2. Actividade física e	B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os	EFB3.1.1. Demuestra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual	40%	UD7	CMCCT

saúde. B3.3. Realización de exercicios para a consecución dunha óptima hixiene postural. B3.4. Alimentación: repercusión na saúde e na actividade física.	coñecementos sobre actividade física e saúde.	e colectiva.			
		EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	40%	UD7	CMCCT
		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.	40%	UD1	CMCCT
		EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	40%	UD1	CMCCT
B3.5. Valoración e toma de conciencia da propia condición física e da predisposición a melloralas. B3.6. Elaboración e posta en práctica dun plano de traballo que integre as capacidades físicas relacionadas coa saúde. B3.7. Valoración e aplicación de técnicas e métodos de relaxación e respiración de xeito autónomo, co fin de	B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.	EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	40%	UD1	CMCCT
		EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	40%	UD1	CMCCT

mellorar as condicións de saúde e calidade de vida. B3.8. Métodos de avaliación da condición física en relación coa saúde.					
		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.	40%	UD1	CMCCT
		EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	40%	UD1	CMCCT
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas					
B4.1. Traballo dos fundamentos técnicos das actividades físico-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.	B4.1. Resolver situacións motrices aplicando fundamentos técnicos nas actividades físico-deportivas propostas, con eficacia e precisión.	EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.	50%	UD4	CAA CSIEE
		EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	50%	UD2 UD3	CAA CSIEE
		EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	40%	UD2	CAA CSIEE
B4.2. Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-	B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou	EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición,	50%	UD2	CAA CSIEE

<p>oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.</p> <p>B4.3. Coñecemento e práctica de xogos e de deportes tradicionais de Galicia e da propia zona, así como do seu regulamento. Procura de información sobre variacións locais.</p>	<p>colaboración-oposición nas actividades físico deportivas propostas, tomando a decisión máis eficaz en función dos obxectivos.</p>	<p>contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.</p>			
		<p>EFB4.2.2. 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 de participantes.</p>	50%	UD3	CAA CSIEE
		<p>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.</p>	40%.	UD2	CAA CSIEE
		<p>EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</p>	40%	UD2	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
		<p>EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.</p>	40%	UD3	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
		<p>EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.</p>	40%	UD3	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
<p>B4.4. Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural.</p> <p>B4.5. Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas actividades físico-deportivas no medio natural.</p>	<p>B4.3. Recoñecer o impacto ambiental, económico e social das actividades físicas e deportivas, reflexionando sobre a súa repercusión na forma de vida no contorno.</p>	<p>EFB4.3.1. Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.</p>	40%	UD8	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CMCCT
		<p>EFB4.3.2. Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.</p>	40%	UD8	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CMCCT

B4.6. Realización de actividades deportivas e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural.		EFB4.3.3. Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.	4 0 %	UD8	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CMCCT
---	--	--	-------------	-----	--

4.- TEMPORALIZACIÓN DOS CONTIDOS

A temporalización farase seguindo a ORDE do 20 de maio de 2022 pola que se aproba o calendario escolar para o curso 2022/23 nos centros docentes sostidos con fondos públicos na Comunidade Autónoma de Galicia e tendo en conta que na materia de Educación Física hai, para a ESO, 2 sesións semanais de 50 minutos de duración.

Traballaremos da seguinte maneira:

- Comezaremos cos estándares do bloque de condición física e saúde en todos os cursos.
- Os estándares do bloque común de contidos que corresponden aos categorizados na programación como: de esforzo e autonomía, de respecto e cooperación e de seguridade e hixiene, trabállanse de xeito transversal polo que estarán presentes nos tres trimestres.
- Os estándares do bloque de actividades artístico-expresivas levaranse a cabo no segundo trimestre.
- Os estándares máis teóricos traballaranse nas distintas UD utilizando ferramentas dixitais e a aula virtual. Cando a ensinanza sexa presencial priorizarase por aumentar a actividade física no alumnado.
- No seguinte cadro estrutúranse os contidos ao longo das avaliacións tendo en conta a dispoñibilidade de instalacións.

E.F.	2º ESO	
1ª AVALIACIÓN 21 sesións	Presentación e avaliación inicial	
	Quecemento, Condición Física I con xogos + retos (UD 1)	
	Posibilidade de actividade física na contorna (UD 1)	
	Alimentación e hábitos saudables (UD 1)	
Baloncesto (UD 2)		
2ª AVALIACIÓN 24 sesións	Bádminton (UD 3)	
	Malabares e cordas (UD 4)	
	Expresión corporal e danzas (UD 5)	
	Primeiros auxilios (UD 6)	
3ª AVALIACIÓN 23 sesións	Deportes alternativos (floorball, baseball,...) (UD 7)	
	Respiración- Relaxación (UD 8)	
	Orientación no medio natural (UD 9)	

E.F.	4º ESO
1ª AVALIACIÓN 21 sesións	Presentación e avaliación inicial (UD 0)
	Quecemento e Condición Física (UD 1)
	Posibilidade de actividade física na contorna (UD 1)
	Alimentación e hábitos saudables (UD 1)
2ª AVALIACIÓN 24 sesións	Balonmán (UD 2)
	Voleibol (UD 3)
	Ximnasia (UD 4)
	Acrosport (UD 4)
3ª AVALIACIÓN 23 sesións	Primeiros auxilios (UD 5)
	Deportes alternativos (Spikeball, Datchball, baseball,...) (UD 6)
	Respiración- Relaxación (UD 7)
	Actividades físicas no medio natural (UD 8)
	Campeonato multideportivo (UD 9)

5. PROCEDIMENTOS DE AVALIACIÓN

Os obxectivos da avaliación educativa son múltiples e non deben reducirse á avaliación dos resultados obtidos polo alumnado; pola contra, a principal función da avaliación debe ser a de orientar o proceso de ensino-aprendizaxe proporcionando información sobre o axuste do mesmo aos obxectivos previstos co fin de poder formular un xuízo ao respecto e introducir as modificacións que foran oportunas.

A avaliación, ademais de constituír un proceso continuo, debe ser utilizada para introducir en calquera momento modificacións na intervención educativa; para elo debe realizarse unha **avaliación inicial** (permitiranos coñecer o nivel de partida do alumnado), unha **avaliación continua** (avaliación formativa que permitirá seguir o proceso de aprendizaxe dos alumnos ó longo do curso nas diferentes unidades didácticas, deberá aportar información sobre a adquisición e a asimilación das aprendizaxes) e unha **avaliación final** (avaliación sumativa que dá lugar a unha toma de decisións relativas á consecución ou non dunha valoración positiva). O proceso debe contemplarse globalmente para establecer como transcorre este en relación ao previsto e como se pode mellorar, podendo así reorientar a acción docente no futuro.

Na programación de E.F. pódense clasificar os estándares en dous grandes grupos cuxas características vannos a determinar a forma de avaliar.

- **Os estándares relacionados cun “proceso”**: aqueles que se traballan en máis de un bloque de contidos. Fan referencia á **cooperación** necesaria para aprender de xeito grupal, ao **esfuerzo** por superarse e á **participación**, á adquisición de **hábitos** de hixiene e seguridade, ao mantemento de **rutinas de clase** (quecemento e volta á calma entre outras), ao **respeto** polas normas do grupo, polas persoas, pola contorna e o material. Estes estándares avaliaranse ao longo de todo o curso mediante:
 - Observación sistemática
 - Autoavaliación
 - Coavaliación
 - Traballo grupal
- **Os estándares relacionados cun “resultado”**: aqueles que só se traballan nun bloque de contidos. Fan referencia a estándares que se adquiren ao finalizar a unidade didáctica, polo que poden ser avaliados nun momento puntual mediante:
 - Probas prácticas e teóricas
 - Traballo grupal e individual
 - Producións do alumnado

6.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Para avaliar con obxectividade, fiabilidade e eficacia compre empregar variedade de instrumentos, tanto cuantitativos coma cualitativo:

- a) Cuantitativos: responden a un paradigma racional-positivista. Cuantifican os resultados, recorren a procesos estatísticos e aportan información numérica. Técnicas: probas de execución, probas teóricas, test de condición física, traballos grupais ou individuais...
- b) Cualitativos: responden a un paradigma crítico-interpretativo. Considera o proceso e non só o mero resultado final. Técnicas de observación: rexistro anecdótico, listas de control, escalas de valoración, rúbricas...

Os instrumentos de avaliación serán adaptados ao carácter dos diferentes estándares da seguinte maneira:

- a) **Os estándares “proceso”** avaliaranse mediante os seguintes instrumentos:
 - Caderno do profesorado (coa APP “Additio”)
 - Anecdotalario
 - Escala de valoración
 - Lista de control
 - Rúbrica

- b) **Os estándares “resultado”** serán avaliados mediante as seguintes probas e instrumentos:
 - Probas prácticas e teóricas
 - Test de condición física.
 - Traballos individuais e grupais.
 - Producións do alumnado
 - Rúbricas
 - Video
 - Elaboración/exposición de traballos monográficos propostos polo profesorado.

7.- PROCEDIMIENTO PARA A REALIZACIÓN DA AVALIACIÓN INICIAL

Tal como indican as instrucións para o desenvolvemento das ensinanzas de educación infantil, educación primaria, educación secundaria obrigatoria e bacharelato no curso académico 2022-2023, realizamos na primeira semana de curso a avaliación inicial.

Para a avaliación inicial faise o seguinte:

Cuestionario de historial deportivo, lesións ou enfermidades que afecten na práctica de actividade física e os medios e recursos tecnolóxicos dispoñibles para practicar dun xeito autónomo, no tempo de ocio e ante unha posible situación de ensino non presencial da materia de educación física.

Xogos de presentación, acollida e retos para detectar:

A QUEN AVALIAR	QUE AVALIAR	COMO AVALIAR
GRUPO CLASE	Dinámica xeral do grupo. Grado de cohesión social. Liderazgos e tipo de liderazgos. Rechazos, discriminacións... Conflictos previos entre alumnado	Registro no caderno Escala de valoración. Anecdotario.
ESTUDANTE	Grado de participación na resolución dos retos. Grado de tolerancia á frustración Nivel de integración de alumnado con necesidades educativas. Capacidade de escoita. Capacidade creativa.	

A avaliación inicial é necesaria para coñecer a situación de partida do alumnado e así poder adaptar a ensinanza as súas características e particularidades. Atendendo ao momento da súa aplicación podemos diferenciar as seguintes:

- a) **Ó inicio de curso:** O curso comeza con contidos de retos cooperativos e xogos de acollida, consta de 2 sesións, que utilizamos como avaliación inicial nas materias deste departamento ao permitírnos obter unha información do funcionamento dos grupos moi valiosa de cara a plantexar a nosa proposta de aprendizaxe cooperativo na materia. Durante estas sesións a profesora adopta o papel de observadora para avaliar o nivel xeral de capacidades e habilidades do alumnado de cara as propostas nas unidades de educación física do curso. Centraremos principalmente a observación nos aspectos que van a condicionar o noso traballo para acadar varios estándares relacionados co "PROCESO"
- b) **No cambio de cada contido para traballar os distintos estándares:** Cada contido implica capacidades e habilidades moi diferentes que poden verse condicionadas polas experiencias previas do alumnado, as súas características... por este motivo en cada unidade utilizaremos unha primeira sesión para facer unha valoración do nivel de partida. Neste caso a avaliación centrase en coñecer o punto de partida dos estándares relacionados co RESULTADO que se pretende acadar. Esta avaliación inicial vai nos permitir axustar as nosas tarefas e sesións e ao mesmo tempo axudará a que o alumnado se sinta máis motivado no traballo diario por resultarlle axeitado ao seu nivel de partida.

8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

Para facilitar a cualificación dividiremos os contidos dos estándares en dous tipos: os de **proceso** (só se poden avaliar de xeito transversal, rexistrando datos ao longo das sesións de todo o curso) e os de **resultado** (pódense avaliar de xeito puntual con probas prácticas e teóricas).

A nota de trimestre será a media ponderada das distintas UD do trimestre e os estándares de proceso:

2º ESO		
1ª AVALIACIÓN	2ª AVALIACIÓN	3ª AVALIACIÓN
PROCESO 30%		
UD 1 (35%) UD 2 (35%)	UD 3 (25%) UD 4 (15%) UD 5 (20%) UD 6 (10%)	UD 7 (30%) UD 8 (15%) UD 9 (25%)
100%	100%	100%

4º ESO		
1ª AVALIACIÓN	2ª AVALIACIÓN	3ª AVALIACIÓN
PROCESO 30%		
UD 1 (35%) UD 2 (35%)	UD 3 (30%) UD 4 (30%) UD 5 (10%)	UD 6 (20%) UD 7 (15%) UD 8 (15%) UD 9 (20%)
100%	100%	100%

Para obter unha avaliación positiva e superar a materia é preciso superar o grao mínimo de consecución que se establece nas diferentes táboas por cursos para estándares de aprendizaxe.

É necesario sacar un 5 sobre 10 na media entre a valoración dos estándares traballados na avaliación. Se redondeará a partir de 0.7, sempre que se supere o 5 na calificación.

Os estándares que son exclusivos da parte teórica deben estar superados no 40% para que se faga media na nota (Debe sacar un 4 sobre 10).

Os estándares que teñan un 0 porque o alumnado non realice o exame, non farán media ata que ese estándar sexa superado na porcentaxe mínima do seu grado de consecución.

A nota final será a media das tres avaliacións.

CRITERIOS DE CORRECCIÓN

En toda **proba escrita** que se realice figurará a puntuación que se lle vai dar a cada pregunta. As normas e criterios xerais de corrección serán os seguintes:

Non é necesario responder as preguntas seguindo a orde numérica, pero deberá quedar claro cal é o exercicio que se está a facer e non intercalar respostas doutros exercicios.

É obrigatorio escribir con bolígrafo. Non se corruxirán preguntas feitas con lapis nin co uso de corrector.

Tamén se valorará a orde, ortografía, claridade e limpeza coa que está realizado o exame. No referente aos erros ortográficos teranse en conta descontando da nota 0,1 por cada un ata un máximo de 0,5 puntos. A lingua a empregar en E.F será a lingua galega.

Si se da o caso de atopar a algún alumno copiando nun exame teórico, a nota nesta proba será de 0.

Se un/ha alumno/a se nega a realizar algún exame, xa sexa práctico ou teórico, a nota será de un 0.

Os traballos teóricos, análise de artigos, fichas de actividades... entregaranse no día e na hora prefixada. A entrega fóra dese prazo ou que non sigan as pautas marcadas pola profesora, non serán recollidos e a súa calificación será de cero.

Non facer a clase práctica sen xustificación válida conlevará un detrimento de 0,5 puntos na nota do PROCESO.

Enténdese por non facer a clase práctica sen xustificación válida:

- Non traer o xustificante médico ou equivalente tras unha lesión ou enfermidade que non lle impede ao alumnado asistir a clase pero sí a participación na parte práctica da sesión.
- Faltar a clase de educación física sen entregar a xustificación de asistencia.
- Negarse a facer a práctica sen motivo.

Na **avaliación ordinaria de xuño** superarase a materia sempre que a media aritmética das cualificacións das 3 avaliacións acade a nota mínima de 5.

O **alumnado que por motivos de saúde, lesión... non pode realizar as sesións prácticas**, terá que presentar o xustificante médico no momento que precisan deixar de facer práctica, así como tamén os que por calquera circunstancia, non podan facer a práctica nun momento determinado teñen que acudir a clase para tomar nota dos contidos traballados mediante unha ficha de observación diaria que terán que entregar ao profesor ao final da clase. Este alumnado pode colaborar nos momentos en que se precisen axudas para arbitrase, anotacións, encargarse da música... A cualificación deste alumnado virá dada pola súa colaboración e participación, na medida das súa posibilidades nas sesións, que a profesora rexistrará no seu caderno de aula utilizando escalas de valoración. E o apartado de probas específicas da unidade terá que suplir as súa cualificación prácticas polo traballo e/ou proba teórica que lle indique a profesora en cada unidade.

Para a recuperación da **materia suspensa durante o curso** (primeira, segunda ou terceira avaliación de xeito individual): cada avaliación suspensa poderase recuperar mediante un exame ou traballo teórico e unha proba práctica da materia tratada esa avaliación, sempre que a proba práctica

poida realizarse de xeito individual. Co alumnado afectado nestes casos procurarase aplicar un “seguemento personalizado” e un “asesoramento continuado” na procura do seu éxito na materia.

Aínda así, aquel alumnado que non acade unha cualificación positiva na avaliación ordinaria de xuño, terá tres opcións para recuperarla de forma extraordinaria (o profesorado será o que valore o mellor procedemento a aplicar en función da casuística de cada alumno/a):

- a) Presentar un traballo teórico na convocatoria sobre as partes non superadas e realizar aquelas probas prácticas nas que tampouco acadara os mínimos, sempre que se podan realizar de xeito individual. O departamento entregará por escrito as pautas para facer o traballo, indicando tamén os exercicios prácticos que deberán realizar.
- b) Facer un exame teórico sobre os contidos conceptuais non superados, e outro exame práctico individual sobre os contidos prácticos non superados. O departamento entregará por escrito as pautas para facer o exame, indicando tamén os exercicios prácticos que deberán realizar.
- c) Probas prácticas.

9.- PLANS DE TRABAJO PARA A SUPERACIÓN DE MATERIAS PENDENTES

Para superar as materias pendentes o departamento de Educación Física, de acordo co actual marco curricular da ESO, decide que aquel estudante que teña a materia pendente de anos anteriores poida recuperala sempre e cando obteña cualificacións positivas durante os dous primeiros trimestres do presente curso académico. Este criterio baséase no seguinte procedemento lóxico:

- Que a Educación Física ten a consideración de materia con contidos progresivos
- Que a cualificación positiva nunha materia implicará a superación das materias pendentes con contidos progresivos
- Que os criterios de avaliación para o alumnado pendente son os mesmos que para o alumnado que está a cursar a materia no curso no que se atopa actualmente, variando a dificultade e o tipo de actividades que se propoñen para acadar ditos criterios.

Por todo isto, o departamento de Educación Física considera que o alumnado que teña a materia pendente do curso anterior superará dita materia se supera as dúas primeiras avaliacións da mesma materia no curso no que está matriculado e entrega o traballo de reforzo que lle plantexa o profesorado.

Naqueles casos que non se cumpra o criterio anterior terán a posibilidade de presentarse as probas físicas e teóricas na semana do 24 ao 28 de Abril ou na avaliación extraordinaria.

O departamento considera como **actividades de reforzo** a participación e implicación do alumnado na materia no curso no que se atopa actualmente. En coherencia coa proposta do

departamento para a materia en canto á importancia da participación, cooperación e hábitos de vida saudables como eixos condutores da materia este parécenos o reforzo máis axeitado para o alumnado con Educación Física pendente doutros cursos.

11.- METODOLOXÍA DIDÁCTICA

Este apartado propón as orientacións metodolóxicas para poñer en práctica esta programación, seguindo as orientacións recollidas no anexo II da Orde ECD/65/2015, do 21 de xaneiro, realizáronse algunhas adaptacións que teñan en conta as características concretas da materia de educación física e a búsqueda da motivación do alumnado coma un factor fundamental para acadar obxectivos e competencias dende a nosa materia.

Por “método” enténdese a filosofía e o prantexamento xeral do proceso de ensinanza-aprendizaxe en función da natureza do obxectivo. Existen dous paradigmas: reprodución (carácter positivista/conductista) e descubrimento (carácter crítico/dialéctico/cognitivista)

Por “estratexia” enténdese a forma de presentar a habilidade ao alumno e é esencial na construción da progresión da aprendizaxe motriz. Temos os seguintes tipos:

- Analítica (pura, secuencial ou progresiva): a habilidade preséntase en partes.
- Global (pura, secuencial ou progresiva): a habilidade preséntase en partes.
- Mixta: combina as anteriores seguindo a secuencia analítica-global-analítica.

Por “estilo de ensinanza” enténdese a forma particular de interaccionar o profesorado co alumnado que se manifesta nos agrupamentos, canles de comunicación e decisións pre-impacto, impacto e post-impacto.

O Departamento de Educación Física avoga polo eclecticismo metodolóxico, pois os diferentes métodos, estratexias e estilos de ensinanza complementáanse mutuamente. En consecuencia nas nosas propostas basearémonos nas teorías da aprendizaxe motor no procesamento da información, así coma no concepto de variabilidade na práctica.

		Estilos de ensinanza	
		<i>M. A. Delgado Noguera</i>	<i>Muska Mosston</i>
Tradicionais	Instrución directa	A	Mando Directo
	Asinación de tarefas	B	Ensinanza baseada na tarefa
Participativos	Ensinanza recíproca	C	Ensinanza recíproca
	Ensinanza en pequenos grupos		
	Microensinanza		
	Programa individual	D	Autoavaliación

Individualización	Traballo en grupos	E	Inclusión
	Ensinanza modular		
Socialización			
Barreira Cognitiva			
Cognitivos	Descubrimiento guiado	F	Descubrimiento guiado
	Resolución de problemas	G	Resolución de problemas
Creatividade		H	Programa individualizado
		I	Estilo para alumnos iniciados
		J	Autoensinanza

As sesións desenvolveranse seguindo as pautas que comentamos a continuación

Traslado ás instalacións de E.F.:

O alumnado sairá da clase anterior e desplazarase ata o pavillón onde agadrará o profesor ou profesora.

Ao final da sesión deixaranse 6 minutos para que o alumnado se asee antes de que toque o timbre e regresen ás aulas.

Uso das instalacións:

O alumnado só pode acceder con permiso do profesor ou profesora aos espazos onde se almacena o material.

O uso dos **vestiarios** está permitido para asearse ao final das sesión.

No caso de necesitar usar os baños terán que pedir sempre permiso.

Organización das clases de E.F.:

O alumnado ten prohibido o acceso aos espazos onde se almacena o material. Só o profesorado de E.F. pode acceder a el.

As **sesións** estarán divididas en tres partes: Acollida, parte práctica e despedida.

- Acollida: primeiro momento da clase duns 5 minutos de duración. Saúdo, explicación dos obxectivos da sesión e aqueles contidos conceptuais necesarios para a parte práctica.

- Parte práctica: é o momento de compromiso motor, a parte máis importante da clase. Esta parte divídese a maneira convencional (quecemento, parte principal e volta á calma).

- Despedida: último momento, normalmente moi breve, onde se reflexiona con todo o grupo para reflexionar sobre algún aspecto importante da clase e despedirse. Búscase que as sesións potencien o espírito crítico a través de reflexións individuais ecolectivas. Para isto é necesario que o alumno saiba que está a facer, como e con que obxectivo, na búsqueda dunha implicación maior nas actividades.

As **tarefas** que se propoñan serán abertas ou semiabertas naqueles contidos máis axeitados para fomentar a creatividade como é o bloque de expresión corporal e de xogos cooperativos. Na de xogos e deportes as tarefas serán semiabertas. As tarefas pechadas utilizaranse nos momentos onde se queira iniciar un aprendizaxe específico ou exista risco na seguridade do alumnado.

Buscarase aproveitar ao máximo todos os recursos que nos ofrece o centro e os seus arredores, xa non só no que se refire a material senón tamén as posibilidades de utilización dos diferentes espazos. Con isto preténdese facer ver ao alumnado que non son necesarios medios moi sofisticados para a práctica de actividade física.

12.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

Ao longo do curso empréganse diferentes estratexias de atención á diversidade. A diversidade enténdese como todas aquelas cualidades que fai de cada alumno un ser único e, polo tanto, diferente aos demais; tanto sexa por capacidades intelectuais e físicas como por habilidades, xénero, orixe cultural, aspecto físico, etc. Tendo en conta este concepto de diversidade utilizamos as seguintes medidas para atender as diferencias:

Os agrupamentos maioritariamente serán heteroxéneos. Preténdese fomentar o traballo cooperativo e comprender e valorar a diversidade. Conseguiremos este obxectivo se son capaces de

vivir a diversidade dunha forma continuada, dando tempo a que o alumnado se coñeza e sexan capaces de aproveitar as cualidades de cada un en beneficio do grupo. Unha das finalidades das clases de Educación Física, reflexado en estándares do PROCESO, é traballar para que o grupo clase coñeza e respecte as características individuais de cada un dos compoñentes. Para isto proporanse diferentes estratexias onde o alumnado ten que colaborar no proceso de ensinanza aprendizaxe dos seus compañeiros de grupo "Estratexias cooperativas sinxelas e complexas" do programa CA/AC. En diferentes unidades didácticas promóvense experiencias nas que para conseguir un obxectivo se necesite a participación e colaboración de todos os membros do grupo.

Ao final das sesións reflexionárase e analizárase a experiencia vivida na aula, aproveitando calquera situación onde a diferenza enriqueceu ao grupo para facelo explícito.

A programación ten en conta a diversidade de xéneros e afinidade pois intenta alternar contidos de habilidades e capacidades moi diferentes (condición física con expresión corporal ou ritmo, deportes colectivos con deportes individuais). Búscase que o alumnado máis hábil nuns contidos síntase noutros necesitado de axuda. Desta maneira non sempre é o mesmo alumnado o necesitado da axuda dos seus compañeiros e a riqueza da diferenza faise máis evidente.

As tarefas organízanse buscando a integración de todo o alumnado, independentemente do seu nivel de habilidade. Fanse adaptacións individualizadas das regras ou normas dos xogos ou exercicios en función das necesidades de cada alumno ou alumna, para facilitar ou dificultar a tarefa segundo conveña.

Existen outras diferenzas máis salientables como o descoñecemento da lingua, os trastornos do comportamento, TDAH, síndrome de Asperger, etc. que se abordan utilizando as directrices proporcionadas polo equipo de orientación para cada caso en particular.

Concretando casos neste curso temos alumnado que por diferentes motivos require dunha atención especial pola nosa parte:

- Alumnado con TDAH diagnosticado, neste caso non supón ningunha necesidade de adaptación nas sesións de educación física, máis alá de seguir as indicacións do departamento de orientación no que se refire as explicacións e algunha modificación no tempo dispoñible para a realización das probas escritas da materia.
- Alumnado con problemas respiratorios e cardíacos, requerirán unha adaptación na intensidade do esforzo, atenderase a cada casuística con especial atención.
- Alumnado diabético dependente o cal non require ningunha medida especial nas clases de E.F. mentres o alumno se atope nos valores normais de glicosa en sangue. Se isto non é así actuarase acorde as indicacións médicas. Este alumnado está no **Plan Alerta Escolar**.
- Alumnado con problemas traumatolóxicos, respectarase as indicacións médicas pertinentes e adáptanse os exercicios e actividades para que non teña que privarse da experiencia práctica.

- No caso do alumnado lesionado temporalmente a opción será a realización de traballos teórico-prácticos de búsqueda de información, realización de fichas de traballo e de sesión, arbitrase,...
- O alumnado con dificultades de aprendizaxe nalgúns partes da materia orientaráselle cara unha práctica sistemática titorizada, co deseño de plans individualizados de traballo que terán que desenrolar extraescolarmente e eventualmente nalgún recreo do que dispoñan e o soliciten ao profesorado.

En tódolos casos o alumnado terá que traer o seu material e calzado deportivo para estar na instalación salvo casos moi concretos e xustificados que traerán, no seu lugar, bolígrafo para cubrir a ficha de observación diaria.

13.- CONCRECIÓN E DISTRIBUCIÓN POR CURSOS DOS TEMAS TRANSVERSAIS E EDUCACIÓN EN VALORES

Os temas transversais forman parte da educación en valores e é conveniente facelos explícitos porque teñen unha incidencia directa sobre a vida cotiá. Estes elementos transversais vanse traballar explícita ou implícitamente en todos. Os elementos transversais que imos tratar nos distintos cursos son os seguintes:

- Comprensión lectora (CL); Lectura dos apuntes e artigos propostos no plan lector.
- Expresión oral e escrita (EOE); Traballos e reflexión que se elaborarán en traballos ao longo do curso.
- Comunicación audiovisual; Tecnoloxías da información e da comunicación (CAV; TICS); Utilización de ferramentas de texto (Word y Excel). Algunhas UD acompañaranse de vídeos que completen os contados da clase, e que o alumnado visualizará na casa. Utilizaremos a plataforma virtual Edixigal.
- Emprendemento (EMP); Toma de decisións nas situación de xogo nos distintos deportes. Creatividade e iniciativa dentro do equipo nas actividades grupais. Análise e comprensión da importancia de hábitos activos e alimentación saudable.
- Fomento do espírito científico (FEC): Daranse ferramentas para realizar búsquedas en internet e fomentarase o pensamento crítico a través do traballo de toma de decisións e resolución de problemas.
- Educación para a saúde, incluída a sexual (EPS): O fomento da saúde será un dos obxectivos fundamentais do curso. Buscaremos que o alumnado valore a importancia da alimentación e a AF na vida diaria.
- Educación emocional e en valores (EEVA); Pomoveranse os valores de igualdade, paz, democracia e respecto aos dereitos humanos. Evitaremos os comportamentos sexistas e os estereotipos que supoñan calqueira tipo de discriminación. Fomentarase o desenvolvemento da igualdade entre homes e mulleres, a prevención da violencia de xénero e contra persoas

con discapacidade, transmitindo valores relativos ao principio de igualdade e non discriminación.

- Formación estética e creatividade (FEC): traballarase a través das UD relacionadas co bloque de contidos 2.

O desenvolvemento dos temas transversais citados enriquecerá o progreso ao longo do curso e proporcionará una maior mellora e perfección dos resultados.

14.- ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PROXECTO LECTOR

A Educación Física contribuirá ao fomento da lectura, de xeito orientativo e non limitativo, mediante o emprego de lecturas de apuntes, reglamentos e artigos sobre temas relacionados coa asignatura. Evaluarase a participación do alumnado a través dun cuestionario final en Edixgal.

15.- ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN TIC

O centro este ano traballará con EDIXGAL en toda a ESO e a través da aula virtual en 1º BAC.

Incluiremos todas as accións posibles para o profesorado e alumnado.

Informáticos	Profesorado	Hardware: PC e impresora (departamento), tablet, ordenador e móbil(persoal). Aula virtual do centro.
		Software: procesador de texto, folia de cálculo, presentacións...
		Internet: páxinas de EF, páxina web do centro (Dto. de EF).
	Alumnos	Internet: webquest, páxinas de EF e deportes, e-mail... Software: Edixgal e aula virtual do centro (BAC), programas relacionados coa Educación Física e a fisioloxía humana, teléfono e ordenador propios (no caso de non dispoñer, debemos facilitar o acceso)
Audiovisuais	Profesorado	Reprodutor de música, proxector de vídeo, cámara de vídeo...
	Alumnado	Videofórum: documentáis, análise de anuncios...

Débese aclarar que o feito de que estes recursos estén dispoñibles non implica o seu forzoso emprego, pois previamente requirirá a valoración da súa operatividade dentro das clases de Educación Física, debendo analizar en cada caso os pros e os contras do seu uso.

Outras actividades que poden ser realizadas son: web quest; búsqueda de información en internet con puntos/aspectos clave; cd educativo ou páxinas da xunta/MEC con xogos e actividades sobre educación física; visionado de videos; elaboración de materiais para utilizar coa pizarra dixital e o canon; exposición mediante recursos TIC na aula; uso da cámara de fotos dixital e de recursos en liña relacionados; uso da cámara de video e intentar pequenas montaxes.

En definitiva: o obxectivo será desenrolar ao máximo as potencialidades educativas que nos ofrecen as TIC, o cal exixirá ademáis un esforzo de formación por parte do profesorado.

16.- ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN DE CONVIVENCIA

O departamento de Educación Física contribuirá ao plan de convivencia fomentado en todo momento que o alumnado:

- Nas diferentes tarefas plantexadas: asuma o seu rol dentro do grupo e traballe en función dun obxectivo común, valorando a importancia de todos os compañeiros para conseguir a meta.
- Nos agrupamentos: facerlles comprender a importancia que ten gardar silencio e orden cando unha persoa (profesorado ou compañeiro) está falando.
- Sancionar cun tempo de exclusión na actividade práctica realizada a aqueles alumnos que realicen condutas ou accións de carácter irrespetuoso ou agresivo. En caso de que ditas condutas ou accións resulten vexatorias ou violentas excluírase ao alumno da clase e se lle impondrá unha sanción consensuada polas partes afectadas e ao profesorado.
- Plantexar actividades en grupo que favorezan a colaboración en traballo e respecto das opinións.
- Favorecer debates en clase onde se acepten diferentes argumentos aos propios.
- Coñecer e valorar a natureza coma un medio para a práctica de actividades físicas saudables.
- Colaborar co cumprimento das normas propostas dende o equipo directivo, facéndolles comprender a súa importancia para a boa convivencia no centro.
- Coñecer e practicar xogos e deportes propios doutras culturas (naqueles grupos onde haxa alumnado inmigrante).

17.- MATERIAIS CURRICULARES E RECURSOS DIDÁCTICOS

Os materiais e recursos didácticos instrumentalizan e condicionan o proceso educativo. Deben ser estimulantes, novidosos e atender ás diversas necesidades educativas. O material require procesos de mantemento, reparación, reutilización e reposición (é moi importante facer constar que certo material de Educación Física deba ter a consideración de funxible, xa que o seu deterioro e consumo é inherente ó seu uso).

Os **espazos** que dispón o departamento para impartir docencia son a pista exterior do centro, o pavillón e o espazo natural que o rodea (comentados no apartado metodoloxía).

Como non traballamos con libro de texto, os materiais curriculares son apuntes elaborados polo profesorado. Ás veces utilizaremos como material curricular recortes de revistas, periódicos, vídeos deportivos...para elaborar mapas conceptuais, murais, completar os nosos apuntes, etc.

Os recursos didácticos, aparte do material deportivo do centro, serán obxectos de refugallo que deberán traer para utilizalos en lugar do material convencional, para facer obradoiros de xogos con material de refugallo e as propias ideas do alumnado e do profesorado, para enriquecer máis as aprendizaxes e que estas sexan significativas.

Ainda que o centro non está dotado de material específico da materia en soporte informático ou audiovisual, intentarase facer unha selección dos máis axeitados para aumentar os recursos nese ámbito.

18.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES

Na materia de educación física contamos con unha selección de estándares relacionados coas actividades no medio natural, que nos parecen moi interesantes para o alumnado, especialmente coa intención de fomentar o mantemento dun estilo de vida activo fóra do horario lectivo e de cara a súa etapa adulta.

Buscaremos realizar actividades para os diferentes cursos da ESO e para o bacharelato, tentando que resulten motivantes para o alumnado, e ao mesmo tempo que poidan servir para unha abordaxe interdisciplinar, para que resulten máis significativas e que se aproveiten ao máximo os recursos económicos invertidos nestas saídas, tanto por parte do centro como das familias.

A finalidade das actividades extraescolares e complementarias do departamento de educación física é a de chegar á maioría do alumnado, polo que nos parece fundamental asegurar un mínimo de participación nas mesmas.

19.- INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE

A avaliación do proceso de ensino e práctica docente realizarase basicamente a través da observación, análise e reflexión que realiza o profesorado, tendo en conta:

- As aprendizaxes acadadas polo alumnado.
- A formación adecuada de grupos e propostas de traballo colaborativo.
- Se o proceso de información e comunicación entre o profesorado e o alumnado facilita a aprendizaxe.
- Comprobación de se a estrutura da sesión, organización do espazo, material e distribución do tempo é correcta.
- Vendo se o número, duración e nivel de dificultade das actividades son axeitados e resultan interesantes para o alumnado, así coma a súa significatividade para o procesode ensino-

aprendizaxe.

- Comprobar se se realiza unha correcta adaptación á diversidade.
- Análise do uso das TIC dentro da materia.

Os instrumentos de recollida de datos e información para facer esta avaliación serán, a título orientativo e non limitante, os seguintes:

- Folla de seguemento da programación.
- Caderno do profesorado.
- Opinión do alumnado recabada mediante cuestionarios e/ou comentarios en grupo.
- Análise dos resultados no proceso de aprendizaxe do alumnado.
- Contraste de experiencias para reflexionar sobre a práctica e melloralas.

Considerando que a avaliación debe de ser un instrumento de mellora da nosa labor docente levarase a cabo nos seguintes momentos do curso:

- Ao remate de cada trimestre, momento especialmente interesante para analizar os resultados acadados polo alumnado en función da metodoloxía e actividades empregadas.
- Ao finalizar o curso, coma ferramenta de mellora para o curso seguinte.

20.- PROCEDIMENTOS PARA AVALIAR A PROPIA PROGRAMACIÓN

Pártese da base de que a programación non é un documento pechado onde non caben as modificacións ou anotacións que se consideren pertinentes para melloralas cada vez máis, senón que é a base onde se observa se se acada ou non o proposto con cada grupo ao longo do curso. Propoñemos o uso da seguinte ferramenta:

<i>Aspectos a Avaliar</i>	<i>A Destacar</i>	<i>A Mellorar</i>	<i>Propostas de Mellora Persoal</i>
Temporalización			
Desenvolvemento dos obxectivos			
Manexo dos contidos			
Descritores e desempeño das Competencias			
Realización de tarefas			
Estratexias metodolóxicas seleccionadas			
Recursos			
Claridade nos criterios de avaliación			
Uso das diversas ferramentas de avaliación			

Aplicación dos estándares de aprendizaxe			
Atención á diversidade			

Redondela, 21 de setembro do 2022

Eva Prieto Carballo

Ángel Insua Rial