

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36011634	IES Politécnico de Vigo	Vigo	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Bacharelato	Educación física	1º Bac.	3	105

Réxime

Réxime de adultos

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	5
4.1. Concrecións metodolóxicas	16
4.2. Materiais e recursos didácticos	19
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	19
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	19
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	21
6. Medidas de atención á diversidade	21
7.1. Concreción dos elementos transversais	22
7.2. Actividades complementarias	24
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	24
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	25
9. Outros apartados	25

1. Introducción

O principal obxectivo da materia no sistema educativo público é buscar capacitar ao alumnado na programación autónoma e a autorregulación da súa práctica física, así como consolidar un estilo de vida activo e saudable ao longo da súa vida. Neste nivel educativo, tamén se favorecerá o achegamento do alumnado a unha serie de profesións vinculadas co deporte, así como novas posibilidades de estudo, xa sexa no ámbito universitario, no da Formación Profesional ou no dos Ensinos Deportivos.

A presente programación didáctica está contextualizada na etapa de Bacharelato. Nesta etapa, a Educación Física está presente unicamente no primeiro curso, cunha carga lectiva de tres horas semanais, por tanto, en principio, será o último contacto que terá o alumnado con contidos propios da materia.

A Programación Didáctica consta de 6 Unidades Didácticas. Varias das unidades didácticas terán continuidade transversal que favorecerá o tratamento dos contidos xenéricos nas especificidades do resto das unidades.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Interiorizar o desenvolvemento dun estilo de vida activo e saudable, planificando responsable e conscientemente a súa actividade física a partir da autoavaliación persoal con base en parámetros científicos e avaliados, e axustando as prácticas motrices ás súas necesidades e motivacións persoais para satisfacer as súas demandas de lecer activo e de benestar persoal, así como coñecer posibles saídas profesionais asociadas á actividade física.	3-5	3	2-4-5	1-4	11-12-50	1-4	3	1-2-31-32-41-42
OBX2 - Adaptar autonomamente as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices específicas das modalidades practicadas, a diferentes situacións con distintos niveis de dificultade, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión e execución adecuados á súa lóxica interna para resolver situacións motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas, e consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.	3-5	3	2-4-5	1-4	11-12-40-50	1-4	2-3	1-2-31-32-41-42

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia.	1-3-5	3	2-4-5	1-4	11-20-50	1-3-4	2-3	1-2-31-32-41-42
OBX4 - Analizar criticamente, e investigar, sobre as prácticas e manifestacións culturais vinculadas coa motricidade segundo a súa orixe e evolución, desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económicos, políticos e sociais que condicionasen o seu desenvolvemento, practicándoas e fomentando a súa conservación para ser capaz de defender, desde unha postura ética e contextualizada, os valores que transmiten.	1-3	3	2-4-5	1-4	11-12-50	1-3-4	2-3	1-2-31-32-41-42
OBX5 - Implementar un estilo de vida sustentable e comprometido coa conservación e mellora da contorna, organizando e desenvolvendo accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, asumindo responsabilidades na seguridade das prácticas, para contribuír activamente ao mantemento e coidado do medio natural e urbano e dar a coñecer o seu potencial entre os membros da comunidade.	1-3		2-4-5	1-4	11-12-20-50	3-4	1-2-3	1-2-31-32-41-42

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición física e quecemento. Plan de adestramento personal	UD teórico-práctica que estudiará os métodos de adestramento para mellorar a C.F e facer un plan persoal de adestramento	15	15	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
2	Deportes de oposición/combate: JUDO	Nesta UD iniciárase ao alumnado nas técnicas básicas do Judo e os seus valores	10	10	X		
3	Deporte alternativo: KORFBALL	Valores asociados ao deporte alternativo. Coñecemento das regras e técnica/táctica do Korfball	9	10	X		
4	Os Primeiros Auxilios	Revisión e actualización das técnicas de los auxilios.	8	8		X	
5	Atletismo: O triple salto	Traballárase un deporte individual dende a especialidade do triple salto de atletismo	10	6		X	
6	Fitness saudable e postura corporal: Core e Pilates	Coñecemento e práctica das técnicas de Core e Pilates e a súa relación coa postura corporal.	8	8		X	
7	Actividades artístico expresivas	Dramatización e musicalidade no movemento corporal	10	12		X	
8	Atletismo: Lanzamentos	Deporte individual do atletismo a través dos lanzamentos de Peso e Disco	10	12			X
9	O Fútbol Sala	Os deportes colectivos por medio do Fútbol Sala	10	12			X
10	As instalacións deportivas e creación dun deporte alternativo alternativos	Inventario e análise das instalacións deportivas da contorna. Creación dun Deporte Alternativo	10	12			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Condición física e quecemento. Plan de adestramento personal	15

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.	Realizar con solvencia un plan persoal de 4 semanas. Analizar un quecemento deportivo nun clube	PE	40
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Identificar e relacionar os exercicios catalogados e as capacidades físicas	TI	60

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Cumprimento da participación activa nas sesións		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Cumprimento do regulamento actitudinal e normativo nas sesións		
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Cumprimento da participación activa na clase		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración. - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal. - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados. - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia. - Sistemas de adestramento. - Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física. - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza. - Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental. - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración. - Trastornos vinculados coa imaxe corporal. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais. - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares). - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Análise crítica de estratexias publicitarias. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.

UD	Título da UD	Duración
2	Deportes de oposición/combate: JUDO	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Realizar as técnicas básicas do Judo con solvencia	TI	100
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Cumprimento da participación activa na sesións		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.

UD	Título da UD	Duración
3	Deporte alternativo: KORFBALL	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Desenrola oas técnicas e tácticas do korfball con solvencia así como coñece o regulamento do xogo	TI	100
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Cumprimento da participación activa na sesión e do regulamento normativo da clase		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival. - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.

Contidos

- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
4	Os Primeiros Auxilios	8

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer e implementar de maneira autónoma medidas específicas para a prevención de lesións e aplicar os primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente.	TI	100

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Protocolos ante alertas escolares.
- Actuacións críticas ante accidentes.
- Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer.
- Desprazamentos e transporte de accidentados.
- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).
- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).
- Contido básico de caixa de primeiros auxilios.

UD	Título da UD	Duración
5	Atletismo: O triple salto	6

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Coñece e realiza a técnica do triple salto segundo de acordo cos exercicios e marcas axeitados á súa idade	TI	100

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.

UD	Título da UD	Duración
6	Fitness saudable e postura corporal: Core e Pilates	8

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Identifica e realiza axeitadamente exercicios de Core e Pilates básicos	TI	100

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física. - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza. - Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas. - Saúde social. - Saúde mental. - Trastornos vinculados coa imaxe corporal.

Contidos
- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.

UD	Título da UD	Duración
7	Actividades artístico expresivas	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Crear unha composición cumprindo os criterios de coordinación, orixinalidade e participación grupal	TI	100
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Crear unha composición cumprindo os criterios de coordinación, orixinalidade e participación grupal		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Cumprimento da participación activa nas sesións		
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Cumprimento na normativa da materia e actitudinal nas sesións		
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear unha composición cumprindo os criterios de coordinación, orixinalidade e participación grupal		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Toma de decisións.

Contidos

- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Mercado, consumismo e deporte.

UD	Título da UD	Duración
8	Atletismo: Lanzamentos	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Participa nas sesións e executa con solvencia as técnicas do lanzamento de peso e disco de atletismo	TI	100

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos

- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.

UD	Título da UD	Duración
9	O Fútbol Sala	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Realiza e supera o cuestionario sobre o fútbol sala	PE	30
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Realizar con solvencia as probas de técnica de fútbol sala	TI	70
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Participar na organización de torneo interno		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Cumprimento da participación activa nas sesións e do regulamento da materia		
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Cumprimento da participación activa nas sesións e do regulamento da materia		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias. - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. - Medidas para fomentar a igualdade no deporte. - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

UD	Título da UD	Duración
10	As instalacións deportivas e creación dun deporte alternativo alternativos	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para prever e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Presentar traballo das instalacións deportivas na contorna	PE	50
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	Presentación axeitada dos documentos requerido no formato dixital	TI	50
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Participar na organización de actividades durante o curso		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participación en actividades no medio natural durante o curso		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde. - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional. - Saúde mental. - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración. - Trastornos vinculados coa imaxe corporal. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais. - Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte. - Saídas profesionais no ámbito deportivo. - Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura. - Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades. - Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo. - Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas. - Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física. - Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A Educación Física na educación secundaria ten un carácter motriz, práctico e vivencial que busca, entre outros obxectivos, incrementar a actividade física efectiva do alumnado.

Os diferentes modelos pedagóxicos constitúen unha ferramenta para materializar un desenvolvemento competencial, polo carácter participativo, creativo e de aprendizaxe que xeran no alumnado.

As situacións de aprendizaxe integran procesos orientados á adquisición da competencia motriz e as competencias clave, enfocándose desde diferentes perspectivas, articulando elementos plurais como: metodoloxías de carácter participativo, o tipo e a intención das actividades expostas, a organización dos grupos, a consolidación dunha autoestima positiva, autonomía, reflexión e responsabilidade ou a creación dunha conciencia de grupo-clase.

A metodoloxía exposta caracterizarase por ser, flexible, activa, integradora, participativa, lúdica, creativa e progresiva.

A continuación, abordamos a proposta metodolóxica a través dalgúns dos seus elementos, como son os estilos de ensino, a organización espazo-temporal, o coñecemento dos resultados/execución, as actividades, a estratexia na práctica e as rutinas.

1. ESTILOS DE ENSINO

Os estilos de ensino móstrannos como se desenvolve a interacción profesor-alumnado no proceso de toma de decisións, e definen o papel de cada un nese proceso.

Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles aseguranos a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F.

Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que cada un ten un carácter propio que permite alcanzar obxectivos secundarios específicos deste.

Chegado o momento de decidirse por un determinado estilo de ensino, a súa selección farase en función de cal sexa o máis apropiado para a ensino-aprendizaxe dunha tarefa determinada. Así para as aprendizaxes técnicas e doutros contidos de similares características, utilizaremos estilos máis directivos; mentres que para aprendizaxes tácticas, de expresión corporal, e outros de similares características fomentaremos a creatividade a través de estilos baseados no descubrimento.

Darase o caso de que nunha mesma sesión se varíen os estilos de ensino utilizados dependendo de cada tarefa.

2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

AGRUPAMENTOS

En canto aos agrupamentos, a súa determinación viranos determinada polas tarefas que desenvolvamos. En principio, contemplamos a utilización de todo tipo de agrupamentos, dende o traballo individual (se é que se pode considerar como un agrupamento) xa que permite a individualización do ensino para adaptarse ao ritmo de aprendizaxe do alumnado; ata o traballo en grupo clase, cando a importancia do contido o requira xa que favorecen o proceso de socialización, melloran as relacións persoais, o coñecemento mutuo, o respecto polos demais, tolerar os distintos puntos de vista e dominio motriz e melloran o rendemento. Pasando polo traballo por parellas, tríos e en pequeno grupo cando a actividade busque desenvolver a cohesión do grupo, así como a aprendizaxe de habilidades técnicas, entre outras.

UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

Para levar a cabo as nosas intencións educativas non reduciremos o noso espazo de actuación á aula e ás instalacións deportivas que se nos asignen, senón que espremeremos ao máximo a utilización dos espazos dispoñibles no centro, co ánimo de descontextualizar o ensino da E.F. das instalacións deportivas, dando a entender ao alumnado a virtualidade do reduccionismo ao que se adoita someter á nosa materia, circunscibíndoa unicamente aos espazos "tradicionais". Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, poderemos empregar a biblioteca do centro. Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede. Por último tamén podemos utilizar a aula de informática para presentar ao alumnado aplicacións e ferramentas interactivas de autoavaliación da condición física e de adestramento que xa veñen implementadas en soporte informático.

OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

Para aprender unha tarefa e lograr un nivel de execución aceptable, o alumnado debe dispoñer dun tempo razoable para practicar a devandita actividade un número suficiente de veces.

O tempo que o alumnado dedica exclusivamente á práctica de actividade física é o que se coñece como tempo de

actividade real. Para intentar incrementar na medida do posible o tempo de actividade real do alumnado, vanse ter en conta unha serie de consideracións prácticas para tal efecto, que a saber son:

Preparación da clase de educación física. Os preparativos previos á sesión adoitan seguir un protocolo cotián e repetitivo: acceder ao vestiario dende a aula, cambiarse de roupa, ir á pista ou ximnasio, pasar lista, regresar, asearse e volver cambiar de roupa. Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estanza no vestiario.

Eficiencia no tempo dispoñible. O devandito tempo trataremos de optimizalo do seguinte xeito;

a) Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas. Focalizaremos a atención nun ou dous aspectos que aseguren certas posibilidades de éxito nos primeiros intentos para non desbordar o alumnado con demasiada información e ademais, conseguir que se motiven polos primeiros éxitos alcanzados. Especial trato dedicaremos ás premisas de respecto mutuo e de seguridade nas tarefas, de cara a que o alumnado aprenda claramente o seu papel na prevención de riscos e na axuda ao compañeiro/a.

b) Rendibilidade na montaxe e recollida do material. Para evitar as perdas de tempo nesta faceta da sesión, aproveitaremos ao máximo os materiais que seleccionemos para a sesión. Ademais, designaremos ao inicio da sesión, ao alumnado responsable da colocación e recollida do material que se vaia utilizar. Naquelas sesións nas que se vaia traballar en circuíto e necesiten moito material, intentaremos na medida do posible, realizar a montaxe previamente á sesión.

c) Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos. Para evitar as perdas de tempo que supoñen tanto o establecemento de agrupamentos, como a transición duns a outros, naquelas sesións nas que as actividades de ensino-aprendizaxe demanden continuos cambios de agrupamentos, secuenciaremos as mesmas de tal maneira que vaian seguidas todas as actividades individuais, logo por parellas, logo por cuartetos, etc., aproveitando o agrupamento anterior para facer o seguinte, de ser posible.

d) Optimización das partes da sesión. Aínda que diferentes autores propoñen varias divisións das sesións de E.F., podemos dicir que basicamente as sesións de educación física divídense en tres partes, a saber: posta en acción, parte principal e volta á calma. Nos puntos anteriores abordamos as pautas a seguir para evitar as perdas de tempo na parte principal da sesión, centrándonos agora nas outras dúas partes.

Para limitar as perdas de tempo na posta en acción, aproveitaremos esta para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal.

Na volta á calma, aproveitaremos o tempo de recuperación para recordar os puntos máis importantes traballados na parte anterior, repartiremos, no seu caso, as fichas de avaliación da sesión e motivaremos o alumnado para a sesión seguinte.

3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

Na actualidade ninguén dubida de que o coñecemento dos resultados constitúa un dos aspectos clave dentro do proceso de aprendizaxe motor. A súa importancia vén certificada por múltiples traballos de investigación que coinciden en afirmar o seu extraordinario valor dentro do proceso de aprendizaxe.

A progresión ao longo das etapas educativas debe ir dende un Coñecemento dos Resultados Extrínseco cara a un cada vez máis Intrínseco.

Nesta proposta de Programación, o Coñecemento dos Resultados abranguerá, en función do momento, tres tipos. Así, en certos contidos, como por exemplo os contidos máis técnicos, trataremos de utilizar o Coñecemento dos Resultados Concorrente. Tanto a través dunha transmisión verbal como táctil, procuraremos que o alumnado modele a súa execución técnica no mesmo momento de realizar a acción.

Naquelas situacións, nas que buscamos que a información teña unha incidencia positiva sobre as execucións posteriores, como no caso dun xesto técnico específico, utilizaremos o Coñecemento dos Resultados Inmediato. Nun principio, mediante unha transmisión verbal, e sempre que sexa necesario, a través dunha transmisión táctil ou visual.

E por último, trataremos de aumentar o protagonismo do Coñecemento dos Resultados Intrínseco, atrasando a administración da información durante un tempo, unha vez finalice a tarefa. Este Coñecemento dos Resultados Diferido, é propio da aprendizaxe dos comportamentos tácticos, onde, combinado con Estilos de Ensino baseados na

Busca, pretendese proporcionar un maior protagonismo ao alumnado á hora de analizar a información e tomar decisións.

4. ACTIVIDADES

A función das actividades é a de reforzar os contidos, grazas a elas o alumnado adquire os mesmos. Ademais, teñen unha función favorecedora do proceso de socialización.

Polo tanto, para cumprir coa súa función, utilizaremos diferentes tipos de actividades. As actividades de Diagnóstico utilizarémolas principalmente nas primeiras sesións de cada U.D. co obxectivo de levar a cabo a avaliación dos coñecementos previos do alumnado sobre os contidos a desenvolver. As actividades de Desenvolvemento que utilizaremos para desenvolver os contidos centrais das distintas UU.DD. Ligadas a estas actividades virán as de Síntese, nas cales trataremos de conseguir a aplicación dos contidos aprendidos, en situacións reais de práctica. Por último, seguindo a lóxica metodolóxica, levaremos a cabo as actividades de Avaliación, coas que pretendemos comprobar o nivel de adquisición de contidos desenvolvido polo alumnado. Non debemos esquecer, que dada a heteroxeneidade do alumnado, os ritmos de aprendizaxe son individuais, polo tanto teremos preparados dous tipos máis de actividades; as de Reforzo, que utilizaremos con aquel alumnado cuxo ritmo de aprendizaxe sexa máis lento que o do grupo de referencia; e as de Ampliación, que utilizaremos con aquel alumnado que presenta un dominio importante do contido dende un principio, ou cuxo ritmo de aprendizaxe está por riba do grupo de referencia.

5. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

A estratexia na práctica que utilizaremos dependerá do tipo de contido e da tarefa que deseñamos, así como do seu obxectivo.

Así por exemplo, para as actividades de avaliación inicial, deseñadas para a primeira sesión de cada U.D., con carácter xeral, a estratexia será de tipo global, onde se implique o maior número de habilidades, fundamentos e coñecementos posible para poder facernos unha idea xeral do nivel de coñecemento inicial do noso alumnado no devandito contido.

Para aquelas tarefas onde o obxectivo perseguido sexa entre outros unha aprendizaxe técnica, a estratexia a utilizar será máis analítica. Por exemplo a aprendizaxe dun xesto técnico, comezará cunha aproximación analítica ao mesmo descompoñéndoo en diferentes partes secuenciadas segundo os segmentos corporais implicados no xesto.

Por último, para os pasos intermedios entre as aprendizaxes máis analíticas e as máis globais, utilizaremos estratexias sintéticas que nos permitan avanzar na aprendizaxe de todo tipo de contidos.

Hai que dicir, que as estratexias utilizadas poden presentarse de forma tanto simultánea como secuencial dentro da mesma sesión. Así mesmo, pódense utilizar en ambos os dous sentidos, é dicir, podemos partir dunha estratexia global para rematar cunha aprendizaxe máis analítica, ou viceversa, podemos partir dunha estratexia máis analítica para rematar cunha máis global.

6. RUTINAS

Para favorecer o bo funcionamento das sesións, e coa intención de optimizar ao máximo o tempo de práctica efectivo por parte do alumnado que redunde nunha maior aprendizaxe por parte destes, establécense unha serie de rutinas.

Entrada e Saída da aula: A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 5 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula de educación física (pavillón, pista, etc) correspondente. A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

Cambio de Roupa: O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da roupa necesaria para realizar a sesión, sempre e cando este sexa necesario.

Hábitos Hixiénicos: Distinguiremos entre aseo e ducha. Entendemos por aseo o secado da sudoración e o cambio de roupa. Para iso o alumnado contará con 5 minutos. O alumnado que mostre a súa intención de ducharse, debe advertilo ao profesorado antes de iniciar a clase, cedéndoselle os últimos 7 minutos da sesión.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión a excepción de, se é o caso, o alumnado que se vaia duchar.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso.
Apuntes elaborados pola persoa docente.
Aula virtual/moodle do IES Politécnico de Vigo, curso 1º de bacharelato. Enlaces a revistas científicas, artigos e libros dixitais.
Material bibliográfico no departamento e na biblioteca do centro con máis de 300 referencias.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial desenvolverase ao inicio de cada Unidade Didáctica para comprobar os coñecementos previos que posúe o alumnado sobre os contidos da mesma.

Os procedementos de avaliación poderán ser variados, tanto probas escritas, como observación directa de tarefas específicas nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais.

O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D.

Unha vez feita, a persoa docente valorará a necesidade de realizar adaptacións nos diferentes apartados da programación, de ser o caso.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
Peso UD/ Tipo Ins.	15	10	9	8	10	8	10	10	10	10
Proba escrita	40	0	0	0	0	0	0	0	30	50
Táboa de indicadores	60	100	100	100	100	100	100	100	70	50

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Proba escrita	14
Táboa de indicadores	86

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 6 UD, a primeira delas de carácter transversal. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 2, impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 33%; a 3-4 impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 33%, e a 5-6 impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 34%. No número de sesións asignado a cada UD contéplanse tamén a/as sesións dedicadas á avaliación.

O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma. Tanto o peso como as sesións da UD 1, repártense entre cada trimestre, xa que nesta UD impartiranse contidos adaptados a cada unha das demais UU.DD, pero a seu peso principal recae no primer trimestre.

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD).

Tendo en conta estes elementos, para a superación de cada unidade didáctica o alumnado deberá acadar os mínimos de consecución establecidos, nun peso orientativo global igual ou superior ao 45%. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaranse as medidas de reforzo educativo.

A cualificación de cada trimestre, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada UD impartida no trimestre.

A nota final ordinaria será a media aritmética de sumar cada unha das 3 avaliacións con 2 decimais (nota do caderno del profesor) e redondeado o enteiro superior a partir de 0,51.

Avaliación Final Extraordinaria

No caso de que a final ordinaria fose inferior a 5 puntos despois de extraer a media, se recuperarán as partes teóricas ou prácticas das avaliacións suspensas. Coas notas obtidas no proceso de recuperación volverase a facer a media de cada unha das avaliacións agregando as partes recuperadas e se extraerá unha nova nota final extraordinaria facendo a media das 3 avaliacións cos seus respectivos decimais e redondeando o enteiro superior a partir de 0,51.

O valor numérico da nota irá dende o 0 ao 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata 0,50 cara abaixo e dende 0,51 cara arriba), e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar un 4,51 ou superior. Atendendo a:

70% PARTE PRÁCTICA

- 50% PROBAS OBXETIVAS DE CADA AVALIACIÓN
- 20% A PRODUCCIÓN DO ALUMNADO NA AULA

10% ; puntualidade, roupa mínima para a sesión, coidado do material, e aseo etc.

10% PARTICIPACIÓN nas sesións mínimas establecidas en cada avaliación que será o 90% das establecidas polo calendario escolar.

30% PARTE TEÓRICA

- TRABALLOS DE CADA AVALIACIÓN ENTREGADOS EN TEMPO E FORMA

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas escritas, como observación directa por parte da persoa docente.

No caso de puntuais solicitudes para ausentarse das sesións para rehabilitacións etc e baixo a supervisión da xefatura de estudos e o acordo cos p/m/titores legais poderase propoñer un traballo complementario para cerrar a nota. Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

As probas escritas poderán ser exames tipo test, de resposta curta o de desenvolvemento. Tamén poderán solicitarse a realización de traballos escritos.

Ao ser unha materia eminentemente práctica, o procedemento de avaliación máis empregado será a observación directa a través de diversos instrumentos, principalmente rúbricas, listas de cotexo e escalas de valoración, en función dos contidos a desenvolver.

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesiões, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible,

determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, estudo específico de contidos teóricos referidos a esa Unidade Didáctica, traballos escritos sobre a mesma, etc. Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido preferente é a táboa de indicadores, xa que a nosa materia é eminentemente práctica. Non obstante, poderán facerse tamén probas escritas, oráis...

Criterios de recuperación:

UU.DD. non superadas: - Logo de rematar a UD propóranse ao alumnado que non a superou, actividades de reforzo e recuperación, que serán supervisadas polo profesorado en sesións de titoría previa cita. Nalgúns casos, segundo as características dos contidos e a situación do alumnado, poderase propor ao mesmo a realización de traballos escritos. No caso de recuperar a UD antes da avaliación trimestral, terase en conta a nova cualificación. De non superala, quedará pendente de recuperar, sempre e cando o alumnado non supere o trimestre, neste caso a UD darase por superada. Avaliación trimestral: - Logo de rematar o trimestre o alumnado que non supere a avaliación, deberá recuperar unicamente as UU.DD. que non teña superadas. Para elo, o profesorado proporá actividades de recuperación ou repetición da proba concreta, ao alumnado que serán supervisadas polo profesorado en sesións de titoría previa cita. Nalgúns casos, segundo as características dos contidos e a situación do alumnado. Se os contidos teñen carácter transversal, poderase propor ao alumnado dar por superada a UU.DD superando unha o as dúas do seguinte trimestre. Avaliación final extraordinaria: - Ao alumnado con algunha avaliación trimestral non superada, realizará actividades de recuperación no período que vai dende a avaliación final ordinaria á avaliación final extraordinaria. Esas actividades serán avaliadas por observación directa do profesorado e/ou proba escrita, de considerar que acadada o mínimo de consecución, daranse por superadas. - O alumnado que logo de facer as recuperacións das avaliacións trimestrais, e logo de transcorrer o período entre avaliación final ordinaria e extraordinaria non recuperou algunha delas, deberá superar nunha proba final extraordinaria os mínimos de consecución non superados. A proba será preferentemente práctica, aínda que, nalgúns casos, pódese propor unha proba escrita según as dificultades específicas do alumnado (lesións, problemas de saúde, etc.).

5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes

Para o alumnado que promocionou a 2º de Bacharelato coa materia de Educación Física pendente elaborárase un plan de recuperación personalizado. Neste plan farase constar, ademais dos apartados establecidos normativamente, os mínimos de consecución que o alumnado ten pendentes de superar, e de ser o caso, as UU.DD.

Farase un calendario de titorías, previa cita por parte do alumnado, para desenvolver o seguimento das tarefas propostas no plan de recuperación. Neste calendario estableceranse tamén as datas das probas para superar os contidos, e o tipo das mesmas.

O cálculo numérico da nota farase igual que no procedemento de cualificación do curso.

Unha vez establecido o calendario da ABAU, e de non ter superado a materia fíxase unha proba final extraordinaria. Na dita proba o alumnado deberá superar aqueles contidos das UU.DD. que non superara nas probas anteriores, tendo en conta que todo o superado no curso anterior, mantense como superado coa mesma nota.

No departamento chegamos o acordo de que o alumnado que recupere/aprobe a 1ª e 2ª avaliación do curso actual recuperará a materia do curso anterior. En caso de non cumprir con este criterio terá que presentar os traballos teóricos facilitados polo departamento e presentarse o exame na convocatoria que faga a Xefatura de Estudos

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo á Orde do 8 de setembro que desenvolve o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, adoptaranse as medidas de carácter ordinario e extraordinario que se consideren oportunas e axeitadas ao alumnado.

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos.

Ademais do diferente ritmo de aprendizaxe do alumnado e o nivel de competencia motriz, os casos máis frecuentes

na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

Alumnado repetidor (coa materia aprobada / coa materia suspensa). Este alumnado, maioritariamente coa materia superada, pode colaborar co profesorado en actividades de microensinanza participando como alumno avantaxado en determinados contidos. Esa actuación será valorada polo profesorado con táboas de indicadores específicas.

Alumnado con diferente nivel de competencia motriz. Ao alumnado que teña baixo nivel de competencia motriz nos contidos dalgunha/s unidade/é didáctica/s, realizaránselle apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, adaptánselle os tempos e os procedementos de avaliación.

Alumnado lesionado ou incapacitado temporalmente para realizar a práctica. No caso deste alumnado con necesidades educativas especiais poñeranse en marcha os apoios e as atencións educativas específicas necesarias para a consecución dos obxectivos de aprendizaxe. Nestes casos, asignarase un rol en función da UD que garanta que participa e logra os obxectivos fixados: avaliador, xuíz/árbitro e axudante serán os roles máis utilizados. A avaliación da súa práctica realizarase a través de táboas de indicadores específicas. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade adaptánselle tanto os contidos teóricos, os tempos como os procedementos de avaliación. En todo caso, evitarase que se limite a tomar nota da sesión.

Alumnado que promociona coa materia sen superar. Neste caso elaborárase un Plan de reforzo adaptado ás súas particularidades. De todos os apartados do plan, destacamos as tarefas para realizar e a súa temporalización, así como os procedementos de seguimento e avaliación.

Por outro lado, no caso do alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis lento podemos poñer en marcha:

- Adaptacións metodolóxicas en canto ao estilo de ensinanza: empregar formas de organizar a clase individualizadas, realización de grupos de nivel naquelas actividades que así o requiran, etc...

- Adaptacións metodolóxicas en canto á técnica de ensinanza: comunicar só os aspectos máis importantes do modelo, presentar o modelo de forma máis personalizada. Procurar deseñar actividades diferentes para traballar un mesmo contido...

- Adaptacións metodolóxicas en canto ás estratexias pedagóxicas: apoio verbal, visual, manual, ampliación do tempo para alcanzar un determinado contido (polo que se establecerán progresións máis próximas á súa aptitude física). Reforzo permanente dos logros acadados para elevar a súa autoestima-autoconcepto, creación dun clima na aula na que o alumno/a non tema expresar as súas dificultades. Simplificación das actividades e adaptación das regras de xogo.

En canto ao alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis rápido, podemos:

- Plantexar actividades de ampliación que lles permitan profundar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.

- Implicar a este alumnado en programas de acción tutorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe.

No caso de ser necesarias medidas extraordinarias de atención á diversidade unha vez esgotadas as de carácter ordinario, seguiranse as indicacións establecidas na normativa vixente, coa colaboración do departamento de orientación do centro.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Comprensión de lectura	X	X	X	X	X	X		
ET.2 - Expresión oral e escrita	X	X	X	X	X	X		
ET.3 - Comunicación audiovisual						X		
ET.4 - Competencia dixital		X		X		X		
ET.5 - Emprendemento social e empresarial		X		X		X		
ET.6 - Fomento do espírito crítico e científico	X	X	X	X	X	X		

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.7 - Educación emocional e en valores	X	X	X	X	X	X		
ET.8 - Igualdade de xénero	X	X	X	X	X	X		
ET.9 - Creatividade	X		X		X			

	UD 9	UD 10
ET.1 - Comprensión de lectura		
ET.2 - Expresión oral e escrita		
ET.3 - Comunicación audiovisual		
ET.4 - Competencia dixital		
ET.5 - Emprendemento social e empresarial		
ET.6 - Fomento do espírito crítico e científico		
ET.7 - Educación emocional e en valores		
ET.8 - Igualdade de xénero		
ET.9 - Creatividade		

Observacións:

A comprensión de lectura traballarase en todas as UU.DD. a través da proposta de lecturas que aborden a temática da U.D. e dos apuntamentos do exame escrito.

A expresión oral valorarase nas exposicións que deba facer o alumnado, así como na dirección de partes das sesións de clase (quecemento, por exemplo).

A expresión escrita traballarase a través das tarefas de redacción, recensión e nas probas escritas.

A comunicación audiovisual traballarase nas tarefas propostas ao alumnado sobre contidos da U.D. Especialmente na presentación na clase do estudo dun xesto deportivo da terceira avalaiación.

A competencia dixital traballarase tanto a través do uso da aula virtual, como das aplicacións que se empreguen para desenvolver os contidos das diferentes UU.DD.

O emprendemento social e empresarial traballarase nas UU.DD. de primeiros auxilios, saúde, tai-chi, a dramatización e os xogos populares, xa que se proporá ao alumnado facer representacións ante colectivos fora do centro, así como a organización de eventos no medio natural.

A educación emocional e en valores traballarase ao longo do curso a través das diferentes UU.DD.

A igualdade de xénero está presente en todo o currículo e polo tanto en toda a programación, especialmente a teremos presente en aquelas UU.DD. nas que os prexuízos poden influir nas ideas preconcebidas do alumnado.

A creatividade, aínda que presente en todas as tarefas motrices, traballarase principalmente nas unidades de expresión corporal, e de dramatización.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Campionato de tenis de mesa	Desenvolver no contorna do centro un campionato autoxestionado de tenis de mesa.	X	X	X
Xornada de actividades de deportes na natureza	Iniciarse en deportes na natureza a través dunha xornada compartida en colaboración con profesionais do sector			X

Observacións:

As actividades complementarias desenvolveranse ao longo do curso.

8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Metodoloxía empregada
RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Clima de traballo na aula
MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓN E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN.

Descrición:

O proceso de ensino esixe unha avaliación continua para ir axustando a programación. Esta avaliación permite ir detectando necesidades e buscando o axuste, as correccións precisas e as medidas que se consideren oportunas en cada momento.

Propóñense uns aspectos da programación e do procedemento de ensino-aprendizaxe, e uns indicadores, que a persoa docente pode avaliar, escollendo os instrumentos que considere máis axeitados (cuestionarios, listaxes de control ou rexistro de datos, entrevistas, observador externo ou ben comparar a experiencia con outros compañeiros e compañeiras docentes). Nesta proposta poden suprimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere.

RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

Análise dos resultados obtidos na avaliación final. O 80% do alumnado aproba a materia.

TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Mediante unha listaxe de control reflectirase si a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UU.DD. como a programación xeral.

DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2 instrumentos de avaliación: unha enquisa ao alumnado de cada grupo, e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase. O 75% do alumnado, nunha escala de 0 a 10, puntúa con 6 ou máis este apartado.

MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:

Avaliarase a través dunha autoevaluación do alumnado, e a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cun feed-back obtido das entrevistas ou tutorías coas familias. O 75% do alumnado, nunha escala de 0 a 10, puntúa con 6 ou máis este apartado.

INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:

Mediante unha listaxe de control avaliarase si alumnado e familias foron informados en tempo e forma do contido desta programación didáctica a través da páxina web do centro. Ademais o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma, comprobando o rexistro de entrada na aula virtual do centro.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O seguimento da programación é indispensable para ir avaliando procedementos, as actividades levadas a cabo e os resultados alcanzados polo alumnado, e así ir facendo as modificacións que se consideren oportunas para finalmente reflexionar acerca das posibles propostas de mellora. O coñecemento dos resultados obtidos neste proceso de seguimento e avaliación tamén establecerán un novo punto de partida de cara ao próximo curso e cara a unha nova intervención docente.

O seguimento da programación realizarase a través da sección de "Seguimento" da Aplicación PROENS. Nesta sección indícarase a data de inicio e fin da UD, o número de sesións previstas, o número de sesións realizadas, o grao de cumprimento da programación (baixo-medio-alto), as propostas de mellora e calquera observación que se considere oportuna..

Proponse facer o seguimento e a avaliación da programación nos seguintes prazos:

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidades de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.
- Ao finalizar o trimestre, onde analizaranse as unidades didácticas levadas a cabo, factores favorables e dificultades atopadas na temporalización das mesmas e resultados acadados polo alumnado. No caso de que quedara sen impartir algunha UD, o seu peso repartirase equitativamente entre o resto de UU.DD. impartidas no trimestre.
- Ao finalizar o curso escolar.

As propostas de mellora reorientarán e modificarán a nova programación, se é o caso, e unha vez discutido no seno do departamento (reorientarán as estratexias para desenvolver contidos, reforzarán aspectos varios, variarán procedementos, etc....) sempre buscando a optimización do proceso e o aproveitamento dos recursos. Estas propostas deberán quedar reflectidas na memoria final do departamento.

9. Outros apartados