Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO
"O FSE inviste no teu futuro"

ADAPTACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DO DEPARTAMENTO – ABRIL 2020

MOTIVO MODIFICACIÓN	Alerta sanitaria motivada pola COVID -19 que motivou o decreto do estado de alarma.				
CURSO	2019 - 2020	**DEPARTAMENTO**	EDUCACIÓN FÍSICA	**DATA MODIFICACIÓN**	10/05/2020
NIVEL	EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA	X	BACHARELATO		X

ORDE do 20 de xuño de 2019 pola que se aproba o calendario escolar para o curso 2019/20 nos centros docentes sostidos con fondos públicos na Comunidade Autónoma de Galicia.

A presente modificación da programación didáctica atende ao disposto nas 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.

1. AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN DA MATERIA

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
EF 1º ESO	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias motriz, de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realización de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
EF 2º ESO	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias motriz, de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realzación de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
EF 3º ESO	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias motriz, de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realzación de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
EF 4º ESO	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias motriz, de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realzación de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
EF 1º BACH	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias motriz, de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realzación de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
PEVS 1º ESO	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realzación de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
SCV 1º BACH	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realzación de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

CURSO	INSTRUMENTOS E PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN
CAF 2º BACH	**PROCEDEMENTOS:** Procedimientos de tipo cualitativo, cun compoñente subxectivo, observación directa e indirecta, procedementos de apreciación e de verificación. **INSTRUMENTOS:** Registro anecdótico, listas de control, rúbricas, probas de execución motriz, batería test, cuestionarios, entrevista, traballo monográfico, diario adestramento.
	CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN
	CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 1ª e 2ª AVALIACIÓN: Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias motriz, de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 40%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 40% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 10%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN DA 3ª AVALIACIÓN:** Apuntuación máxima obtida será de 1 punto e mínima de 0. Esta puntuación resulta da avaliación de do rendemento desglosada da seguinte maneira: • Estandares vinculados ás competencias de aprender a aprender, sentido e iniciativa emprendedora: 30%. • Estandares vinculados as competencias sociais e cívicas, conciencia e expresións culturais: 30% • Estandares vinculados as competencias dixitáis: 30%. • Estandares vinculados as competencias lingüísticas, matemática e ciencias e tecnoloxía: 10%. **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN XERAL: (**(1ª +2ª)/2)+3ª Media aritmética das calificaciones da 1ª e 2ª avaliación máis a valoración da 3ª avaliación. Puidendo ter a valoración da 3ª un valor entre 0 e 1.
	RECUPERACIÓN DA MATERIA (proba extraordinaria de setembro)
	• Exame escrito sobre os contidos traballados durante o curso. • Realización de probas de execución motriz, segundo os contidos traballados no curso.

2. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE MÍNIMOS AVALIABLES NO CURSO 2019 - 2020.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
	▪ 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.	▪ EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico 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 acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.
		▪ EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.
	▪ 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.	▪ 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 seu nivel de destreza.
	▪ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.	▪ EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.
		▪ EFB1.3.2. Respecta o seu controno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.
		▪ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

EF 1º ESO	▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas.
	▪ 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 adecuados á súa idade.	▪ 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.
	▪ B3.1. Recoñecer e aplicar os principios da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.	▪ EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.
		▪ EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.
	▪ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas 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.	▪ EFB3.2.1. Inicíase na participación activa das actividades para a 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.
		▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.
	▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.	▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.
		▪ EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.
		▪ 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.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
	▪ B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	▪ EFB1.1.1.Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.
		▪ 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.
	▪ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando elas e aceptando as súas achegas.	▪ EFB1.2.1. 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.
	▪ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	▪ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.
		▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.
		▪ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

EF 2º ESO	▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.
		▪ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.
	▪ 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.	▪ 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.
	▪ B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, e aplicalos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	▪ EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.
		▪ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.
		▪ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.
		▪ EFB3.1.5. Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.
		▪ 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.
	▪ 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.	▪ 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.
		▪ 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 saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.
	▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.	▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.
		▪ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.
		▪ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.
		▪ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
	▪ B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	▪ EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.
		▪ 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.
		▪ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades.
	▪ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social	▪ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

	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.	▪ EFB1.2.2. 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.
	▪ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	▪ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas. ▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. ▪ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.
	▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. ▪ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.
	▪ 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.	▪ 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.
	▪ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.	▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade. ▪ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado. ▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.
EF 3º ESO	▪ B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	▪ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo. ▪ 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. ▪ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física. ▪ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física. ▪ 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.
	▪ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.	▪ 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 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.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

	▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.	▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.
		▪ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.
		▪ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.
		▪ 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.
	▪ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.	▪ 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.
		▪ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.
		▪ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.
		▪ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
	▪ B1.1. Deseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.	▪ EFB1.1.1. Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.
		▪ 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.
		▪ EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.
	▪ B1.2. Colaborar na planificación e na organización de eventos, campionatos ou torneos deportivos, prevendo os medios e as actuacións necesarias para a súa celebración e relacionando as súas funcións coas do resto de implicados/as.	▪ EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.
		▪ EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.
		▪ EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.
	▪ B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.	▪ EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.
		▪ EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.
		▪ EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.
	▪ B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de actividade física, tendo en conta os factores inherentes á actividade e prevendo as consecuencias que poidan ter as actuacións pouco coidadosas sobre a seguridade das persoas participantes.	▪ EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.
		▪ EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.
		▪ EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

EF 4º ESO	▪ B1.5. Demostrar actitudes persoais inherentes ao traballo en equipo, superando as inseguridades e apoiando as demais persoas ante a resolución de situacións descoñecidas.	▪ EFB1.5.1. Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.
		▪ EFB1.5.2. Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.
	▪ B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.	▪ EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.
		▪ EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.
		▪ EFB1.6.3. Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.
	▪ B2.1. Compor e presentar montaxes individuais ou colectivas, seleccionando e axustando os elementos da motricidade expresiva.	▪ EFB2.1.1. Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.
		▪ EFB2.1.2. Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.
		▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.
	▪ 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.	▪ 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.
		▪ EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.
	▪ B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.	▪ EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.
		▪ EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.
		▪ EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.
		▪ EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.
	▪ B4.1. Resolver situacións motrices aplicando fundamentos técnicos nas actividades físico-deportivas propostas, con eficacia e precisión.	▪ EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.
		▪ EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.
		▪ EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.
	▪ 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.	▪ 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.
		▪ EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

		▪ EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.
		▪ EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.
		▪ EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
EF 1º BACH	▪ 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	▪ 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.
	▪ B1.2. Controlar os riscos que pode xerar a utilización dos equipamentos, o contorno e as propias actuacións na realización das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, actuando de forma responsable no seu desenvolvemento, tanto individualmente como en grupo.	▪ EFB1.2.1. Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.
		▪ EFB1.2.2. Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas.
		▪ EFB1.2.3. Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo.
	▪ B1.3. Amosar un comportamento persoal e social responsable respectándose a si mesmo/a, ás outras persoas e o contorno, no marco da actividade física.	▪ EFB1.3.1. Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas.
		▪ EFB1.3.2. Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
	▪ 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.	▪ 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.
	▪ 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.	▪ EFB3.1.2. Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde.
		▪ EFB3.1.3. Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física.
		▪ 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.
	▪ 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.	▪ 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.
		▪ EFB3.2.3. Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade.
		▪ 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.
		▪ EFB3.2.5. Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado.
		▪ EFB3.2.6. Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

	▪ B4.1. Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específicas individuais ou de adversario/a con fluidez, precisión e control, perfeccionando a adaptación e a execución dos elementos técnicos desenvolvidos no curso anterior.	▪ EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses.
		▪ EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas.
		▪ EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo.
		▪ EFB4.1.4. Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios.
	▪ 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.	▪ EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición.
		▪ 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.
		▪ EFB4.2.4. Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas.
		▪ EFB4.2.5. Formula estratexias ante as situacións de oposición ou de colaboración-oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
PEVS 1º ESO	• B1.1. Coñecer a relación entre a práctica regular de actividade física e a saúde.	• PEVSB1.1.1. Coñece os beneficios para a saúde da práctica regular de actividade física, así como os efectos adversos da inactividade.
		• PEVSB1.1.2. Identifica os principais parámetros de saúde axeitados para a súa idade, e relaciona a actividade física idónea para a súa mellora.
	• B2.1. Valorar a alimentación como un hábito de vida saudable e as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, o sexo e a actividade física diaria.	• PEVSB2.1.1. Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.
		• PEVSB2.1.2. Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.
	• B2.2. Analizar e avaliar de xeito sinxelo a inxestión habitual e a hidratación, e coñecer as recomendacións de inxestión máis adecuadas á súa idade, ao seu sexo e á súa actividade física diaria.	• PEVSB2.2.1. Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.
		• PEVSB2.2.2. Coñece as recomendacións de inxestión alimentaria e hidratación adecuadas á súa idade, ao seu sexo e ao seu nivel de actividade física diaria.
	• B2.3. Deseñar, utilizar e difundir estratexias para a adquisición de hábitos de alimentación e hidratación saudables.	• PEVSB2.3.1. Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.
	• B2.4. Deseñar dietas sinxelas, aplicando as recomendacións segundo idade, sexo e actividade física diaria durante un período de tempo acordado.	• PEVSB2.4.1. Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolvela durante un período de tempo acordado.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
	• B1.1. Coñecer a relación entre a práctica regular de actividade física e a saúde.	• SCV1.1.1. Coñece os beneficios para a saúde da práctica regular de actividade física, así como os efectos adversos da inactividade.
		• SCV1.1.2. Identifica os principais parámetros de saúde axeitados para a súa idade, e relaciona a actividade física idónea para a súa mellora.
	• B1.3. Aplicar un plan para o incremento da actividade física saudable ao longo do día, utilizando os recursos dispoñibles no contorno.	• SCVB1.3.2. Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.
		• SCVB1.3.3. Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar os hábitos tóxicos relacionados coa actividade física (sedentarismo, vigorexia, dopaxe, etc.).

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

SCV 1º BACH	• B1.4. Deseñar, organizar e difundir actividades para fomentar o incremento da práctica de actividade física diaria.	• SCVB1.4.2. Deseña, utiliza e difunde unha guía para o incremento da actividade física na vida cotiá.
		• SCVB1.4.3. Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.).
	• B2.1. Valorar a alimentación como un hábito de vida saudable e as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, o sexo e a actividade física diaria.	• SCVB2.1.1. Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.
		• SCVB2.1.2. Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.
	• B2.2. Analizar e avaliar de xeito sinxelo a inxestión habitual e a hidratación, e coñecer as recomendacións de inxestión máis adecuadas á súa idade, ao seu sexo e á súa actividade física diaria.	• SCVB2.2.1. Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.
		• SCVB2.2.2. Coñece as recomendacións de inxestión alimentaria e hidratación adecuadas á súa idade, ao seu sexo e ao seu nivel de actividade física diaria.
		• SCVB2.2.3. Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar hábitos tóxicos relacionados coa alimentación (anorexia, drogas, alcohol, tabaco, etc.).
	• B2.3. Deseñar, utilizar e difundir estratexias para a adquisición de hábitos de alimentación e hidratación saudables.	• SCVB2.3.1. Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.
	• B2.4. Deseñar dietas sinxelas, aplicando as recomendacións segundo idade, sexo e actividade física diaria durante un período de tempo acordado.	• SCVB2.4.1. Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolvela durante un período de tempo acordado.
	• B2.5. Facer unha escolla axeitada de alimentos e de bebidas á súa idade, ao seu sexo e á súa actividade física diaria, valorando criticamente as indicacións da etiquetaxe dos produtos.	• SCVB2.5.1. Elabora unha lista da compra semanal, respectando as recomendacións dietéticas segundo a idade, o sexo e a actividade física diaria.
		• SCVB2.5.2. Interpreta correctamente e de xeito básico a etiquetaxe nutricional dos produtos alimenticios, identificando os valores recomendados para a súa saúde.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS 1ª/2ª AVALIACIÓN
CAF 2º BACH	• 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	• CAF1.1.1. Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas.
		• CAF1.1.2. Prevé os riscos asociados ás actividades físicas e os derivados da propia actuación e da do grupo.
	• B1.2. Mellorar ou manter os factores da condición física e as habilidades motoras cun enfoque cara as probas de aptitude (considerando o propio nivel, orientándoos cara ás súas motivacións e cara a posteriores estudos ou ocupacións.)	• CAF1.2.1. Alcanza os seus obxectivos de nivel de saúde, rendemento motor e condición física dentro das marxes establecidas polas distintas probas de acceso ao INEF, forzas de seguridade, etc., asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades.
	• B1.3. Planificar, elaborar e pór en práctica un programa persoal de actividade física que incida na mellora e no mantemento de saúde e tenda aos estándares e e criterios de aptitude nas probas de admisión a determinados estudos e saídas profesionais, aplicando os sistemas de desenvolvemeto das capacidades físicas implicadas, tendo en conta as súas características e nivel inicial, e avaliando as melloras obtidas.	• CAF1.3.1. Elabora e pon en práctica de maneira autónoma probas de valoración da condición física e o rendemento motor orientadas á saúde e certos estudos e saídas profesionais.
		• CAF1.3.2. Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora motriz e de saúde.
		• CAF1.3.3.Deseña e realiza de maneira autónoma un programa de actividade física, utilizando as variables da carga (frecuencia, intensidade, duración e tipo de actividade).
		• CAF1.3.4. Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado.
	• 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.	• CAF1.4.1. Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia.
		• CAF1.4.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión.
	• B2.1. Resolver situacións motoras en diferentes	• CAF2.1.1. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - 🗎 Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

	contextos de práctica aplicando habilidades motoras específicas individuais con fluidez, precisión e control, perfeccionando a adaptación e a execución dos elementos técnicos.	• CAF2.1.2. Perfecciona as habilidades específicas das actividades físicas e deportivas individuais ou colectivas que respondan aos seus intereses.
	• B2.2. Solucionar de xeito creativo situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos de portivos ou recreativos, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	• CAF2.2.1. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polas distintas probas ou situacións de habilidade deportiva tanto individual como de equipo.

3. METODOLOXÍA E ACTIVIDADES DO 3º TRIMESTRE (REPASO, REFORZO, RECUPERACION E, NO SEU CASO, AMPLIACIÓN)

Actividades	• Cuestionario sobre as circunstancias persoais no confinamento. • Análisis crítico de cómo está a influir na súa saude e na súa actividade física diaria o confinamento. • Deseño dun plan individual e persoalizado de adestramento físico saudable para levar a cabo no confinamento. • Novas propostas de actividades e intereses para incluir na Aula Virtual "Activate en casa". • Diario e registro do adestramento físico no confinamento. • Proposta, de xeito voluntario, da consecución de novas habilidades coordinativas en formato de RETOS.
Metodoloxía	• Aprendizaxe en liña toda a semana co Curso "Actívate na casa". • Seguimento das actividades con feedback individualizado toda a semana.
Materiais e recursos	• Aula virtual do Centro • Curso "Actívate na casa" creado para o tempo do confinamento na Aula Virtual do Centro. • Google Classroom. • Gmail. • Drive. • Páxina web do Centro. • Servicios sociais do Concello.

4. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE BÁSICOS PARA CONTINUAR O PROCESO EDUCATIVO DO CURSO 2020 - 2021.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS
EF 1º ESO	▪ B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.	▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade.
		▪ EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo.
		▪ EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.
	▪ B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.	▪ EFB3.1.1. Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable.
	▪ B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.	▪ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.
		▪ EFB4.2.2. Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.
		▪ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

	▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.	▪ EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS
2º ESO	▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.
		▪ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.
		▪ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.
	▪ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.	▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.
		▪ 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.
		▪ EFB2.1.4. Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea.
	▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.	▪ EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.
	▪ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis relevantes.	▪ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.
		▪ EFB4.2.2. Describe simplificadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.
		▪ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.
		▪ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.

CURSO	CRITERIO AVALIACIÓN	ESTÁNDARES BÁSICOS
3º ESO	▪ 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.	▪ EFB1.2.1. 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.
	▪ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.	▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.
		▪ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.

Avda. Compostela, Nº 50
15930 – Boiro (A Coruña)
☎ 881 866 601 - Fax: 881 866 609
ies.praia.barrana@edu.xunta.gal
http://centros.edu.xunta.es/iespraiabarrana

		▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.
		▪ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.

5. INFORMACION E PUBLICIDADE.

INFORMACIÓN ÁS FAMILIAS

Os procedementos que o profesorado empregará para informar ao alumnado será a través de:

- A Aula Virtual do Centro.
- O Curso "Actívate en casa" alojado na Aula Virtual do Centro
- O correo electrónico.
- O Google Classroom creado para cada clase.
- Abalar
- Servicios sociais do Concello

PUBLICIDADE

Estas modificacións á programación do Departamento de Educación Física están publicadas na páxina web do centro, no menú reservado ao noso Departamento.

O/A Xefe/a de Departamento

……