

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36019529	IES Ribeira do Louro	O Porriño	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	4º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	5
3.1. Relación de unidades didácticas	6
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	7
4.1. Concrecións metodolóxicas	23
4.2. Materiais e recursos didácticos	26
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	27
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	28
6. Medidas de atención á diversidade	31
7.1. Concreción dos elementos transversais	32
7.2. Actividades complementarias	34
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	35
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	36
9. Outros apartados	37

1. Introducción

Programación didáctica para o curso 4º ESO.

INTRODUCCIÓN

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

Supón un reto para o sistema educativo aportar á comunidade educativa un enfoque que permita colaborar na mellora da saúde da nosa poboación, especialmente no que se refire ao noso alumnado. O noso principal obxectivo é conseguir que o noso alumnado acade niveis de actividade física diaria saudables e viva a experiencia con emocións positivas.

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

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

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

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

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

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

O CENTRO

O centro IES Ribeira do Louro atópase no Polígono Industrial de Torneiros. O seu mercado máis inmediato é a comarca industrial de Vigo e a súa poboación, o polígono carece practicamente de servizos e está mal comunicado coa vila e outras poboacións da contorna.

As características do centro son as seguintes:

- É un Centro público.
- Ten Secundaria, Bacharelato, ciclos formativos e ensinanza de adultos
- Dúas profesoras compoñen o Departamento de Educación Física.

O ALUMNADO

A procedencia do alumnado é heteroxénea porque provén dunha área xeográfica ampla. Unha gran parte das familias

do noso alumnado vive no medio rural sendo a agricultura subsidiaria dentro dos ingresos familiares.

A maioría do alumnado procede de centros públicos: CEIP Cruz, Budiño, CEIP Antonio Palacios, CEIP Ribeira e do colexio Santo Tomás.

As perspectivas de certo alumnado inclínase máis ao mercado laboral que á realización de estudos universitarios. Neste curso de 3º da ESO a porcentaxe de formación e estudos posteriores repártese á metade entre ciclos de grao medio e superior e bacharelato.

As dificultades socioeconómicas e culturais, ademais das escasas oportunidades de ter contacto coa cultura fóra do centro inciden no redemento académico do noso alumnado e nas súas expectativas respecto ao futuro.

CONFIGURACIÓN DOS GRUPOS DE 4º ESO

A continuación describese as características máis salientables deste nivel:

No curso de 4º ESO existen este ano académico 4 grupos (A, B, C e D), sumando un TOTAL de 68 alumnos/as e conformado por 4 grupos ca seguinte distribución:

- 4º ESO A: 19 alumnos/as
- 4º ESO B: 25 alumnos/as
- 4º ESO C: 14 alumnos/as
- 4º ESO PDC: 10 alumnos/as

CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO

Cabe sinalar que hai alumnado con materias pendentes doutros cursos a gran maioría integrados no grupo PDC que teñen materias de 1º, 2º e 3º. Aínda que a E.F. non é unha das materias que teña ningún pendente.

Neste nivel de 4º ESO hai alumnado con algunha enfermidade ou lesión destacable para a nosa materia:

Algún caso como ALERXIA está no PROGRAMA DE ALERTA ESCOLAR (en colaboración coa Fundación 061, que ten como obxectivo a atención inmediata e eficiente do alumnado que presente unha patoloxía crónica e pode desenvolver en calquera momento unha crise). Este programa posibilitará a súa asistencia e que o profesorado teña cobertura de persoal médico que conte con coñecementos dos nenos e nenas con esta problemática.

Cun cuestionario que pasamos ás familias, sabemos todos os casos de enfermidades ou lesións que poidan afectar ao desenvolvemento das sesións da materia. Con eses datos adaptamos a forma de presentar contidos e adaptación das tarefas e actividades, ritmos, organización e tempos.

Dese cuestionario sacamos que temos varios casos de ASMA.

Ademais existe alumnado con algunha discapacidade ou trastornos a ter en conta. En colaboración cos titores/as e o departamento de orientación seguiránse os protocolos oportunos como por exemplo os de TDAH, TEA, altas capacidades, ...

É fundamental tamén ter en conta o CONTEXTO FAMILIAR nas súas casas, nalgúns casos non é nada favorable tanto a nivel afectivo-emocional, económico,

Sendo todo este alumnado susceptible de contar con medidas de atención á diversidade, non sendo necesarias adaptacións curriculares significativas en todo o nivel. Pero é imprescindible tomar as medidas de atención á diversidade: como seguir os protocolos ante probas, exames, material de apoio, explicación, tempos, espazos e organización....para cada un dos alumnos/as de xeito individualizado e adaptado as súas capacidades e ritmos de aprendizaxe, co obxectivo de conseguir a inclusión de todo o alumnado dentro do seu grupo de referencia e a mellora da convivencia no centro.

Nestes cursos non existe alumnado exento da materia (que simultaneamente acredite ter a condición de deportista de alto nivel ou de alto rendemento, ou ben realizar estudos das ensinanzas profesionais de Danza).

INSTALACIÓNS E RECURSOS DA ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Características das instalacións para desenvolver a materia neste curso son as seguintes:

- Un ximnasio
- Vestiario feminino e outro masculino e un aseo do profesorado.
- Un pavillón polideportivo cuberto sen almacén.
- Pista polideportiva descuberta.
- Un departamento compartido con outras materias.
- 2 almacéns.
- Espazo exterior do instituto onde se poden facer roteiros para ter outra opción de actividade ó aire libre .

En relación cos materiais con que conta o departamento son os básicos para impartir os contidos da materia.

A Lingua na que se imparte a materia en cada grupo é o galego, tanto nas entornas dixitais: Aulas virtuais, E-dixgal como na modalidade presencial e semipresencial: presentación dos contidos, recursos reprográficos e bibliográficos e materiais propostos (apuntes traballos, lecturas, exames,...), así como as comunicacións as familias e documentos internos oficiais do Departamento (programación, autorización, memorias,...).

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto entre os participantes e as regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír con progresiva autonomía ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa.	5	3			1-3-5	3		
OBX4 - Practicar, analizar e valorar distintas manifestacións da cultura motriz aproveitando as posibilidades e recursos expresivos que ofrecen o corpo e o movemento, profundando nas consecuencias do deporte como fenómeno social e analizando criticamente as súas manifestacións desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económico-políticos que o rodean, para alcanzar unha visión máis realista, contextualizada e xusta da motricidade no marco das sociedades actuais.		3				2-3		1-2-3-4

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX5 - Adoptar un estilo de vida sostible e ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridade individuais e colectivas na práctica físico-deportiva segundo a contorna e desenvolvendo colaborativa e cooperativamente accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, para contribuír activamente á conservación do medio natural e urbano.			5			4	1-3	

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	DESAFÍOS E RETOS COOPERATIVOS	Retos físicos cooperativos que nos axudarán a facer grupo ao inicio do curso. Os grupos son mezcla do ano pasado polo que esta unidade é indispensable para socializar e que se coñezan ben. Ademais de axudar ao profesorado a identificar liderazgos na aula. Realizamos nesta unidade a avaliación inicial.	8	5	X		
2	PLANIFICO O MEU ADESTRAMENTO	Nos bloques de vida activa e saudable e resolución de problemas en situacións motrices, coas pautas xa traballadas en cursos anteriores, o alumnado comeza coa autonomía a preparar o seu propio adestramento, experimentando diferentes sistemas de traballo. Nesta unidade incluiremos contidos relacionados coa ergonomía en actividades cotiás, a alimentación e a identidade corporal.	14	10	X		
3	XOGAMOS AO FÚTBOL SALA	Seguindo coa dinámica de cursos anteriores, traballaranse os contidos de Interacción social e resolución de problemas en situacións motrices a través dunha proposta dun deporte colectivo non traballado anteriormente. O fútbol sala pode ser un bo recurso para este curso.	8	5	X		
4	COÑECEMOS O ULTIMATE	Practicamos un deporte alternativo que se caracteriza polo xogo limpo e o respecto ás normas.	8	5	X		
5	ACTIVIDADES RÍTMICAS	Traballo coreográfico e práctica de actividades rítmico-musicais. Creación	9	6		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
5	ACTIVIDADES RÍTMICAS	representación de composicións colectivas de estilos actuais.	9	6		X	
6	RCP NA AULA	Continuidade, reforzo e ampliación dos contidos do bloque de organización e xestión da actividade física relacionados cos primeiros auxilios, onde o alumnado xa asume o protagonismo nas actuacións ante accidentes.	8	5		X	
7	O BALONMÁN	Seguindo coa dinámica de cursos anteriores, traballaranse os contidos de Interacción social e resolución de problemas en situacións motrices a través dunha proposta dun deporte colectivo non traballado anteriormente. O Balonmán pode ser unha bo recurso para esta etapa.	13	10		X	
8	PRACTICAMOS UN DEPORTE DE RAQUETA	Como proposta de deporte individual con implemento propónse o recurso do tenis. Aspectos de preparación da práctica motriz, reparación de material e por suposto o traballo de habilidades motrices específicas teñen cabida nesta unidade.	12	9			X
9	XOGAMOS A DEPORTES ALTERNATIVOS	A través dunha proposta da profesora o alumnado elixirá diferentes deportes alternativos que lle motiven á práctica deportiva (floorball, spikeball, colpball, baseball,...)	12	9			X
10	BUSCAMOS O NORTE	Unidade didáctica de orientación. Aproximación a este deporte tendo como obxectivo desenvolverse en calquera terreo e dándolle un enfoque de alternativa de ocio ou competición.	8	6			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	DESAFÍOS E RETOS COOPERATIVOS	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual e cooperativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso.	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual e cooperativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar en producións e proxectos motrices para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar, practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros		

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

Contidos

- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Establecemento de mecanismos para rexistrar e controlar as achegas realizadas polos integrantes do grupo ao longo dun proxecto.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
 - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
- Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física.

UD	Título da UD	Duración
2	PLANIFICO O MEU ADESTRAMENTO	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	TI	100
CA1.2.1. - Incorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable	Incorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		
CA2.2 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso e do resultado		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso e do resultado		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar, practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico. - Autoavaliación das capacidades físicas (como requisito previo á planificación): probas de valoración. - Autorregulación e planificación do adestramento. - Alimentación saudable. - Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.

Contidos

- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores:
 - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade.
- Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia):
 - Sistemas de adestramento.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
 - Capacidades volitivas e de superación.

UD	Título da UD	Duración
3	XOGAMOS AO FÚTBOL SALA	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	TI	100
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar, practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Capacidades volitivas e de superación.

UD	Título da UD	Duración
4	COÑECEMOS O ULTIMATE	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades, adoptando estratexias de superación e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas acerca dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prácticas insás perigosas, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física. - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.

UD	Título da UD	Duración
5	ACTIVIDADES RÍTMICAS	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, do xénero e da diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde.	TI	100
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na xestión e preparación destas.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de producións e proxectos para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar asumindo roles e participando activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros		
CA5.1 - Identificar e contextualizar a influencia social do deporte nas sociedades actuais, valorando as súas orixes, evolución, distintas manifestacións e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións colectivas con base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e nas redes sociais. - Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo. - Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: <ul style="list-style-type: none"> - Establecemento de mecanismos para rexistrar e controlar as achegas realizadas polos integrantes do grupo ao longo dun proxecto. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades volitivas e de superación. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física. - Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte. <ul style="list-style-type: none"> - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo. - Organización de espectáculos e eventos artístico-expresivos. - Influencia do deporte na sociedade actual en diferentes contextos: xeográfico, cultural, político, económico...

UD	Título da UD	Duración
6	RCP NA AULA	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	TI	100
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro do centro escolar.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización. - Actuacións críticas ante accidentes: <ul style="list-style-type: none"> - 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).

UD	Título da UD	Duración
7	O BALONMÁN	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	TI	100
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, do xénero e da diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes contrastadas e comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de coavaliación do proceso e do resultado		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar , practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas, con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Suplementación e dopaxe no deporte. - Riscos e condicionantes éticos.

Contidos

- Saúde mental:
- Esixencias e presións da competición.
- Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
- Exemplos de deportistas de Galicia de distintos sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
8	PRACTICAMOS UN DEPORTE DE RAQUETA	9

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	ncorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices	TI	100
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de individual, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de coavaliación do proceso e do resultado		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar, practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Riscos e condicionantes éticos. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia): - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Capacidades volitivas e de superación.

UD	Título da UD	Duración
9	XOGAMOS A DEPORTES ALTERNATIVOS	9

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, do xénero e da diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes contrastadas e comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde.	TI	100
CA1.4 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individua e cooperativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso		
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de producións e proxectos para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Organizar asumindo roles e participando activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas, con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA5.1 - Identificar e contextualizar a influencia social do deporte nas sociedades actuais, valorando as súas orixes, evolución, distintas manifestacións e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Identificar e contextualizar a influencia social do deporte na sociedade practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición. - Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: <ul style="list-style-type: none"> - Establecemento de mecanismos para rexistrar e controlar as achegas realizadas polos integrantes do grupo ao longo dun proxecto. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades volitivas e de superación. - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Os deportes como sinal de identidade cultural. - Influencia do deporte na sociedade actual en diferentes contextos: xeográfico, cultural, político, económico...

UD	Título da UD	Duración
10	BUSCAMOS O NORTE	6

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	ncorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices.	TI	100
CA1.4 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir sendo conscientes da pegada ecolóxica.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.3 - Diseñar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participar en actividades físico-deportivas no medio urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Suplementación e dopaxe no deporte. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia): - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Novos espazos e prácticas deportivas urbanas. - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade. - Deseño e organización de actividades físicas no medio natural e urbano. - Coidado da contorna próxima, como servizo á comunidade, durante a práctica de actividade física.

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.

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

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

Os agrupamentos serán, variados e heteroxéneos. Buscarase a diversidade nos grupos, sempre coa premisa que para atender á diversidade hai que vivila polo que serán o máis heteroxéneos posibles (xénero, nivel de habilidade, características físicas...).

Sempre que a actividade o permita, en pequenos grupos (4 membros), buscando os valores do traballo cooperativo. En canto 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 espresaremos 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, circunscribíndoa 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 estancia 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 Rroupa: 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 camiseta. Para iso o alumnado contará con 5 minutos.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso.
Libro de texto ou material complementario. ispoñense de exemplares de libros de texto de EF na ESO. Artigos de prensa e revistas para análise críticos do fenómeno deportivos, valores no DEporte, A inclusión a eliminación e barreiras, a imaxe corporal,...
Edixgal. Aula virtual/moodle. Google classroom. Nalgúns casos outros LMS: Edmodo, Socrative, ... ou ferramentas para a implemetación e creción de contidos para estas plataformas como ExElearning, Lim, ...
Outras ferramentas dixitais ou plataformas de aprendizaxe: aplicacións de xestión académicas Xade e IDoceo, aplicacións de xeoposicionamento, GPS e tracking de percorridos, de control do traballo de CF, Reallidade aumentada con códigos QR, outras como kahoot, Canva, Genially, learning apps,Quizz,...,paneis colaborativos para fomentar o traballo en equipo e cooperativos: Murally, Padlet,... para creación de contidos e actividades e aplicacións ofimáticas en liña para elaboración de traballos e presentacións. Mapas conceptuais e liñas de tempo,...
Redes sociais e aplicacións de comunicación social. A utilización sempre baixo a supervisión e control e autorización do docente para o uso do dispositivo móbil para arealización de certas actividades e tarefas.
Material bibliográfico no departamento, biblioteca, outras dependencias do centro. Libros de consulta sobre diferentes temas relacionados ca materia de EF.

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

ESPAZOS

Os espazos dos que dispón o departamento para impartir docencia son a pista exterior do centro, o pavillón, o ximnasio e o espazo natural que o rodea.

RECURSOS DIDÁCTICOS

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

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

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

Neste apartado convén especificar que ademais dos materias e recursos didácticos cos que conta a persoa docente para desenvolver a programación, dispónse do seguinte material específico de EF descrito no Inventario do Departamento:

RESUMO DO INVENTARIO DO MATERIAL DO DEPARTAMENTO PARA O DESENVOLVEMENTO DA PROGRAMACIÓN:

Atendendo a un criterio de tamaño/peso e a súa facilidade de mobilidade temos:

Pequeno material:

- Pelotas psicomotricidade, tenis, beisbol, goma espuma, goma,.....
- Conos grandes e pequenos, cintas sinalizadoras
- Indiacas e saquiños, volantes, aros pequenos, Discos voadores,...

Material Mediano:

- Colchonetas, esterillas
- Picas, vallas,...
- Implementos deportes e xogos alternativos: Raquetas iniciación tenis, raquetas de bádminton, shuttle, sticks floorball, bates, sticks Lacrosse,...
- Balóns medicinais: de 2, 3 e 4 kg
- Carros de transporte e Balóns de deportes: baloncesto, futbol e futbol sala, balonman, voleibol, pelotas brandas, multiusos,...
- Material de deportes e xogos tradicionais galegos: ancos, birlos, peóns, chapas e rá.
- Material fitness e mantemento: bigballs, cordas, pesas de varios tipos e pesos,....
- Material audio/reproducción: equipo de sonido portátil con conexión Bluetooth.
- Material informático: 1 portátil do Departamento, máis os equipos persoais dos docentes.

Gran material:

- 2 Quitamedos
- 4 Porterías lixeiras de aliación mobis,
- 6 Bancos suecase 8 bancos grandes
- 6 taquillas

Material fixo:

- Porterías: 2 interiores no pavillón e 2 nos patios exteriores
- Canastras: 4 interiores no pavillón e 4 nas pistas exteriores (2 de elas pendentes de nova ubicación) por necesidades de aparcamento no centro educativo.
- Espaldeiras: 4 na sala do ximnasio e 2 no pavillón.

Comentar tamén que é fundamental a supervisión, reparación e renovación/reutilización ou compra/reposición do material deteriorado. Así como revisións periódicas do seu estado de uso e apropiado almacenaxe, para que a súa utilización por parte do noso alumnado sexa óptima e con seguridade e incidindo tamén no coidado, recollida e mantemento por parte de eles.

Proporanse unha serie de recursos que cada docente pode ampliar, suprimir ou ben engadir outros cos que conte para levar a cabo a programación didáctica.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Segundo a RESOLUCIÓN do 6 de xullo de 2023, da Secretaría Xeral de Educación e formación Profesional, pola que se ditan instrucións para o desenvolvemento das ensinanzas de educación infantil, educación primaria, educación secundaria obrigatoria e bacharelato no curso académico 2023/24 e tal e como se establece no artigo 24 da ORDE do 26 de maio de 2023 pola que se desenvolve o Decreto 156/2022, do 15 de setembro, polo que se establecen a ordenación e o currículo da educación secundaria obrigatoria na Comunidade Autónoma de Galicia e se regula a avaliación nesa etapa educativa, o equipo docente do grupo realizará unha sesión de avaliación inicial para analizar os datos e a información obtida durante as primeiras sesións lectivas do curso académico, así como outra información relevante de que se dispoña, coa finalidade de adecuar as ensinanzas de cada materia ao alumnado e facilitar a progresión satisfactoria do seu proceso de aprendizaxe. Nesta sesión adoptaranse, de forma coordinada, aquelas medidas de apoio, reforzo e recuperación que se consideren oportunas para cada alumna ou alumno, así como as relativas ao axuste do desenvolvemento do currículo.

Polo que, realizaremos unha avaliación inicial da nosa materia nas primeiras semanas de clase, co obxectivo de detectar posibles ACNEAE e realizar adaptación na programación en caso de ser preciso.

A súa vez, realizaremos tamén ao comezo de cada unidade didáctica unha pequena avaliación inicial, mediante diferentes tarefas, para comprobar os coñecementos previos que posee el alumnado sobre dita unidade.

Para o alumnado novo no centro faise o seguinte:

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

No GRUPO CLASE: Dinámica xeral do grupo.

Xogos de presentación, acollida e retos para detectar:

Grado de cohesión social.

Liderazgos e tipo de liderazgos.

Rechazos ou posibles discriminacións.

Conflictos previos entre alumnado.

De xeito INDIVIDUAL:

Grado de participación na resolución dos retos.

Grado de tolerancia á frustración.

Nivel de integración de alumnado con necesidades educativas.

Capacidade de escoita.

Capacidade creativa.

De xeito concreto faremos tamén unha avaliación inicial de coñecementos previos 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/ dixitais. 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.	8	14	8	8	9	8	13	12	12	8
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Táboa de indicadores	100

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 10 UD. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1, 2,3 e 4 impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 40%; a 5, 6 e 7 impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 30%, e a 8, 9 e 10 impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 30%. 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.

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).

PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN

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

A avaliación, ademais de constituír un proceso continuo, debe ser utilizada para introducir en calquera momento modificacións na intervención educativa; para elo debe realizarse unha avaliación inicial (permitiranos coñecer o nivel de partida do alumnado), unha avaliación continua (avaliación formativa que permitirá seguir o proceso de aprendizaxe dos alumnos ó longo do curso nas diferentes unidades didácticas, deberá aportar información sobre a adquisición e a asimilación das aprendizaxes) e unha avaliación final (avaliación sumativa que dá lugar a unha toma de decisións relativas á consecución ou non dunha valoración positiva). O proceso debe contemplarse globalmente

para establecer como transcorre este en relación ao previsto e como se pode mellorar, podendo así reorientar a acción docente no futuro.

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

Os CRITERIOS DE AVALIACIÓN relacionados cun "proceso": aqueles que se traballan en máis de un bloque de contidos. Fan referencia á cooperación necesaria para aprender de xeito grupal, ao esforzo por superarse e á participación, á adquisición de hábitos de hixiene e seguridade, ao mantemento de rutinas de clase (quecemento e volta á calma entre outras), ao respecto polas normas do grupo, polas persoas, pola contorna e o material. Estes criterios avalíaranse ao longo de todo o curso mediante:

- Observación sistemática

- Autoavaliación

- Coavaliación

- Traballo grupal

Os CRITERIOS DE AVALIACIÓN relacionados cun "resultado": aqueles que só se traballan nun bloque de contidos. Fan referencia a criterios que se adquiren ao finalizar a unidade didáctica, polo que poden ser avaliados nun momento puntual mediante:

- Probas prácticas e teóricas

- Traballo grupal e individual

- Producións do alumnado

INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

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

a)Cuantitativos: responden a un paradigma racional-positivista. Cuantifican os resultados, recorren a procesos estatísticos e aportan información numérica. Técnicas: probas de execución, probas teóricas, test de condición física, traballos grupais ou individuais...

b)Cualitativos: responden a un paradigma crítico-interpretativo. Considera o proceso e non só o mero resultado final. Técnicas de observación: rexistro anecdótico, listas de control, escalas de valoración, rúbricas...

Os instrumentos de avaliación serán adaptados ao carácter dos diferentes CRITERIOS DE AVALIACIÓN da seguinte maneira:

a)Os criterios de avaliación considerados como "proceso" avalíaranse mediante os seguintes instrumentos:

- Caderno do profesorado (coa APP IDoceo)

- Anecdótico

- Escala de valoración

- Lista de cotexo

- Rúbrica

b)Os criterios de avaliación considerados como "resultado" serán avaliados mediante as seguintes probas e instrumentos:

- Probas prácticas e teóricas

- Test de condición física.

- Traballos individuais e grupais.

- Producións do alumnado

- Rúbricas

- Video

- Elaboración/exposición de traballos monográficos propostos polo profesorado.

-Lectura ou traballo voluntario relacionado coa materia e exposición do seu contido ao profesor, xa sexa de xeito verbal nunha entrevista ou escrito nunha recensión (a determinar polo profesorado). O alumnado que opte por esta opción debe comunicarlle previamente ao profesorado o tipo de lectura ou traballo que desexa facer; se a proposta é coherente coa lóxica curricular da materia o profesorado daralle a súa aprobación a dita proposta.

CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

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

A nota de trimestre será o promedio de tódalas cualificacións obtidas en cada un dos 3 apartados:

PROCESO-Concreción dos contidos (TOTAL 50%)

Ponderación na cualificación (20%):

- Hábitos de hixiene

- Hábitos de seguridade

- Respecto das normas de grupo

- Respecto as normas e seguridade na práctica

- Respecto polas decisións arbitrais e polo xogo limpo

- Respecto ás persoas e as súas diferencias

- Coidado e respecto polo material e a contorna

Ponderación na cualificación (30%):

- Cooperación

- Participación e esforzo

- Rutina de quecemento e volta á calma

RESULTADO-Concreción dos contidos (TOTAL 50%)

Ponderación na cualificación (50%):

- Capacidade física e destreza motriz: probas de condición física, probas prácticas de destreza motriz, composicións coreográficas, producións motrices...

- Capacidade para aplicar os coñecementos teóricos

- Capacidade de análise crítica

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 50%. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

A ponderación dos criterios de avaliación que son exclusivos dunha parte teórica deben estar superados os obxectivos mínimos nun 30%.

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

A cualificación da avaliación previa á avaliación final da materia, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral.

O valor numérico da nota irá dende o 1 ao 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata 0.4 cara abaixo e dende 0.5 cara arriba), e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar unha puntuación de 5.

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas prácticas e escritas, como observación directa por parte da persoa docente. As probas escritas poderán ser exames tipo test, de resposta curta ou 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 (lesións, malestares diversos, etc) e non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado:

-NESTES CASOS É FUNDAMENTAL PRESENTAR CETIFICADO MÉDICO ONDE SE XUSTIFIQUE A EXENCIÓN DA PRÁCTICA/EXERCICIO FÍSICO E ONDE CONSTE O PERÍODO DE TEMPO PREVISTO. Do mesmo xeito se realizará se o alumnado non asiste a algunha clase onde se fai unha proba teórica ou práctica. Co debido xustificante se realizará noutro momento acordado co alumnado.

Polo carácter eminentemente práctico da nosa materia, tentarase 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, etc.

Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

CRITERIOS DE CORRECCIÓN

Nas probas escritas os criterios xerais de corrección serán os seguintes:

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

É obrigatorio escribir con bolígrafo. Non se corrixirán as feitas con lapis.

Tamén se valorará a orde, ortografía, claridade e limpeza coa que está realizado o exame. No referente aos erros ortográficos teranse en conta descontando da nota 0,1 por cada un ata un máximo de 1 punto.

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

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

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

NOTA ACLARATORIA: En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido é sempre a táboa de indicadores, xa que a nosa materia é eminentemente práctica, e ademais é unha limitación da aplicación. Non obstante, consideramos que dentro desta tipoloxía entran tamén as probas escritas.

Criterios de recuperación:

Para recuperar as UU.DD. non superadas: Rematada a UD propórase ao alumnado que non a superou actividades de recuperación, supervisadas, avaliadas e cualificadas polo profesorado. Segundo as circunstancias, poderanse propor a realización de probas escritas. De non superala, quedará pendente de recuperar, sempre e cando o alumnado non supere o trimestre, neste último caso a UD darase por superada. Para recuperar a avaliación trimestral: O alumnado deberá recuperar so as UU.DD. que non teña superadas. O profesorado propoñerá actividades de recuperación ao alumnado supervisadas, avaliadas e cualificadas. Segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas. Para superar a avaliación final: Superarase a materia sempre que a media aritmética PONDERADA (1ªAval.: 40%, 2ªAval.:30% e 3ªAval.:30%) das cualificacións das 3 avaliacións acade a nota mínima de 5. Ao alumnado con algunha avaliación trimestral non superada, recibirá un plan de recuperación e realizará as actividades. Esas actividades serán avaliadas e cualificadas por observación directa do profesorado. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderanse propor probas escritas. No caso de que o alumnado supere as actividades de reforzo propostas no plan, incrementarase a súa cualificación nas UU.DD. correspondentes e calcularase de novo a cualificación final da materia.

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, contémpanse 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, adaptaráselle os tempos e os procedementos de avaliación.

Alumnado lesionado ou incapacitado temporalmente para realizar a práctica. No caso deste alumnado con necesidades educativas especiais e co xustificante médico pertinente, porase 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 adaptaráselle tanto 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.

Ao longo do curso empréganse diferentes estratexias de atención á diversidade. A diversidade enténdese como todas aquelas cualidades que fai de cada alumno un ser único e, polo tanto, diferente aos demais; tanto sexa por capacidades intelectuais e físicas como por habilidades, xénero, orixe cultural, aspecto físico, etc.

Tendo en conta este concepto de diversidade utilizamos as seguintes medidas para atender as diferencias:

Os agrupamentos maioritariamente serán heteroxéneos. Preténdese fomentar o traballo cooperativo e comprender e valorar a diversidade. Conseguiremos este obxectivo se son capaces de vivir a diversidade dunha forma continuada, dando tempo a que o alumnado se coñeza e sexan capaces de aproveitar as cualidades de cada un en beneficio do grupo.

Unha das finalidades das clases de Educación Física, reflexado en estándares do PROCESO, é traballar para que o grupo clase coñeza e respecte as características individuais de cada un dos compoñentes. Para isto proporanse diferentes estratexias onde o alumnado ten que colaborar no proceso de ensinanza aprendizaxe dos seus compañeiros de grupo "Estratexias cooperativas sinxelas e complexas" do programa CA/AC.

En diferentes unidades didácticas promóvense experiencias nas que para conseguir un obxectivo se necesite a participación e colaboración de todos os membros do grupo.

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

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

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

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

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

- Alumnado con TDAH diagnosticado, neste caso non supón ningunha necesidade de adaptación nas sesións de educación física, máis alá de seguir as indicacións do departamento de orientación no que se refire as explicacións e algunha modificación no tempo dispoñible para a realización das probas escritas da materia.
 - Alumnado con problemas respiratorios e cardíacos, requirirán unha adaptación na intensidade do esforzo, atenderase a cada casuística con especial atención.
 - Ao alumno que está no Plan Alerta Escolar por alerxia, seguirase dito protocolo. Xa se enviou un mail ao profesorado para informar do protocolo de actuación e de que a medicación está na neveira da cafetería.
 - Alumnado con problemas traumatolóxicos, respectáranse as indicacións médicas pertinentes e adáptanse os exercicios e actividades para que non teña que privarse da experiencia práctica.
 - No caso do alumnado lesionado temporalmente a opción será a realización de traballos teórico-prácticos de búsqueda de información, realización de fichas de traballo e de sesión, arbitraje,...
 - O alumnado con dificultades de aprendizaxe nalgúns partes da materia orientaráselle cara unha práctica sistemática titorizada, co deseño de plans individualizados de traballo que terán que desenrolar extraescolarmente e eventualmente nalgún recreo do que dispoñan e o soliciten ao profesorado.
- En tódolos casos o alumnado terá que traer o seu material e calzado deportivo para estar na instalación salvo casos moi concretos e xustificadas que traerán, no seu lugar, bolígrafo para cubrir a ficha de observación diaria.

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
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA		X	X			X	X	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL		X			X	X		X
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL		X			X		X	X
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL	X	X	X		X			
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO		X			X	X		
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X	X	X		X	X	X	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	X	X		X	X	X	X
ET.9 - CREATIVIDADE	X	X	X		X			

	UD 9	UD 10
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA		
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X	
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	X	
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	X	
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL	X	
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X	
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X	
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	
ET.9 - CREATIVIDADE	X	

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Promoción do Fútbol sala	Clube deportivo Fútbol sala de Tui: monitores e entrenadores do clube coordinación co profesorado da materia.	X		
Xornadas de Xogos populares e tradicionais galegos	Xornada de xogos populares galegos e actividades incluídas na saída didáctica do magosto do centro ou nas clases de E.F. O alumnado de 4º serán os monitores/as da actividade.	X		
Fútbol gaélico	A federación impartirá unha masterclass para coñecer o deporte.		X	
Primeiros Auxilios- 061	Xornadas sobre os protocolos do SVB e o uso do DESA. Departamento de Bioloxía (E-Saúde)		X	
Día da EF na rúa (Celebración Nacional)	Sacamos o Deporte a rúa. Co plan Edu-saúde			X
Danza moderna (Studio 57)	Clase de danzas urbanas impartidas por unha escola de Porriño.			X
Patios inclusivos	ctividades deportivas que se realizarán no recreo durante todo o curso para ter unha maior oferta de ocio nese tempo de lecer.	X	X	X

Observacións:

As actividades están reflexadas no PLAN DE ACTIVIDADES ANUAIS DO CENTRO.

A continuación describimos brevemente as características mais importantes para levar a cabo as mesmas:

TEMPORALIZACIÓN

- Data e horario (aproximado) de realización:

1ª AVALIACIÓN:

Promoción do Fútbol sala (setembro)

Promoción das Loitas Olímpicas (Outubro)

Xornadas de Xogos populares e tradicionais galegos (Novembro)

2ª AVALIACIÓN:

Primeiros Auxilios- 061

Fútbol gaélico

3ª AVALIACIÓN:

Día da EF na rúa (Celebración Nacional)

Danza moderna

OS PATIOS INCLUSIVOS ESTARÁN PRESENTES NAS 3 AVALIACIÓNS

DEPARTAMENTOS E/OU ENTIDADES COLABORADORAS

-Clube deportivo Fútbol sala de Tui.

-Adestradores clube de Loita

-CAFI - 061/Departamento de Bioloxía (E-Saúde)

- Federación fútbol gaélico.

-Concello de Porriño

-Actividades no medio natural/Departamento de Bioloxía (E-Saúde)

GRUPOS E ALUMNADO

Todos os grupos de 4º ESO

INSTALACIÓNS E ESPAZOS

- Destino, lugar ou espazo: as instalacións do propio centro e a contorna próxima tanto urbana como natural

PRESUPOSTO E NECESIDADES ORZAMENTARIAS PARA O SEU DESENVOLVEMENTO

- Custo aproximado de todas as actividades plantexadas: É QUE SEXAN GRATIS PARA TODO O ALUMNADO E DECIR CUSTO 0€, agás a saída de escalada polos sevizos de transporte e custo da actividade. Pendente de orzamento.

Realízase en colaboración co Departamento de bioloxía.

ORGANIZACIÓN E PERSOAL DOCENTE

- Profesorado responsable e ratio profesorado/alumnado (legalmente establecido 1/20)

- Permisos (autorizacións, permisos concello, etc...)

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
RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE
TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Metodoloxía empregada
DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Clima de traballo na aula
MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS 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 surpimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere.

RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

Análise dos resultados obtidos na avaliación final.

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 UD 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.

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

Avaliarase a través dunha enquisa ao alumnado, a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cun feed-back obtido das entrevistas ou titorías coas familias.

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.

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 indicarase as propostas de mellora e calquera observación que se considere oportuna.

- Nesta sección indicarase 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.

Propónse 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.

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

- Unha vez ao mes, na reunión do departamento, realizarase o seguimento da programación didáctica e estableceranse as medidas correctoras que, de ser o caso, se estimen necesarias.

- 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

1. Contribucións aos plans e proxectos

1. PROXECTO LECTOR: Lectura de diferentes artigos e a confección de póster, infografías e mapas conceptuais. Con respecto á expresión oral, se pedirá que o alumno/a sepa explicar algún xesto técnico.
2. PLAN TIC: EDpuzzle, E-dixgal, Google Classroom, Padlet, o programa videopad, Canva, a App Kahoot e Chwazi para escoller alumnado nas tarefas, e o emprego por parte das profesoras da App iDoceo.
3. PLAN DE CONVIVENCIA: especial relevancia na U.D de C.F nas tarefas de forza con habilidades de loita.
4. PLAN DE ACT. FÍSICA E HÁBITOS SAUDABLES: recreos activos e cesión de material deportivo para a práctica de act. física e deportiva.