ADAPTACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
CURSO 2019/2020

CENTRO: IES PINO MANSO O PORRIÑO
MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA
DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA.
DATA:10/5/2020

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

ÍNDICE

1. **Estándares de aprendizaxe, Criterios de Avaliación e Contidos traballados.**

2. **Avaliación e cualificación.**

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

4. **Información e publicidade.**

1º ESO

1. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE E CONTIDOS ASOCIADOS.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE	CONTIDOS ASOCIADOS
EFB1.1.3. RESPECTA OS HÁBITOS DE ASEO PERSOAL EN RELACIÓN Á SAÚDE E A ACTIVIDADE FÍSICA.	1. Actividades físico deportivas individuais no medio estable: O quecemento e as habilidades ximnásticas básicas. - Capacidades motrices implicadas: Forza, flexibilidade, coordinación, equilibrio, axilidade. - Aspectos preventivos: indumentaria, materiais, quecemento específico para cada modalidade, traballo por niveis de habilidade, actividades de recuperación, estiramentos e relaxación. 2. Actividades de colaboración-oposición: deportes recreativos,bádminton e voleibol - Habilidades específicas en bádminton e voleibol. Modelos técnicos e adaptación ás características propias. - Aspectos funcionais e principios estratéxicos; papel e condutas dos xogadores nas fases do xogo. Capacidades implicadas. - Estímulos relevantes que en bádminton e do Voleibol condicionan a conduta motriz: situación dos xogadores, ocupación dos espazos, etc. - A colaboración e toma de decisións en equipo. 6. Saúde - Vantaxes para a saúde e posibles riscos das diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. - Medidas preventivas nas actividades físico deportivas nas que hai competición: preparación previa á situación de competición, equilibrio de niveis, adaptación de materiais e condicións de práctica. - Os niveis saudables nos factores da condición física. - Hixiene postural na actividade física e nas actividades cotiás. - Progresividade dos esforzos: actividades de activación e actividades de recuperación. 7. Hidratación e alimentación durante a actividade física
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.	
EFB1.2.3. RESPECTA AS DEMAIS PERSOAS DENTRO DO LABOR DE EQUIPO, CON INDEPENDENCIA DO SEU NIVEL DE DESTREZA.	
EFB3.2.1. INICIASE NA PARTICIPACIÓN ACTIVA DAS ACTIVIDADES PARA A MELLORA DAS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS DESDE UN ENFOQUE SAUDABLE, UTILIZANDO OS MÉTODOS BÁSICOS PARA O SEU DESENVOLVEMENTO.	
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.	
EFB4.1.3. MELLORA O SEU NIVEL NA EXECUCIÓN E APLICACIÓN DAS ACCIÓNS TÉCNICAS RESPECTO AO SEU NIVEL DE PARTIDA, AMOSANDO ACTITUDES DE ESFORZO E SUPERACIÓN, ADECUADO Á SÚA IDADE.	
EFB1.1.2. PREPARA E REALIZA QUECEMENTOS E FASES FINAIS DA SESIÓN DE ACORDO COS CONTIDOS QUE SE VAIAN REALIZAR, SEGUINDO AS ORIENTACIÓNS DADAS.	
EFB3.2.2. ALCANZA NIVEIS DE CONDICIÓN FÍSICA SAUDABLE ACORDES AO SEU MOMENTO DE DESENVOLVEMENTO MOTOR E ÁS SÚAS POSIBILIDADES.	

CRITERIOS DE AVALIACIÓN
B1.2. RECOÑECER AS POSIBILIDADES DAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS E ARTÍSTICO-EXPRESIVAS COMO FORMAS DE INCLUSIÓN SOCIAL, E A PARTICIPACIÓN DOUTRAS PERSOAS INDEPENDENTEMENTE DAS SÚAS CARACTERÍSTICAS, COLABORANDO CON ELAS E ACEPTANDO AS SÚAS ACHEGAS. B1.1. RECOÑECE E APLICA ACTIVIDADES PROPIAS DE CADA FASE DA SESIÓN DE ACTIVIDADE FÍSICA, TENDO EN CONTA ADEMAIS AS RECOMENDACIÓNS DE ASEO PERSOAL NECESARIAS PARA ESTA. B3.2. DESENVOLVER AS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSI-CAS MÁIS SALIENTABLES DESDE A PERSPECTIVA DA SÚA SAÚDE DE ACORDO COAS POSIBILIDADES PERSOAIS E DENTRO DAS MARXES DA SAÚDE, AMOSANDO UNHA ACTITUDE DE AUTOEXIXENCIA NO SEU ESFORZO. B4.1. RESOLVER SITUACIÓNS MOTORAS INDIVIDUAIS SINXELAS APLICANDO OS FUNDAMENTOS TÉCNICOS E AS HABILIDADES ESPECÍFICAS, DAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS ADAPTADAS PROPOSTAS. B1.5. UTILIZAR AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN NO PROCESO DE APRENDIZAXE, PARA PROCURAR, ANALIZAR E SELECCIONAR INFORMACIÓN SA-LIENTABLE, ELABORANDO DOCUMENTOS PROPIOS, E FACENDO EXPOSICIÓNS E ARGUMENTACIÓNS DESTES ADECUADOS Á SÚA IDADE. B1.3. RECOÑECER AS POSIBILIDADES QUE OFRECEN AS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS COMO FORMAS DE LE-CER ACTIVO E DE UTILIZACIÓN RESPONSABLE DO CONTORNO PRÓXIMO.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	1. Antes: A través da observación e o coñecemento do pasado académico e as súas experiencias na actividade física. Realización de valoración inicial da condición física e de test iniciais nas diferentes actividades e deportes. Estas probas iniciais terán o seguinte valor: * 1º ESO/3ºESO/1ºBAC: Realizaremos unha valoración da capacidade aeróbica do alumnado mediante o Test de harward ou test do escalón. Esta proba dará unha idea aproximada do estado inicial do alumnado e servirá para detectar casos extremos de baixa capacidade física para poder facer un traballo máis intenso e individualizado con estas persoas. * 2º/4º da ESO: O alumnado que acade a máxima nota nas probas iniciais, poderá presentarse voluntariamente á proba final. No caso de non facelo, acadará a nota obtida na proba inicial. Os demais alumnos cualificaranse como no apartado anterior. * No caso de non existir probas de inicio, a cualificación obteríase a través da valoración final dos diferentes estándares de aprendizaxe de cada curso. 2. Durante: * Estándares de aprendizaxe conceptuais: a través de actividades teóricas de copia, recompilación, presentación e exposición. * Mediante os criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe dos contidos nas unidades didácticas (baseados en actividades de ensinanza/aprendizaxe). * A través da observación día a día reflectida no caderno do profesor, no que se recollerán a valoración das actitudes. 3. Despois: *Avaliación final ou sumativa que ten en conta toda a información recollida antes e durante o proceso * Probas prácticas: * Excepto o alumnado de 2º e 4º da ESO que saque a máxima nota na proba inicial e decida non realizar a proba final, o resto do alumnado deberá realizar as probas finais que terán neste caso, un valor do 70% da cualificación. * Traballos (obrigatorios e voluntarios): ata un 50% do total da nota de cada apartado. Para facer media das notas deberán chegar como mínimo a un **tres(3)** en cada unha delas.
CUALIFICACIÓN FINAL	ESTÁNDARES EMINENTEMENTE PRÁCTICOS E DE HABILIDADES MOTRICES.....50% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE TEÓRICOS OU CONCEPTUAIS.....30% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE ACTITUDINAIS OU DE COMPORTAMENTO.....20%
PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado que non cumpra algún destes requisitos terá que repetir no mes de setembro todas as probas individuais realizadas e quedará a criterio do departamento, e en función da climatoloxía, cantas destas probas se realizarán(exames prácticos) para a valoración dos procedementos. Realizar un traballo escrito sobre contidos subidos á plataforma Edixgal . A valoración cuantitativa será de 50% para as respectivas probas prácticas e de 50% para os traballos entregados. A nota mínima en cada un dos apartados será

	dun 3. Aqueles alumnos/as que non poidan realizar as probas prácticas por motivos médicos ou de saúde debidamente xustificados, deberán realizar un exame teórico tipo test sobre os apuntes de Condición Física do Edixgal. As probas e os contidos mínimos son os seguintes: COURSE NAVETTE: * Alumnas: acadar 3, 5 períodos para un 5 e acadar 8 períodos para un 10. * Alumnos: acadar 4 períodos para un 5 e 9 períodos para un 10. BÁDMINTON: Proba de Manexo. 20 toques para un 5 e 45 para un 10. ESTÁNDARES CONCEPTUAIS: Copiar a man os apuntes de Condición Física da plataforma Edixgal para un 5. Realizar unha ampliación de 5 carillas destes contidos para acadar ata un 10. Por motivo da pandemia do COVID 19 no caso de non poder realizarse as probas presenciais, o departamento establecerá probas alternativas nas plataformas educativas do centro. O alumnado será informado por ditas plataformas e polo sistema abalar
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	Criterios de avaliación:
	Criterios de cualificación:
	Procedementos e instrumentos de avaliación:

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na plataforma EDIXGAL están colgados os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: Floorbal, bádminton, condición física, hábitos saudables, o quecemento,. As actividades son: de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais) e dinámicas, xogos para a realización de actividade física na casa, retos.... Recomendación de actividade física na casa: deixamos no EDIXGAL, material de prescrición de exercicio físico regular, dinámicas, xogos, coa finalidade de que realicen exercicio na casa e se é en familia mellor. Tamén diariamente se colga en Instagram, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, artigos e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA (ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E RECURSOS	Plataforma Abalar, correo electrónicos, plataforma EDIXGAL, utilizando a mensaxeira, foros propias da plataforma e vídeoconferencias webex, Instagram.
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. *Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente para que todo o alumnado reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

2º ESO

1. CRITERIOS DE AVALIACIÓN E CONTIDOS ASOCIADOS.

CRITERIOS DE AVALIACIÓN	CONTIDOS ASOCIADOS
B1.1. RECOÑECER E APLICAR ACTIVIDADES PROPIAS DE CADA FASE DA SESIÓN DE ACTIVIDADE FÍSICA, EN RELACIÓN COAS SÚAS CARACTERÍSTICAS.	1. Actividades individuais no medio estable * O quecemento xeral e específico. * Capacidades motrices implicadas: coordinación, forza rápida, velocidade, flexibilidade. * Aspectos preventivos: indumentaria, materiais, quecemento específico para cada modalidade, traballo por niveis de habilidade, actividades de recuperación, estiramentos e relaxación. * A capacidade de aprendizaxe motora e o valor relativo dos resultados cuantitativos. 2. Actividades de adversario: bádminton * Golpeos e desprazamentos. Técnica, finalidades e capacidades motrices implicadas. * O saque corto e largo * Regulamento de xogo. Adecuación das condutas e aceptación do resultado da competición. 3. Actividades artístico expresivas: aerobic * Utilización espazo-tempo. Organización temporal (ritmo). Conciencia corporal * Deseño e realización de coreografías. 6. Saúde * Vantaxes para a saúde e posibles riscos das diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. * Alimentación e saúde * Métodos para chegar a valores saudables na forza, a resistencia e a flexibilidade. * ~~Primeiros auxilios~~ * Control da intensidade dos esforzos: a frecuencia cardíaca, a escala de percepción de esforzo.
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.	
B1.3. RECOÑECER AS POSIBILIDADES QUE OFRECEN AS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS COMO FORMAS DE LECER ACTIVO E DE UTILIZACIÓN RESPONSABLE DO CONTORNO.	
B2.1. INTERPRETAR E PRODUCIR ACCIÓNS MOTORAS CON FINALIDADES ARTÍSTICO-EXPRESIVAS, UTILIZANDO TÉCNICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL E OUTROS RECURSOS.	
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 AUTOEXIXENCIA NO SEU ESFORZO.	
B4.1. RESOLVER SITUACIÓNS MOTORAS INDIVIDUAIS APLICANDO OS FUNDAMENTOS TÉCNICOS E AS HABILIDADES ESPECÍFICAS, DAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS PROPOSTAS, EN CONDICIÓNS ADAPTADAS.	

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE
EFB1.1.1.RECOÑECE A ESTRUTURA DUNHA SESIÓN DE ACTIVIDADE FÍSICA COA INTENSIDADE DOS ESFORZOS REALIZADOS.
EFB1.1.2. PREPARA E REALIZA QUECEMENTOS E FASES FINAIS DA SESIÓN, DE XEITO BÁSICO, TENDO EN CONTA OS CONTIDOS QUE SE VAIAN REALIZAR.
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.
EFB1.2.1. AMOSA TOLERANCIA E DEPORTIVIDADE TANTO NO PAPEL DE PARTICIPANTE COMO NO DE ESPECTADOR/A.
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.
EFB1.2.3. RESPECTA AS DEMAIS PERSOAS DENTRO DO LABOR DE EQUIPO, CON INDEPENDENCIA DO NIVEL DE DESTREZA.
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.
EFB2.1.2. CREA E PON EN PRÁCTICA UNHA SECUENCIA DE MOVEMENTOS CORPORAIS AXUSTADOS A UN RITMO PREFIXADO DE BAIXA DIFICULTADE.

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.
EFB3.2.1. PARTICIPA ACTIVAMENTE NA MELLORA DAS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS DESDE UN ENFOQUE SAUDABLE, UTILIZANDO OS MÉTODOS BÁSICOS PARA O SEU DESENVOLVEMENTO.
EFB3.2.2. ALCANZA NIVEIS DE CONDICIÓN FÍSICA SAUDABLE ACORDES AO SEU MOMENTO DE DESENVOLVEMENTO MOTOR E ÁS SÚAS POSIBILIDADES.
EFB4.1.1. APLICA OS ASPECTOS BÁSICOS DAS TÉCNICAS E HABILIDADES ESPECÍFICAS ADAPTADAS, RESPECTANDO AS REGRAS E AS NORMAS ESTABLECIDAS.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	1. Antes: A través da observación e o coñecemento do pasado académico e as súas experiencias na actividade física. Realización de valoración inicial da condición física e de test iniciais nas diferentes actividades e deportes. Estas probas iniciais terán o seguinte valor: * 1º ESO/3ºESO/1ºBAC: Realizaremos unha valoración da capacidade aeróbica do alumnado mediante o Test de harward ou test do escalón. Esta proba dará unha idea aproximada do estado inicial do alumnado e servirá para detectar casos extremos de baixa capacidade física para poder facer un traballo máis intenso e individualizado con estas persoas. * 2º/4º da ESO: O alumnado que acade a máxima nota nas probas iniciais, poderá presentarse voluntariamente á proba final. No caso de non facelo, acadará a nota obtida na proba inicial. Os demais alumnos cualificaranse como no apartado anterior. * No caso de non existir probas de inicio, a cualificación obteríase a través da valoración final dos diferentes estándares de aprendizaxe de cada curso. 2. Durante: * Estándares de aprendizaxe conceptuais: a través de actividades teóricas de copia, recompilación, presentación e exposición. * Mediante os criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe dos contidos nas unidades didácticas (baseados en actividades de ensinanza/aprendizaxe). * A través da observación día a día reflectida no caderno do profesor, no que se recollerán a valoración das actitudes. 3. Despois: *Avaliación final ou sumativa que ten en conta toda a información recollida antes e durante o proceso * Probas prácticas: * Excepto o alumnado de 2º e 4º da ESO que saque a máxima nota na proba inicial e decida non realizar a proba final, o resto do alumnado deberá realizar as probas finais que terán neste caso, un valor do 70% da cualificación. * Traballos (obrigatorios e voluntarios): ata un 50% do total da nota de cada apartado. Para facer media das notas deberán chegar como mínimo a un **tres(3)** en cada unha delas.
CUALIFICACIÓN FINAL	ESTÁNDARES EMINENTEMENTE PRÁCTICOS E DE HABILIDADES MOTRICES.....50% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE TEÓRICOS OU CONCEPTUAIS.....30% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE ACTITUDINAIS OU DE COMPORTAMENTO.....20%
PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado que non cumpra algún destes requisitos terá que repetir no mes de setembro todas as probas individuais realizadas e quedará a criterio do departamento, e en función da climatoloxía, cantas destas probas se realizarán(exames prácticos) para a valoración dos procedementos. Realizar un traballo escrito sobre contidos subidos á plataforma Edixgal . A valoración cuantitativa será de 50% para as respectivas probas prácticas e de 50% para os traballos entregados. A nota mínima en cada un dos apartados será dun 3. Aqueles alumnos/as que non poidan realizar as probas prácticas por motivos médicos ou de saúde debidamente xustificados, deberán realizar un exame teórico tipo test sobre os apuntes de Condición Física do Edixgal.

	As probas e os contidos mínimos son os seguintes: * Alumnas: acadar 4 períodos para un 5 e acadar 8,50 períodos para un 10. * Alumnos: acadar 4,5 períodos para un 5 e 9 períodos para un 10. BÁDMINTON: Proba de Manexo. 20 toques para un 5 e 45 para un 10. Espazo limitado ESTÁNDARES CONCEPTUAIS: Copiar a man os apuntes de Condición Física da plataforma Edixgal para un 5. Realizar unha ampliación de 5 carillas destes contidos para acadar ata un 10. Por motivo da pandemia do COVID 19 no caso de non poder realizarse as probas presenciais, o departamento establecerá probas alternativas nas plataformas educativas do centro. O alumnado será informado por ditas plataformas e polo sistema abalar
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	Criterios de avaliación: Acadar os Estándares prácticos do curso actual e Estándares conceptuais do curso pendente.
	Criterios de cualificación: * Estándares procedimentais: 50% da nota. * Estándares conceptuais: 50% da nota.
	Procedementos e instrumentos de avaliación: * Estándares procedimentais: Probas e actividades de carácter práctico ou procedimental. * Traballos teóricos de estándares conceptuais.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na plataforma EDIXGAL están colgados os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: Floorbal, bádminton, condición física, hábitos saudables, o quecemento, aeróbic, lesiones. As actividades son: de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais) e dinámicas, xogos para a realización de actividade física na casa, retos.... Recomendación de actividade física na casa: deixamos no EDIXGAL, material de prescrición de exercicio físico regular, dinámicas, xogos, coa finalidade de que realicen exercicio na casa e se é en familia mellor. Tamén diariamente se colga en Instagram, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, articules e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA (ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E RECURSOS	Plataforma Abalar, correo electrónicos, plataforma EDIXGAL, utilizando a mensaxeira, foros propias da plataforma e vídeoconferencias webex, Instagram.
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. * Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente para que todo o alumnado ampliara e/ou reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

3º ESO

1. CRITERIOS DE AVALIACIÓN E CONTIDOS ASOCIADOS.

CRITERIOS DE AVALIACIÓN	CONTIDOS ASOCIADOS
EFB1.1.1. RELACIONA A ESTRUTURA DUNHA SESIÓN DE ACTIVIDADE FÍSICA COA INTENSIDADE DOS ESFORZOS REALIZADOS.	1. Actividades individuais no medio estable. - ~~Modalidades de atletismo: carreira de valas, salto de altura, triplo salto, peso e disco.~~
EFB1.1.2. PREPARA E REALIZA QUECEMENTOS E FASES FINAIS DE SESIÓN DE ACORDO CO CONTIDO QUE SE VAIA REALIZAR, DE FORMA AUTÓNOMA E HABITUAL.	- ~~Axuste da execución á globalidade do xesto técnico.~~ - ~~Relación da técnica das modalidades coa prevención de lesións, coa eficacia e coa seguridade.~~
EFB1.1.3. PREPARA E PON EN PRÁCTICA ACTIVIDADES PARA A MELLORA DAS HABILIDADES MOTORAS EN FUNCIÓN DAS PROPIAS DIFICULTADES.	- Capacidades motrices implicadas: coordinación, forza rápida, velocidade, flexibilidade. - ~~Formas de avaliar o nivel técnico no paso de valas, salto de altura, triplo salto, peso e disco.~~
EFB1.2.1. AMOSA TOLERANCIA E DEPORTIVIDADE TANTO NO PAPEL DE PARTICIPANTE COMO NO DE ESPECTADOR/A.	- Aspectos preventivos: indumentaria, materiais, quecemento específico para cada modalidade, traballo por niveis de habilidade, actividades de recuperación, estiramentos e relaxación. - A capacidade de aprendizaxe motora e o valor relativo dos resultados cuantitativos.
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.	
EFB1.2.3. RESPECTA AS DEMAIS PERSOAS DENTRO DO LABOR DE EQUIPO, CON INDEPENDENCIA DO NIVEL DE DESTREZA.	
B1.5. UTILIZAR AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN NO PROCESO DE APRENDIZAXE, PARA PROCURAR, ANALIZAR E SELECCIONAR INFORMACIÓN SALIENTABLE, ELABORANDO DOCUMENTOS PROPIOS, E FACENDO EXPOSICIÓNS E ARGUMENTACIÓNS DESTES.	2. Actividades de adversario: bádminton - Golpeos e desprazamentos. Técnica, finalidades e capacidades motrices implicadas. - Estratexia de xogo. Colocación dos golpeos en función da propia situación e da interpretación do xogo e a situación do adversario. - Regulamento de xogo. Adecuación das condutas e aceptación do resultado da competición.
B4.1. RESOLVER SITUACIÓNS MOTORAS INDIVIDUAIS APLICANDO OS FUNDAMENTOS TÉCNICOS E HABILIDADES ESPECÍFICAS, DAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS PROPOSTAS, EN CONDICIÓNS REAIS OU ADAPTADAS	
B4.2. RESOLVER SITUACIÓNS MOTORAS DE OPOSICIÓN, COLABORACIÓN OU COLABORACIÓN-OPOSICIÓN, UTILIZANDO AS ESTRATEXIAS MÁIS AXEITADAS EN FUNCIÓN DOS ESTÍMULOS RELEVANTES.	6. Saúde - Vantaxes para a saúde e posibles riscos das diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. - Medidas preventivas nas actividades físico deportivas nas que hai competición: preparación previa á situación de competición, equilibrio de niveis, adaptación de materiais e condicións de práctica. - Métodos para chegar a valores saudables na forza, a resistencia e a flexibilidade. - Hixiene postural na actividade física e nas actividades cotiás. - Control da intensidade dos esforzos: a frecuencia cardíaca, a escala de percepción de esforzo.
EFB4.2.1. ADAPTA OS FUNDAMENTOS TÉCNICOS E TÁCTICOS PARA OBTER VANTAXE NA PRÁCTICA DAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DE OPOSICIÓN OU DE COLABORACIÓN-OPOSICIÓN PROPOSTAS.	

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE
B1.1. DESENVOLVER ACTIVIDADES PROPIAS DE CADA FASE DA SESIÓN DE ACTIVIDADE FÍSICA, EN RELACIÓN COAS SÚAS CARACTERÍSTICAS.
B1.2. RECOÑECER AS POSIBILIDADES DAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS E ARTÍSTICO-EXPRESIVAS COMO FORMAS DE INCLUSIÓN SOCIAL, FACILITANDO A ELIMINACIÓN DE OBSTÁCULOS Á PARTICIPACIÓN DOUTRAS PERSOAS INDEPENDENTEMENTE DAS SÚAS CARACTERÍSTICAS, COLABORANDO CON ELAS E ACEPTANDO AS SÚAS ACHEGAS.
EFB1.5.1. UTILIZA AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN PARA ELABORAR DOCUMENTOS DIXITAIS PROPIOS (TEXTO, PRESENTACIÓN, IMAXE, VÍDEO, SON, ETC.), COMO RESULTADO DO PROCESO DE PROCURA, ANÁLISE E SELECCIÓN DE INFORMACIÓN SALIENTABLE.
EFB1.5.2. EXPÓN E DEFENDE TRABALLOS ELABORADOS SOBRE TEMAS VIXENTES NO CONTEXTO SOCIAL, RELACIONADOS COA ACTIVIDADE FÍSICA OU A CORPORALIDADE, UTILIZANDO RECURSOS TECNOLÓXICOS.

EFB3.1.2. ASOCIA OS SISTEMAS METABÓLICOS DE OBTENCIÓN DE ENERXÍA COS TIPOS DE ACTIVIDADE FÍSICA, A ALIMENTACIÓN E A SAÚDE.
EFB3.1.3. RELACIONA AS ADAPTACIÓNS ORGÁNICAS COA ACTIVIDADE FÍSICA SISTEMÁTICA, ASÍ COMO COA SAÚDE E OS RISCOS E CONTRAINDICACIÓNS DA PRÁCTICA DEPORTIVA.
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.
EFB3.2.2. ALCANZA NIVEIS DE CONDICIÓN FÍSICA ACORDES AO SEU MOMENTO DE DESENVOLVEMENTO MOTOR E ÁS SÚAS POSIBILIDADES.
EFB3.2.3. APLICA OS FUNDAMENTOS DE HIXIENE POSTURAL NA PRÁCTICA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS COMO MEDIO DE PREVENCIÓN DE LESIÓNS.
EFB3.2.4. ANALIZA A IMPORTANCIA DA PRÁCTICA HABITUAL DE ACTIVIDADE FÍSICA PARA A MELLORA DA PROPIA CONDICIÓN FÍSICA, RELACIONANDO O EFECTO DESTA PRÁCTICA COA MELLORA DA CALIDADE DE VIDA.
EFB4.1.4. MELLORA O SEU NIVEL NA EXECUCIÓN E APLICACIÓN DAS ACCIÓNS TÉCNICAS RESPECTO AO SEU NIVEL DE PARTIDA, AMOSANDO ACTITUDES DE ESFORZO, AUTOEXIXENCIA E SUPERACIÓN.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	1. Antes: A través da observación e o coñecemento do pasado académico e as súas experiencias na actividade física. Realización de valoración inicial da condición física e de test iniciais nas diferentes actividades e deportes. Estas probas iniciais terán o seguinte valor: * 1º ESO/3ºESO/1ºBAC: Realizaremos unha valoración da capacidade aeróbica do alumnado mediante o Test de harward ou test do escalón. Esta proba dará unha idea aproximada do estado inicial do alumnado e servirá para detectar casos extremos de baixa capacidade física para poder facer un traballo máis intenso e individualizado con estas persoas. * 2º/4º da ESO: O alumnado que acade a máxima nota nas probas iniciais, poderá presentarse voluntariamente á proba final. No caso de non facelo, acadará a nota obtida na proba inicial. Os demais alumnos cualificaranse como no apartado anterior. * No caso de non existir probas de inicio, a cualificación obteríase a través da valoración final dos diferentes estándares de aprendizaxe de cada curso. 2. Durante: * Estándares de aprendizaxe conceptuais: a través de actividades teóricas de copia, recompilación, presentación e exposición. * Mediante os criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe dos contidos nas unidades didácticas (baseados en actividades de ensinanza/aprendizaxe). * A través da observación día a día reflectida no caderno do profesor, no que se recollerán a valoración das actitudes. 3. Despois: *Avaliación final ou sumativa que ten en conta toda a información recollida antes e durante o proceso * Probas prácticas: * Excepto o alumnado de 2º e 4º da ESO que saque a máxima nota na proba inicial e decida non realizar a proba final, o resto do alumnado deberá realizar as probas finais que terán neste caso, un valor do 70% da cualificación. * Traballos (obrigatorios e voluntarios): ata un 50% do total da nota de cada apartado. Para facer media das notas deberán chegar como mínimo a un **tres(3)** en cada unha delas.
CUALIFICACIÓN FINAL	ESTÁNDARES EMINENTEMENTE PRÁCTICOS E DE HABILIDADES MOTRICES.....50% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE TEÓRICOS OU CONCEPTUAIS.....30% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE ACTITUDINAIS OU DE COMPORTAMENTO.....20%

PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado que non cumpra algún destes requisitos terá que repetir no mes de setembro todas as probas individuais realizadas e quedará a criterio do departamento, e en función da climatoloxía, cantas destas probas se realizarán(exames prácticos) para a valoración dos procedementos. Realizar un traballo escrito sobre contidos subidos á plataforma Aula Virtuall . A valoración cuantitativa será de 50% para as respectivas probas prácticas e de 50% para os traballos entregados. A nota mínima en cada un dos apartados será dun 3. Aqueles alumnos/as que non poidan realizar as probas prácticas por motivos médicos ou de saúde debidamente xustificados, deberán realizar un exame teórico tipo test sobre os apuntes de Condición Física do Aula Virtual. As probas e os contidos mínimos son os seguintes: COURSE NAVETTE: * Alumnas: acadar 4,5 períodos para un 5 e acadar 9 períodos para un 10. * Alumnos: acadar 5 períodos para un 5 e 9,5 períodos para un 10. BÁDMINTON: Proba de Manexo. 25 toques para un 5 e 50 para un 10. Espazo limitado ESTÁNDARES CONCEPTUAIS: Copiar a man os apuntes de Condición física da plataforma Edixgal para un 5. Realizar unha ampliación de 5 carillas destes contidos para acadar ata un 10. Por motivo da pandemia do COVID 19 no caso de non poder realizarse as probas presenciais, o departamento establecerá probas alternativas nas plataformas educativas do centro. O alumnado será informado por ditas plataformas e polo sistema abalar
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	Criterios de avaliación: Acadar os Estándares prácticos do curso actual e Estándares conceptuais do curso pendente.
	Criterios de cualificación: * Estándares procedimentais: 50% da nota. * Estándares conceptuais: 50% da nota.
	Procedementos e instrumentos de avaliación: * Estándares procedimentais: Probas e actividades de carácter práctico ou procedimental. * Traballos teóricos de estándares conceptuais.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na plataforma Moodle do Aula virtual do centro están colgados os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: Floorbal, bádminton, condición física, hábitos saudables, alimentación, hábitos posturales....etc. As actividades son: de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais) e dinámicas, xogos para a realización de actividade física na casa, retos. Recomendación de actividade física na casa: deixamos na Aula virtual do centro, material de prescrición de exercicio físico regular, dinámicas, xogos, coa finalidade de que realicen exercicio na casa e se é en familia mellor. Tamén diariamente se colga en Instragam, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, artigos e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA (ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E RECURSOS	Plataforma Abalar, correo electrónicos, Aula Virtual, utilizando a mensaxeira, foros propias da plataforma e vídeoconferencias webex, Instagram.
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. * Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente para que todo o alumnado ampliara e/ou reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

4º ESO

1. CRITERIOS DE AVALIACIÓN E CONTIDOS ASOCIADOS.

CRITERIOS DE AVALIACIÓN	CONTIDOS ASOCIADOS
B1.1. DESEÑAR E REALIZAR AS FASES DE ACTIVACIÓN E RECUPERACIÓN NA PRÁCTICA DE ACTIVIDADE FÍSICA CONSIDERANDO A INTENSIDADE DOS ESFORZOS.	1. Actividades individuais no medio estable - O quecemento: fase de activación e de recuperación - Capacidades motrices implicadas: coordinación, forza é resistencia. - Aspectos preventivos: indumentaria, materiais, quecemento específico para cada modalidade, traballo por niveis de habilidade, actividades de recuperación, estiramentos e relaxación. - A capacidade de aprendizaxe motora e o valor relativo dos resultados cuantitativos. 2. Actividades de adversario: bádminton - Golpeos e desprazamentos. Técnica, finalidades e capacidades motrices implicadas. - O saque corto e largo. - Xestos técnicos específicos: drive,remate, deixada, globo - Regulamento de xogo. Adecuación das condutas e aceptación do resultado da competición. 3. Actividades de colaboración-oposición: voleibol e hockei - Habilidades específicas do volei e hockei. Modelos técnicos das habilidades ofensivas e defensivas e adaptación ás características dos participantes. - Regulamento do xogo. Aceptación do resultado da competición - ~~Xestos técnicos en voleibol: toque de dedos e mano baixa. Dinámica de xogo~~ -Xesto técnico do hockei: lanzamento, pases 4. Actividades artístico expresivas: bailes de salón e acrosport - utilización espazo-tempo. Organización temporal (ritmo). Conciencia corporal - Deseño e realización de coreografías. 5. Saúde - Vantaxes para a saúde e posibles riscos das diferentes actividades físico deportivas seleccionadas. - alimentación e saúde - Métodos para chegar a valores saudables na forza, a resistencia e a flexibilidade. - lesións más comúns - Control da intensidade dos esforzos: a frecuencia cardíaca, a escala de percepción de esforzo.
B1.5. DEMOSTRAR ACTITUDES PERSOAIS INHERENTES AO TRABALLO EN EQUIPO, SUPERANDO AS INSEGURIDADES E APOIANDO AS DEMAIS PERSOAS ANTE A RESOLUCIÓN DE SITUACIÓNS DESCOÑECIDAS.	
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.	
B1.6.2. UTILIZA AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN PARA AFONDAR SOBRE CONTIDOS DO CURSO, REALIZANDO VALORACIÓNS CRÍTICAS E ARGUMENTANDO AS SÚAS CONCLUSIÓNS.	
B2.1. COMPOR E PRESENTAR MONTAXES INDIVIDUAIS OU COLECTIVAS, SELECCIONANDO E AXUSTANDO OS ELEMENTOS DA MOTRICIDADE EXPRESIVA.	
B3.1. ARGUMENTAR A RELACIÓN ENTRE OS HÁBITOS DE VIDA E OS SEUS EFECTOS SOBRE A CONDICIÓN FÍSICA, APLICANDO OS COÑECEMENTOS SOBRE ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE.	
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.	
B4.1. RESOLVER SITUACIÓNS MOTRICES APLICANDO FUNDAMENTOS TÉCNICOS NAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS PROPOSTAS, CON EFICACIA E PRECISIÓN	
B4.2. RESOLVER SITUACIÓNS MOTRICES DE OPOSICIÓN, COLABORACIÓN OU COLABORACIÓN-OPOSICIÓN NAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS PROPOSTAS, TOMANDO A DECISIÓN MÁIS EFICAZ EN FUNCIÓN DOS OBXECTIVOS	

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE
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.
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.
EFB1.5.2. VALORA E REFORZA AS ACHEGAS ENRIQUECEDORAS DOS COMPAÑEIROS E DAS COMPAÑEIRAS NOS TRABALLOS EN GRUPO.
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.
EFB2.1.3. COLABORA NO DESEÑO E NA REALIZACIÓN DAS MONTAXES ARTÍSTICO-EXPRESIVAS, ACHEGANDO E ACEPTANDO PROPOSTAS.
EFB3.1.1. DEMOSTRA COÑECEMENTOS SOBRE AS CARACTERÍSTICAS QUE DEBEN CUMPRIR AS ACTIVIDADES FÍSICAS CUN ENFOQUE SAUDABLE E OS BENEFICIOS QUE PROPORCIONAN Á SAÚDE INDIVIDUAL E COLECTIVA.
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.
EFB3.2.2. PRACTICA DE FORMA REGULAR, SISTEMÁTICA E AUTÓNOMA ACTIVIDADES FÍSICAS CO FIN DE MELLORAR AS CONDICIÓNS DE SAÚDE E CALIDADE DE VIDA.
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.
EFB4.1.2. AXUSTA A REALIZACIÓN DAS HABILIDADES ESPECÍFICAS AOS CONDICIONANTES XERADOS POLOS COMPAÑEIROS E AS COMPAÑEIRAS, E AS PERSOAS ADVERSARIAS, NAS SITUACIÓNS COLECTIVAS.
EFB4.2.1. APLICA DE XEITO OPORTUNO E EFICAZ AS ESTRATEXIAS ESPECÍFICAS DAS ACTIVIDADES DE OPOSICIÓN, CONTRARRESTANDO OU ANTICIPÁNDOSE ÁS ACCIÓNS DA PERSOA ADVERSARIA.
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.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	1. Antes: A través da observación e o coñecemento do pasado académico e as súas experiencias na actividade física. Realización de valoración inicial da condición física e de test iniciais nas diferentes actividades e deportes. Estas probas iniciais terán o seguinte valor: * 1º ESO/3ºESO/1ºBAC: Realizaremos unha valoración da capacidade aeróbica do alumnado mediante o Test de harward ou test do escalón. Esta proba dará unha idea aproximada do estado inicial do alumnado e servirá para detectar casos extremos de baixa capacidade física para poder facer un traballo máis intenso e individualizado con estas persoas. * 2º/4º da ESO: O alumnado que acade a máxima nota nas probas iniciais, poderá presentarse voluntariamente á proba final. No caso de non facelo, acadará a nota obtida na proba inicial. Os demais alumnos cualificaranse como no apartado anterior. * No caso de non existir probas de inicio, a cualificación obteríase a través da valoración final dos diferentes estándares de aprendizaxe de cada curso. 2. Durante: * Estándares de aprendizaxe conceptuais: a través de actividades teóricas de copia, recompilación, presentación e exposición. * Mediante os criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe dos contidos nas unidades didácticas (baseados en actividades de ensinanza/aprendizaxe). * A través da observación día a día reflectida no caderno do profesor, no que se recollerán a valoración das actitudes. 3. Despois: *Avaliación final ou sumativa que ten en conta toda a información recollida antes e durante o proceso * Probas prácticas:

	* Excepto o alumnado de 2º e 4º da ESO que saque a máxima nota na proba inicial e decida non realizar a proba final, o resto do alumnado deberá realizar as probas finais que terán neste caso, un valor do 70% da cualificación. * Traballos (obrigatorios e voluntarios): ata un 50% do total da nota de cada apartado. Para facer media das notas deberán chegar como mínimo a un **tres(3)** en cada unha delas.
CUALIFICACIÓN FINAL	ESTÁNDARES EMINENTEMENTE PRÁCTICOS E DE HABILIDADES MOTRICES.....50% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE TEÓRICOS OU CONCEPTUÁIS.....30% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE ACTITUDINAIS OU DE COMPORTAMENTO.....20%
PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado que non cumpra algún destes requisitos terá que repetir no mes de setembro todas as probas individuais realizadas e quedará a criterio do departamento, e en función da climatoloxía, cantas destas probas se realizarán(exames prácticos) para a valoración dos procedementos. Realizar un traballo escrito sobre contidos subidos ó Aula Virtual . A valoración cuantitativa será de 50% para as respectivas probas prácticas e de 50% para os traballos entregados. A nota mínima en cada un dos apartados será dun 3. Aqueles alumnos/as que non poidan realizar as probas prácticas por motivos médicos ou de saúde debidamente xustificados, deberán realizar un exame teórico tipo test sobre os apuntes de Condición Física da Aula Virtual.. As probas e os contidos mínimos son os seguintes: COURSE NAVETTE: * Alumnas: acadar 5 períodos para un 5 e acadar 9 períodos para un 10. * Alumnos: acadar 5,5 períodos para un 5 e 9,5 períodos para un 10. BÁDMINTON: Proba de Manexo. 20 toques para un 5 e 45 para un 10, pivotando sobre un pé. ESTÁNDARES CONCEPTUAIS: Copiar a man os apuntes de Condición Física da Aula Virtual para un 5. Realizar unha ampliación de 5 carillas destes contidos para acadar ata un 10. Por motivo da pandemia do COVID 19 no caso de non poder realizarse as probas presenciais, o departamento establecerá probas alternativas nas plataformas educativas do centro. O alumnado será informado por ditas plataformas e polo sistema abalar
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	Criterios de avaliación: Acadar os Estándares prácticos do curso actual e Estándares conceptuais do curso pendente.
	Criterios de cualificación: * Estándares procedimentais: 50% da nota. * Estándares conceptuais: 50% da nota.
	Procedementos e instrumentos de avaliación: * Estándares procedimentais: Probas e actividades de carácter práctico ou procedimental. * Traballos teóricos de estándares conceptuais.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na plataforma de Moodle da Aula virtual do centro están colgados os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: Floorbal, bádminton, condición física, hábitos saudables, bailes de salón, hábitos posturais...etc As actividades son: de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais) e dinámicas, xogos para a realización de actividade física na casa, retos. Recomendación de actividade física na casa: deixamos na aula virtual do centro, material de prescrición de exercicio físico regular, dinámicas, xogos, coa finalidade de que realicen exercicio na casa e se é en familia mellor. Tamén diariamente se colga en Instagram, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, artigos e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA (ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E	Plataforma Abalar, correo electrónicos, Aula Virtual, utilizando a mensaxeira, foros propias da plataforma e vídeoconferencias webex, Instagram.

RECURSOS	
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. * Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente para que todo o alumnado ampliara e/ou reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE.

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

1º BACHARELATO: Educación Física.

1. CRITERIOS DE AVALIACIÓN E CONTIDOS ASOCIADOS.

CRITERIOS DE AVALIACIÓN	CONTIDOS ASOCIADOS
B1.1. VALORAR A ACTIVIDADE FÍSICA DESDE A PERSPECTIVA DA SAÚDE, A SATISFACCIÓN, A AUTOSUPERACIÓN E AS POSIBILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL E DE PERSPECTIVA PROFESIONAL, ADOPTANDO ACTITUDES DE INTERESE, RESPECTO, ESFORZO E COOPERACIÓN NA PRÁCTICA DA ACTIVIDADE FÍSICA	-Avaliación da condición física. Realización dos test de avaliación da condición física -Principios do Adestramento: Acondicionamento físico persoal e a súa planificación. Os mecanismos de adaptación dos sistemas do organismo á actividade física. Hábitos sociais e os seus efectos na actividade física -Beneficios e riscos da actividade física -Alimentación e gasto enerxético -Utilización de sistemas de acondicionamento físico e adecuación da dinámica de cargas: métodos para a mellora da resistencia cardiorrespiratoria, da flexibilidade e da forza-resistencia muscular. -Mellora e mantemento do ton muscular. Formas de traballo muscular. Obxectivos do traballo con pesas. Opcións actuais de mantemento físico. -Elaboración e realización dun plan persoal de adestramento da condición física, atendendo a dinámica adecuada de cargas e a utilización dos sistemas de desenvolvemento da condición física máis adecuados ós obxectivos e recursos dispoñibles. -Valoración do gasto enerxético diario e dos hábitos de alimentación -Coñecemento dos hábitos e prácticas sociais que prexudican a saúde: sedentarismo, consumo de sustancias tóxicas... -Coñecemento dos regulamento dos deportes que se practiquen -Planificación e xestión de competicións deportivas -Coñecemento dos aspectos sociais do deporte: violencia, economía, consumismo, lexislación, saúde, educación. -Práctica dos deportes elixidos tendo en conta o quentamento, aspectos técnicos e tácticos individuais e colectivos. -Práctica de técnicas específicas de actividades de pa ou raqueta. -Desenvolvemento dunha competición deportiva a nivel de aula: calendarios, arbitraxes, resultados e clasificacións, normativas.
B1.4. UTILIZAR AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN PARA MELLORAR O SEU PROCESO DE APRENDIZAXE, APLICANDO CRITERIOS DE FIABILIDADE E EFICACIA NA UTILIZACIÓN DE FONTES DE INFORMACIÓN E PARTICIPANDO EN ÁMBITOS COLABORATIVOS CON INTERESES COMÚNS.	
B3.1. MELLORAR OU MANTER OS FACTORES DA CONDICIÓN FÍSICA E AS HABILIDADES MOTORAS CUN ENFOQUE CARA Á SAÚDE, CONSIDERANDO O PROPIO NIVEL E ORIENTÁNDOOS CARA ÁS SÚAS MOTIVACIÓNS E CARA A POSTERIORES ESTUDOS OU OCUPACIÓNS.	
B3.2. PLANIFICAR, ELABORAR E PÓR EN PRÁCTICA UN PROGRAMA PERSOAL DE ACTIVIDADE FÍSICA QUE INCIDA NA MELLORA E NO MANTEMENTO DA SAÚDE, APLICANDO OS SISTEMAS DE DESENVOLVEMENTO DAS CAPACIDADES FÍSICAS IMPLICADAS, TENDO EN CONTA AS SÚAS CARACTERÍSTICAS E NIVEL INICIAL, E AVALIANDO AS MELLORAS OBTIDAS.	
B4.2. SOLUCIONAR DE XEITO CREATIVO SITUACIÓNS DE OPOSICIÓN, COLABORACIÓN OU COLABORACIÓN-OPOSICIÓN EN CONTEXTOS DEPORTIVOS OU RECREATIVOS, ADAPTANDO AS ESTRATEXIAS ÁS CONDICIÓNS CAMBIANTES QUE SE PRODUCEN NA PRÁCTICA.	
B4.2.4. VALORA A OPORTUNIDADE E O RISCO DAS SÚAS ACCIÓNS NAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DESENVOLVIDAS.	
B4.2.5. FORMULA ESTRATEXIAS ANTE AS SITUACIÓNS DE OPOSICIÓN OU DE COLABORACIÓN-OPOSICIÓN, ADAPTÁNDOAS ÁS CARACTERÍSTICAS DAS PERSOAS PARTICIPANTES.	

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE
EFB1.1.1. DESEÑA, ORGANIZA E PARTICIPA EN ACTIVIDADES FÍSICAS, COMO RECURSO DE LECER ACTIVO, VALORANDO OS ASPECTOS SOCIAIS E CULTURAIS QUE LEVAN ASOCIADAS E AS SÚAS POSIBILIDADES PROFESIONAIS FUTURAS, E IDENTIFICANDO OS ASPECTOS ORGANIZATIVOS E OS MATERIAIS NECESARIOS.
EFB1.3.1. RESPECTA AS REGRAS SOCIAIS E O CONTORNO EN QUE SE REALIZAN AS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS.
EFB1.4.1. APLICA CRITERIOS DE PROCURA DE INFORMACIÓN QUE GARANTAN O ACCESO A FONTES ACTUALIZADAS E RIGOROSAS NA MATERIA
EFB1.4.2. COMUNICA E COMPARTE A INFORMACIÓN COA FERRAMENTA TECNOLÓXICA AXEITADA, PARA A SÚA DISCUSIÓN OU A SÚA DIFUSIÓN.
EFB3.1.1. INTEGRA OS COÑECEMENTOS SOBRE NUTRICIÓN E BALANCE ENERXÉTICO NOS PROGRAMAS DE ACTIVIDADE FÍSICA PARA A MELLORA DA CONDICIÓN FÍSICA E SAÚDE.
EFB3.1.4. ALCANZA OS SEUS OBXECTIVOS DE NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA DENTRO DAS MARXES SAUDABLES, ASUMINDO A RESPONSABILIDADE DA POSTA EN PRÁCTICA DO SEU PROGRAMA DE ACTIVIDADES.
EFB3.2.1. APLICA OS CONCEPTOS APRENDIDOS SOBRE AS CARACTERÍSTICAS QUE DEBEN CUMPRIR AS ACTIVIDADES FÍSICAS CUN ENFOQUE SAUDABLE Á ELABORACIÓN DE DESEÑOS DE PRÁCTICAS EN FUNCIÓN DAS SÚAS CARACTERÍSTICAS E DOS SEUS INTERESES PERSOAIS.
EFB3.2.2. AVALÍA AS SÚAS CAPACIDADES FÍSICAS E COORDINATIVAS CONSIDERANDO AS SÚAS NECESIDADES E MOTIVACIÓNS, E COMO REQUISITO PREVIO PARA A PLANIFICACIÓN DA SÚA MELLORA.
EFB3.2.4. ELABORA E LEVA Á PRÁCTICA O SEU PROGRAMA PERSOAL DE ACTIVIDADE FÍSICA, CONXUGANDO AS VARIABLES DE FRECUENCIA, VOLUME, INTENSIDADE E TIPO DE ACTIVIDADE.
EFB4.2.2. COLABORA CON PARTICIPANTES NAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS NAS QUE SE PRODUCE COLABORACIÓN OU COLABORACIÓN-OPOSICIÓN, E EXPLICA A ACHEGA DE CADAQUÉN.
EFB4.2.3. DESEMPEÑA AS FUNCIÓNS QUE LLE CORRESPONDEN, NOS PROCEDEMENTOS OU NOS SISTEMAS POSTOS EN PRÁCTICA PARA CONSEGUIR OS OBXECTIVOS DO EQUIPO.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	1. Antes: A través da observación e o coñecemento do pasado académico e as súas experiencias na actividade física. Realización de valoración inicial da condición física e de test iniciais nas diferentes actividades e deportes. Estas probas iniciais terán o seguinte valor: * 1º ESO/3ºESO/1ºBAC: Realizaremos unha valoración da capacidade aeróbica do alumnado mediante o Test de harward ou test do escalón. Esta proba dará unha idea aproximada do estado inicial do alumnado e servirá para detectar casos extremos de baixa capacidade física para poder facer un traballo máis intenso e individualizado con estas persoas. * 2º/4º da ESO: O alumnado que acade a máxima nota nas probas iniciais, poderá presentarse voluntariamente á proba final. No caso de non facelo, acadará a nota obtida na proba inicial. Os demais alumnos cualificaranse como no apartado anterior. * No caso de non existir probas de inicio, a cualificación obteríase a través da valoración final dos diferentes estándares de aprendizaxe de cada curso. 2. Durante: * Estándares de aprendizaxe conceptuais: a través de actividades teóricas de copia, recompilación, presentación e exposición. * Mediante os criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe dos contidos nas unidades didácticas (baseados en actividades de ensinanza/aprendizaxe). * A través da observación día a día reflectida no caderno do profesor, no que se recollerán a valoración das actitudes. 3. Despois: *Avaliación final ou sumativa que ten en conta toda a información recollida antes e durante o proceso

	* Probas prácticas: * Excepto o alumnado de 2º e 4º da ESO que saque a máxima nota na proba inicial e decida non realizar a proba final, o resto do alumnado deberá realizar as probas finais que terán neste caso, un valor do 70% da cualificación. * Traballos (obrigatorios e voluntarios): ata un 50% do total da nota de cada apartado. Para facer media das notas deberán chegar como mínimo a un **tres(3)** en cada unha delas.
CUALIFICACIÓN FINAL	ESTÁNDARES EMINENTEMENTE PRÁCTICOS E DE HABILIDADES MOTRICES.....50% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE TEÓRICOS OU CONCEPTUAIS.....30% ESTÁNDARES EMINENTEMENTE ACTITUDINAIS OU DE COMPORTAMENTO.....20%
PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado que non cumpra algún destes requisitos terá que repetir no mes de setembro todas as probas individuais realizadas e quedará a criterio do departamento, e en función da climatoloxía, cantas destas probas se realizarán(exames prácticos) para a valoración dos procedementos. Realizar un traballo escrito sobre contidos subidos ó Aula Virtual . A valoración cuantitativa será de 50% para as respectivas probas prácticas e de 50% para os traballos entregados. A nota mínima en cada un dos apartados será dun 3. Aqueles alumnos/as que non poidan realizar as probas prácticas por motivos médicos ou de saúde debidamente xustificados, deberán realizar un exame teórico tipo test sobre os apuntes de Condición Física da Aula Virtual. As probas e os contidos mínimos son os seguintes: COURSE NAVETTE: * Alumnas: acadar 5 períodos para un 5 e acadar 9,5 períodos para un 10. * Alumnos: acadar 5,5 períodos para un 5 e 10,5 períodos para un 10. BÁDMINTON: Proba de Manexo. 25 toques para un 5 e 50 para un 10, pivotando sobre un pé. ESTÁNDARES CONCEPTUAIS: Copiar a man os apuntes de Condición Física da Aula Virtual para un 5. Realizar unha ampliación de 5 carillas destes contidos para acadar ata un 10. Por motivo da pandemia do COVID 19 no caso de non poder realizarse as probas presenciais, o departamento establecerá probas alternativas nas plataformas educativas do centro. O alumnado será informado por ditas plataformas e polo sistema abalar
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	Criterios de avaliación: Acadar os Estándares prácticos do curso actual e Estándares conceptuais do curso pendente.
	Criterios de cualificación: * Estándares procedimentais: 50% da nota. * Estándares conceptuais: 50% da nota.
	Procedementos e instrumentos de avaliación: * Estándares procedimentais: Probas e actividades de carácter práctico ou procedimental. * Traballos teóricos de estándares conceptuais.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na páxina web creada para traballar con este curso (https://secundariaalumnosO.wixsite.com/pinomanso/1o-bachillerato-ef) e na plataforma de Moodle da Aula virtual do centro están colgados as seguintes actividades: Actividades xerais: lectura da guía do Coronavirus (información básica para os alumnos e familias, recomendacións e consellos para evitar o contaxio, enlaces de interese...) Os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: Floorbal, condición física, primeiros auxilios (el SVD, cadea de supervivencia y condutas PAS, protocolos de actuación ante paradas cardíacas e obstrución de vías, utilización e manexo del DESA) As actividades son: de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais: elaboración de vídeos dos protocolos, isto pódese realizar na casa con familiares) Recomendación de actividade física e hábitos saudables en casa: deixamos material e actividades para la búsquea, selección e publicación de vídeos, elaboración de materiais propios, alimentación saudable (receitas saudables, consumo de fibra...) Tamén diariamente se colga en Instagram, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, artigos e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o

(ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E RECURSOS	Mensaxes: Aula virtual y Google Drive, páxina web creada para traballar con este curso (https://secundariaalumnosO.wixsite.com/pinomanso/1o-bachillerato-ef), correo electrónico e redes sociais.
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. * Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente, para que todo o alumnado ampliara e/ou reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

1º BACHARELATO: Educación Física e Saúde.

1. CRITERIOS DE AVALIACIÓN E CONTIDOS ASOCIADOS.

CRITERIOS DE AVALIACIÓN	CONTIDOS ASOCIADOS
1- ASISTIR A CLASE E PARTICIPAR ACTIVAMENTE NAS DIFERENTES SESIÓNS.	Bloque I : CONTIDOS COMÚNS. 1. Uso preferente das tecnoloxías da información e a comunicación, incluídas as súas posibilidades interactivas e colaborativas, para a obtención, consulta, interpretación, ampliación e comunicación da información necesaria para o desenrolo dos contidos da materia. 2. Respecto do alumnado entre si e cara o profesorado, así como colaboración entre iguais e cos docentes, nas diferentes actividades propostas. 3. Interese pola elaboración e execución das diferentes tarefas prácticas plantexadas no presente curso: bocata saudable, sobremesa saudable e cálculo das necesidades enerxéticas persoais. 4. Asistencia e participación nas clases mostrando unha actitude positiva cara dos contidos desenrolados. Bloque II : BASES DA NUTRICIÓN DEPORTIVA E CÁLCULO DE NECESIDADES ENERXÉTICAS PERSOAIS. 1. Os principios inmediatos. 2. Necesidades enerxéticas no ámbito deportivo. 3. Cálculo das necesidades enerxéticas propias a partir do metabolismo basal. 4. Elaboración dunha dieta persoal. 5. Elaboración dun bocata saudable que sbustitua á media mañá no instituto. Bloque IV: PRIMEIROS AUXILIOS. ACTUACIÓN ANTE POSIBLES EMERXENCIAS NO MUNDO DEPORTIVO. 1. Revisión das principais situacións de emerxencia no ámbito deportivo: golpe de calor, deshidratación, conxelación, lipotimia, torceduras, fracturas, contusións diversas, epistaxe, mordeduras de insectos e ou animais diversos, rozaduras, atragantamentos,
2. MANEXAR AS DIFERENTES FONTES E OS DIFERENTES MEDIOS PARA ACADAR INFORMACIÓN ACERCA DOS DIFERENTES CONTIDOS TRATADOS NA MATERIA.	
4. SER CAPAZ DE REPRODUCIR NA PRÁCTICA DIFERENTES TEMAS DA MATERIA: ELABORACIÓN DE DIETA PERSOAL. CÁLCULO DE GASTO METABÓLICO PROPIO E NECESIDADES ENERXÉTICAS PERSOAIS. ELABORACIÓN DE DOCUMENTO DE VÍDEO SOBRE PRIMEIROS AUXILIOS NO ÁMBITO DEPORTIVO.	
3. MOSTRAR UNHA ACTITUDE POSITIVA ANTE A REALIZACIÓN DAS DIFERENTES PROBAS SEN PREXUÍZO DO NIVEL ACADADO.	

	parada cardíaca, soporte vital....etc

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE
EF1B2: O/A ALUMNO/A PERCIBE A IMPORTANCIA DE UNHA ALIMENTACIÓN SAUDABLE, E DA IMPORTANCIA DE COÑECEMENTOS BÁSICOS SOBRE PRIMEIROS AUXILIOS.
EF1B4: UTILIZA A FERRAMENTAS AXEITADAS DE BÚSQUEA EN INTERNET.
EF1B5: SELECCIONA A INFORMACIÓN DE MANEIRA AXEITADA.
EF1B6: ELABORA UN DOCUMENTO CON UNHA FERRAMENTA TIC, DISCRIMINANDO ENTRE A INFORMACIÓN SELECCIONADA.
EF1B7: FAI UNHA EXPOSICIÓN AXEITADA DIANTE DOS SEUS COMPAÑEIROS, UTILIZANDO OS MEDIOS DE APOIO NECESARIOS
EF1B10: O/A ALUMNO/A TRANSFORMA OS CONTIDOS TEÓRICOS EN ACCIÓNS PRÁCTICAS.
EF1B11: O/A ALUMNO/A, UTILIZA AS SÚAS FERRAMENTAS PERSOAIS PARA ELABORAR DIFERENTES ALIMENTOS.
EF1B12: O/A ALUMNO/A, FAI UNHA VALORACIÓN OBXECTIVA DO PROPIO TRABALLO E DO TRABALLO DOS COMPAÑEIROS/AS.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	1- Asistir a clase e participar activamente nas diferentes sesións. 2. Manexar as diferentes fontes e os diferentes medios para acadar información acerca dos conceptos de dieta, metabolismo basal, gasto enerxético, lesión deportiva, primeiros auxilios, alimentación saudable, alimentos prexudiciais. 3. Mostrar unha actitude positiva ante a realización das diferentes probas sen prexuízo do nivel acadado. 4. Ser capaz de reproducir na práctica diferentes temas da materia: Elaboración de dieta persoal. Cálculo de gasto metabólico propio e necesidades enerxéticas persoais. Elaboración de documento de vídeo sobre primeiros auxilios no ámbito deportivo. Utilizaranse como instrumentos de avaliación os seguintes: - Producións individuais ou en grupos. - Exames escritos o orais relacionados cos contidos teóricos. - Exames prácticos. - Rexistro de observación procedimental e actitudinal.
CUALIFICACIÓN FINAL	**Criterios de cualificación.** * Contidos procedimentais: diferentes probas prácticas realizadas ó longo do curso. Bocata saudable, sobremesa saudable, vídeo de primeiros auxilios: 40% * Contidos teóricos: búsquea de información, elaboración de traballos individuais ou grupais, exposición de traballos, exames teóricos: 40% * Contidos actitudinais: implicación na materia, asistencia a clase. 20%
PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado con materia suspensa convocatoria ordinaria de Xuño, deberá realizar unha proba escrita sobre un contido que se subirá o Aula Virtual da materia. No caso da actual situación debida o Convido-19, se non fora posible a asistencia ó Centro Educativo o alumnado deberá realizar a proba escrita que o departamento subirá á plataforma educativa antes mencionada.
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	Criterios de avaliación: Acadar os seguintes estándares básicos: EF1B2: O/A ALUMNO/A PERCIBE A IMPORTANCIA DE UNHA ALIMENTACIÓN SAUDABLE, E DA IMPORTANCIA DE COÑECEMENTOS BÁSICOS SOBRE PRIMEIROS AUXILIOS. EF1B4: UTILIZA A FERRAMENTAS AXEITADAS DE BÚSQUEA EN INTERNET. EF1B5: SELECCIONA A INFORMACIÓN DE MANEIRA AXEITADA.

	EF1B6: ELABORA UN DOCUMENTO CON UNHA FERRAMENTA TIC, DISCRIMINANDO ENTRE A INFORMACIÓN SELECCIONADA.
	Criterios de cualificación: Acadar unha cualificación de 5 na proba de cada trimestre ou proba final nas convocatorias Ordinaria/Extraordinaria
	Procedementos e instrumentos de avaliación: Probas teórico/prácticas no Aula Virtual.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na páxina web creada para traballar con este curso (https://secundariaalumnosO.wixsite.com/pinomanso/educacion-fisica-y-salud) e na plataforma de Moodle da Aula virtual do centro están colgados as seguintes actividades: Actividades xerais: lectura da guía do Coronavirus (información básica para os alumnos e familias, recomendacións e consellos para evitar o contaxio, enlaces de interese...) Os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: dieta e alimentación saudable, primeiros auxilios (el SVD, cadea de supervivencia y condutas PAS, protocolos de actuación ante paradas cardíacas e obstrución de vías, utilización e manexo del DESA) As actividades de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais: elaboración de vídeos dos protocolos, isto pódese realizar na casa con familiares) Recomendación de actividade física e hábitos saudables en casa: deixamos material e actividades para la búsquea, selección e publicación de vídeos, elaboración de materiais propios, alimentación saudable (receitas saudables, consumo de fibra...) Tamén diariamente se colga en Instagram, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, artigos e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA (ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E RECURSOS	Mensaxes: Aula virtual y Google Drive, páxina web creada para traballar con este curso (https://secundariaalumnosO.wixsite.com/pinomanso/educacion-fisica-y-salud), correo electrónico y redes sociais.
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. * Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente, para que todo o alumnado ampliara e/ou reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE.

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

2º BACHARELATO: Educación Física e Saúde.

1. CRITERIOS DE AVALIACIÓN E CONTIDOS ASOCIADOS.

CRITERIOS DE AVALIACIÓN	CONTIDOS ASOCIADOS
3- COÑECER OS DIFERENTES MÉTODOS E SUSTANCIAS DOPANTES. AXENCIAS ANTIDOPAXE E DOPAXE TECNOLÓXICO.	<u>BLOQUE I : A DOPAXE E OS XOGOS O MOVEMENTO OLÍMPICO.</u> 1. USO PREFERENTE DAS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E A COMUNICACIÓN, INCLUÍDAS AS SÚAS POSIBILIDADES INTERACTIVAS E COLABORATIVAS, PARA A OBTENCIÓN, CONSULTA, INTERPRETACIÓN, AMPLIACIÓN E COMUNICACIÓN DA INFORMACIÓN NECESARIA PARA O DESENROLO DOS CONTIDOS DA MATERIA. 2. RESPECTO DO ALUMNADO ENTRE SI E CARA O PROFESORADO, ASÍ COMO COLABORACIÓN ENTRE IGUAIS E COS DOCENTES, NAS DIFERENTES ACTIVIDADES PROPOSTAS. 3. COÑECEMENTO DOS DIFERENTES MÉTODOS DE DOPAXE NO MUNDO DO DEPORTE. RECORRIDO HISTÓRICO. AXENCIAS ANTIDOPAXE. TIPOS DE DOPAXE. DIFERENTES SUSTANCIAS DOPANTES E SEMIDOPANTES. REALIZACIÓN DE UN CONTROL ANTIDOPAXE. DOPAXE TECNOLÓXICO E MÉTODOS DOPANTES. 4. RECORRIDO HISTÓRICO POLOS XOGOS OLÍMPICOS. XOGOS OLÍMPICOS NA ACTUALIDADE <u>BLOQUE III : OFERTA E DEMANDA DE ACTIVIDADES RELACIONADAS COA ACTIVIDADE FÍSICA.</u> 1. ANÁLISE E ESTUDO DAS OFERTAS E DEMANDAS DA ACTIVIDADE FÍSICA NO MERCADO LABORAL ACTUAL NOS NIVEIS EUROPEO, ESTATAL, AUTONÓMICO E MUNICIPAL. 2. COÑECEMENTO E VALORACIÓN DAS SAÍDAS PROFESIONAIS NO CAMPO DA ACTIVIDADE FÍSICA E DO ADESTRAMENTO. 3. FERRAMENTAS PARA UNHA CORRECTA BÚSQUEA DE INFORMACIÓN ACERCA DE ESTUDOS UNIVERSITARIOS E DE FORMACIÓN PROFESIONAL.
4- VALORAR POSITIVAMENTE O DEPORTE E A PRÁCTICA REGULAR DE ACTIVIDADE FÍSICA COMO MEDIO PARA ALCANZAR UNA MELLORA FÍSICA, MENTAL, SOCIAL, AFECTIVA, ETC…INCONVENIENTES DO SEDENTARISMO PARA A SAÚDE.	
5- RECOÑECER A ACTUAL SITUACIÓN LABORAL DO MERCADO DE TRABALLO NO MUNDO DA ACTIVIDADE FÍSICA.	
7- SABER USAR AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN.	

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE
EF2B5. COÑECER AS PRINCIPAIS SUSTANCIAS DOPANTES E MÉTODOS DOPANTES-
EF2B6: COÑECER COMO SE REALIZA UN TEST ANTIDOPAXE E RECOÑECER MEDIOS DE DOPAXE TECNOLÓXICO.
EFB2B7. O ALUMNO PARTICIPA ACTIVAMENTE NAS SESIÓNS DE CONDICIÓN FÍSICA E DE ACTIVIDADE FÍSICA.
EFB2B11. O ALUMNO COÑECE AS POSIBILIDADES EDUCATIVAS E LABORAIS DA ACTIVIDADE FÍSICA E DO DEPORTE-
EFB2B12. O ALUMNO MANEXA INTERNET E FERRAMENTAS DIXITAIS PARA A BÚSQUEA E ELABORACIÓN DE INFORMACIÓN.

2. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN	
PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	3- Coñecer os diferentes métodos e sustancias dopantes. Axencias antidopaxe e Dopaxe tecnolóxico. 4- Valorar positivamente o deporte e a práctica regular de actividade física como medio para alcanzar una mellora física, mental, social, afectiva, etc.… Inconvenientes do sedentarismo e do uso de sustancias dopantes para a saúde. 5- Recoñecer a actual situación laboral do mercado de traballo no mundo da actividade física. Descubrir as diferentes opcións académicas relacionadas coa Actividade Física. 6- Saber usar as tecnoloxías da información e da comunicación.
CUALIFICACIÓN FINAL	* Contidos procedimentais: búsquea de información, elaboración de traballos individuais ou grupais, exposición de traballos: ata 80% da nota. * Contidos teóricos: probas escritas: ata 80% da nota * Contidos actitudinais: implicación na materia, hábitos de hixiene correctos....etc: ata 20% da nota.
PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO	O alumnado con materia suspensa na convocatoria ordinaria de Xuño, deberá realizar unha proba escrita sobre un contido que se subirá o Aula Virtual da materia. No caso da actual situación debida o Covid-19, se non fora posible a asistencia ó Centro Educativo o alumnado deberá realizar a proba escrita que o departamento subirá á plataforma educativa antes mencionada
ALUMNADO CON MATERIA PENDENTE	<u>Criterios de avaliación:</u> Acadar os seguintes estándares básicos: 3- COÑECER OS DIFERENTES MÉTODOS E SUSTANCIAS DOPANTES. AXENCIAS ANTIDOPAXE E DOPAXE TECNOLÓXICO. 4- VALORAR POSITIVAMENTE O DEPORTE E A PRÁCTICA REGULAR DE ACTIVIDADE FÍSICA COMO MEDIO PARA ALCANZAR UNA MELLORA FÍSICA, MENTAL, SOCIAL, AFECTIVA, ETC… INCONVENIENTES DO SEDENTARISMO PARA A SAÚDE. 5- RECOÑECER A ACTUAL SITUACIÓN LABORAL DO MERCADO DE TRABALLO NO MUNDO DA ACTIVIDADE FÍSICA. 7- SABER USAR AS TECNOLOXÍAS DA INFORMACIÓN E DA COMUNICACIÓN.
	<u>Criterios de cualificación:</u> Acadar unha cualificación de 5 na proba de cada trimestre ou proba final nas convocatorias Ordinaria/Extraordinaria
	<u>Procedementos e instrumentos de avaliación:</u> Probas teórico/prácticas no Aula Virtual.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES TERCEIRO TRIMESTRE.

Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)	
ACTIVIDADES	Na páxina web creada para traballar con este curso (https://secundariaalumnosO.wixsite.com/pinomanso/educacion-fisica-y-salud) e na plataforma de Moodle da Aula virtual do centro están colgados as seguintes actividades: Actividades xerais: lectura da guía do Coronavirus (información básica para os alumnos e familias, recomendacións e consellos para evitar o contaxio, enlaces de interese...) Os recursos didácticos (apuntes, vídeos, infografías...) sobre os contidos vistos hasta agora na 1ª e 2ºevaluación: dieta e alimentación saudable, primeiros auxilios (el SVD, cadea de supervivencia y condutas PAS, protocolos de actuación ante paradas cardíacas e obstrución de vías, utilización e manexo del DESA) As actividades de síntese e repaso, creativas (de creación de materiais: elaboración de vídeos dos protocolos, isto pódese realizar na casa con familiares) Recomendación de actividade física e hábitos saudables en casa: deixamos material e actividades para la búsquea, selección e publicación de vídeos, elaboración de materiais propios, alimentación saudable (receitas saudables, consumo de fibra...) Tamén diariamente se colga en Instagram, na conta do departamento de educación física (educacionfisicapinomanso) actividades, xogos, artigos e noticias deportivas, curiosidades a cerca do deporte...
METODOLOXÍA	O equipo docente do IES Pino Manso mantén unha comunicación fluída entre os seus integrantes; lévase un control, tanto por parte dos titores como do profesorado en xeral, da realización que o

(ALUMNADO CON CONECTIVIDADE E SEN CONECTIVIDADE)	alumnado leva a cabo das tarefa encomendadas. No caso de que estes non dispuxesen de medios técnicos, fornecéronse de portátiles e conexións, procedentes do noso centro, da Consellería e tamén do propio concello do Porriño. En consecuencia, a metodoloxía que se desenvolve contempla sempre a conectividade do noso alumnado.
MATERIAIS E RECURSOS	Mensaxes: Aula virtual y Google Drive, páxina web creada para traballar con este curso (https://secundariaalumnosO.wixsite.com/pinomanso/educacion-fisica-y-salud), correo electrónico y redes sociais.
RECUPERACIÓN REFORZO AMPLIACIÓN	* Para aqueles alumnos/as que deben recuperar algún trimestre suspenso, terán que acadar unha nota media de 5 nas actividades semanais. * Para aqueles alumnos/as que desexen subir a nota acadada nos dous primeiros trimestres, deberan obter unha media mas actividades semanais propostas superior á media acadada neses trimestres. * O departamento decidiu non realizar actividades de ampliación teóricas aínda que se mandaron actividades de mellora da condición física e da saúde semanalmente, para que todo o alumnado ampliara e/ou reforzara o visto nos dous primeiros trimestres.

4. INFORMACIÓN E PUBLICIDADE.

INFORMACIÓN PUBLICIDADE	O centro educativo ubicará esta información na súa páxina web. O departamento comunicará por Abalar ás familias dos criterios de cualificación.

En O Porriño a 8 de Maio de 2020

A xefa do departamento

Fdo,: Susana Sangiao Novo