

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
27007259	IES Río Cabe	Monforte de Lemos	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Bacharelato	Educación física	1º Bac.	1	35

Réxime

Réxime de adultos

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	19
4.2. Materiais e recursos didácticos	20
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	21
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	21
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	22
6. Medidas de atención á diversidade	23
7.1. Concreción dos elementos transversais	25
7.2. Actividades complementarias	25
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	25
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	27
9. Outros apartados	27

1. Introducción

1. Nº de grupos deste nivel no centro: 1

2.- Características dos grupos:

- nº de alumnos/as: 8
- nº de alumnos/as que permanecen un ano máis no mesmo curso: 0
- Alumnado con algunha enfermidade ou dado de alta no programa de Alerta escolar: 0
- Alumnado con algunha discapacidade: 0
- Alumnado exento da materia: 0
- Alumnado susceptible de contar con medidas de atención á diversidade: 0

3.- Características das instalacións para desenvolver a materia nestes cursos: o centro conta cun pavillon deportivo, compartido co IES Davinha Rey, dous ximnasiaos, unha pista exterior e un campo de volei praia.

4.- Características da contorna:

A presente programación elaborouse para ser impartida no IES Río Cabe na localidade de Monforte de Lemos. Trátase dun centro público pertencente á Consellaría de Educación e Ordenación Universitaria.

Foi construído nesta cidade no ano 1965, sendo o curso 1965-66 o primeiro ano do seu funcionamento, cunha capacidade de 400 alumnos. Estivo dependendo do Instituto masculino de Lugo durante os dous primeiros anos do seu funcionamento. Entrou en funcionamento o edificio actual no curso 1972.

O IES RÍO CABE sitúase en Monforte de Lemos, capital de comarca, que ten unha extensión de 943 Km. A extensión do concello é de 202 km².

O municipio de Monforte sitúase nas chairas e depresións da Galiza centro-oriental. O seu marco físico Savinhao, Pantón, Sober, Pobra do Brollón e Ribas de Sil, terras que conforman a denominada comarca do Val de Lemos.

A súa altitude é de 363 metros sobre o nivel do mar e está regado pola conca do río Cabe. O seu clima encádrase dentro do dominio oceánico-continental, caracterizado por unha temperatura media anual moderada, baixas precipitacións e unha considerable oscilación térmica.

A estación máis chuviosa é o outono e os veráns son secos e calorosos. As xeadas e as néboas son moi frecuentes no inverno no val.

Segundo os datos do INE, actualizados a 1 de xaneiro de 2018, Monforte de Lemos contaba cun total e 18.599 habitantes, e cunha densidade de poboación de 94,14 habitantes por quilómetro cadrado. É a segunda vila en número de habitantes da provincia de Lugo por detrás da capital. Os principais sectores económicos son os servizos, agricultura e gandería. Os principais sectores económicos son os servizos , agricultura e gandería.

5.- Lingua na que se imparte a materia en cada grupo:

Galego.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Interiorizar o desenvolvemento dun estilo de vida activo e saudable, planificando responsable e conscientemente a súa actividade física a partir da autoavaliación persoal con base en parámetros científicos e avaliábeis, e axustando as prácticas motrices ás súas necesidades e motivacións persoais para satisfacer as súas demandas de lecer activo e de benestar persoal, así como coñecer posibles saídas profesionais asociadas á actividade física.			2-5	1-4	11-12-50		3	
OBX2 - Adaptar autonomamente as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices específicas das modalidades practicadas, a diferentes situacións con distintos niveis de dificultade, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión e execución adecuados á súa lóxica interna para resolver situacións motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas, e consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					12-40		2-3	
OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia.	5	3			11-20-50	3		
OBX4 - Analizar criticamente, e investigar, sobre as prácticas e manifestacións culturais vinculadas coa motricidade segundo a súa orixe e evolución, desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económicos, políticos e sociais que condicionasen o seu desenvolvemento, practicándoas e fomentando a súa conservación para ser capaz de defender, desde unha postura ética e contextualizada, os valores que transmiten.		3	5		12	1		1

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX5 - Implementar un estilo de vida sustentable e comprometido coa conservación e mellora da contorna, organizando e desenvolvendo accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, asumindo responsabilidades na seguridade das prácticas, para contribuír activamente ao mantemento e coidado do medio natural e urbano e dar a coñecer o seu potencial entre os membros da comunidade.			5		12-20	4	1	

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición física e saúde	Quecemento Xeral, Partes dunha sesión de E.F., Aparello locomotor. Conhecemento do estiramento dos grandes grupos musculares e da mobilidade das articulacións máis importantes. Aumento da F.C. e Tª Corporal. Concepto de condición física, As capacidades físicas principalmente relacionadas coa saúde: conceptos xerais. Resistencia aeróbica. Forza. Flexibilidade. Acondicionamento físico e saúde.	17	5	X		
2	Deportes de equipo	Reglas de xogo. Desenvolvemento da técnica - táctica individual ofensiva e defensiva. A táctica ofensiva e defensiva a nivel grupal.	17	6	X		
3	Danza	Componentes dunha coreografía. Tipos de música. Componentes básicos da música da coreografía (Pulso, acento, frase, bloque, etc.).	17	6		X	
4	Esgrima	Reglas básicas da esgrima. Conhecemento das tres modalidades da esgrima: sable, florete e espada. Material e equipación básica.	16	5		X	
5	Consciencia corporal	Técnicas de relaxación corporal: ioga, Técnicas mentales e asistidas.	16	6			X
6	Actividades Físicas no Medio	Técnicas básicas de progresión e	16	5			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
6	Natural	orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.	16	5			X
7	Avaliación	Tempo adicado a recuperación da materia por parte do alumnado suspenso e de recordo das diferentes unidades didácticas realizadas ao longo do curso.	1	2			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Condición física e saúde	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.	Elaborar un programa persoal de AF	TI	100
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Autorregular e dosificar o esforzo.		
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Actuar de forma crítica ante os estereotipos sociais.		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Previr as lesións antes, durante e despois.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Xestión autónoma no desenvolvemento dos proxectos motores.		
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Iniciativa no desenvolvemento motor.		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolvemento motor nos proxectos motores.		
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Practicar diversas actividades motrices adoptando actitudes de interese, esforzo...		
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Practicar actividades motrices desde a perspectiva da saúde.		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participara en actividades físicas en contornas urbanas e naturais.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración. - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal.

Contidos

- Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados.
- Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia.
- Sistemas de adestramento.
- Profesións vinculadas á actividade física e á saúde.
- Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais.
- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.
- Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.

UD	Título da UD	Duración
2	Deportes de equipo	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Incorporar, de forma autónoma, procesos orientados á saúde física.		
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar no desenvolvemento de proxectos motrices.		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual e colectivo.		
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Solucionar situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición no fútbol sala.		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar no desenvolvemento de proxectos motores.	TI	100
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Establecer mecanismos de relación nas prácticas motrices.		
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Contextualizar a influencia socio-cultural das manifestacións motrices.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Practicar actividades motrices no medio urbano.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Protocolos ante alertas escolares. - Toma de decisións. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes. - Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade. - Mercado, consumismo e deporte. - Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

UD	Título da UD	Duración
3	Danza	6

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.	Planificar e elaborar un programa persoal de actividade física saudábel.		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Implementar medidas para a prevención de lesións,		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar no desenvolvemento de proxectos motores.		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Establecer mecanismos de relación e entendemento cos compañeiros.	TI	100
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións colectivas con base musical.		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en actividades motrices no medio urbano.		

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

Contidos
- Saúde física.

Contidos

- Profesi3ns vinculadas 3 actividade f3sica e 3 sa3de.
- Prevenci3n de accidentes nas pr3cticas motrices.
- Toma de decisi3ns.
- Desempe3o de roles variados en procedementos ou sistemas t3cticos postos en pr3ctica para conseguir os obxectivos do equipo.
- Creatividade motriz: creaci3n de retos e situaci3ns-problema coa resoluci3n m3is eficiente de acordo cos recursos dispo3nibles.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusi3n doutras persoas nas actividades de grupo, animando 3 s3a participaci3n e respectando as diferenzas.
- Identificaci3n e rexeitamento de condutas contrarias 3 convivencia en situaci3ns motrices.
- Pr3ctica de actividades r3tmico-musicais con intencionalidade est3tica ou art3stico-expresiva.
- Materiais e equipamentos: manexo segundo as s3as especificaci3ns t3cnicas.

UD	T3tulo da UD	Duraci3n
4	Esgrima	5

Crterios de avaliaci3n	M3nimos de consecuci3n	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma aut3noma, e segundo as s3as preferencias persoais, os procesos de activaci3n corporal, autorregulaci3n e dosificaci3n do esforzo, alimentaci3n saudable, educaci3n postural e relaxaci3n e hixiene durante a pr3ctica de actividades motrices, reflexionando sobre a s3a relaci3n con posibles estudos posteriores ou futuros desempe3os profesionais.	Incorporar procesos orientados 3 sa3de.	TI	100
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de car3cter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situaci3n que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolver proxectos motores de car3cter individual.		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de car3cter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situaci3n que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolver proxectos motores de car3cter individual.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Solucionar situacións de oposición na esgrima.		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar con iniciativa en proxectos motores.		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Establecer mecanismos de relacións co resto de participantes nas practicas motrices.		
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear composicións individuais con precisión.		
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para prever e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Practicar actividades motrices no medio urbano.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos

Contidos

- puntos fortes e débiles propios e do rival.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.

UD	Título da UD	Duración
5	Consciencia corporal	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.	Elaborar e por en práctica un programa motriz orientado á saúde.	TI	100
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Implementar medidas específicas para a prevención de lesións.		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual e cooperativo.		
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Organizar e practicar diversas actividades motrices.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Organizar e practicar diversas actividades motrices.		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en actividades motrices na contorna urbana e natural.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física. - Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas. - Saúde social. - Saúde mental. - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración. - Trastornos vinculados coa imaxe corporal. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais. - Análise crítica de estratexias publicitarias. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Protocolos ante alertas escolares. - Actuacións críticas ante accidentes. - Conduto PAS: protexer, avisar, socorrer. - Desprazamentos e transporte de accidentados. - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Contido básico de caixa de primeiros auxilios. - Toma de decisións. - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Medidas para fomentar a igualdade no deporte. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Técnicas específicas de expresión corporal. - Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte. - Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.

UD	Título da UD	Duración
6	Actividades Físicas no Medio Natural	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	Empregar dispositivos dixitais.	TI	100
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar con iniciativa no desenvolvemento de proxectos motores.		
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Identificar e comprender os factores que condicionan a intervención da motricidade na realización de xestos técnicos.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Contextualizar a influencia socio-cultural das manifestacións motrices.		
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Contextualizar a influencia socio-cultural das manifestacións motrices.		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Promover e participar en actividades motrices no contorno natura, reducindo a súa pegada ecolóxica.		
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Promover e participar en actividades motrices no contorno natural, con seguridade.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde. - Actuacións críticas ante accidentes. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade. - Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura. - Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades. - Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.

Contidos

- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.
- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

UD	Título da UD	Duración
7	Avaliación	2

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Actuar de forma crítica fronte os estereotipos sociais.	TI	100
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar no desenvolvemento de producións motrices.		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar no desenvolvemento de producións motrices.		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Establecer mecanismos de relación co resto de participantes.		
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións individuais e colectivas con e sen base musical.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Promover e participar en actividades motrices en contornas urbanas e naturais.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais. - Mercado, consumismo e deporte. - Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Os principios metodolóxicos xerais constitúen a fonte pedagóxica da programación. A idea fundamental que sustenta estes principios é que o alumno é o principal artífice do seu propio aprendizaxe e que o profesor convértese en mediador ou guía neste proceso, permitindo establecer relacións entre os coñecementos e experiencias previas e os novos contidos. Non existe unha metodoloxía única e válida para tódalas situacións, polo tanto, nós utilizaremos aquela que nos axude a alcanzar a progresiva autonomía e educación integral do alumno como obxectivo de final de etapa. Para isto, nos baseamos nos principios que establece o currículo, destacando que o alumno realice aprendizaxes significativos por sí, é dicir, que aprenda a aprender.

Como técnica de ensinanza empregaremos: a instrución directa naquelas unidades nas que o aprendizaxe precise dun rendemento mecánico como factor vital para que o obxectivo proposto se poida alcanzar de forma eficaz, e a técnica mediante a busca nas unidades didácticas que nos interese que o alumno desenvolva os procesos dedutivos e de enriquecemento.

En canto ó estilo de ensinanza empregaremos aquel máis axeitado a cada situación desde os máis directivos como o mando directo modificado, ata os máis produtivos e creativos como o descubrimento guiado. Como estratexia na práctica utilizaremos tarefas globais sempre que

sexa posible e acudiremos ás analíticas cando sexa necesario en función da natureza do traballo a realizar.

Os recursos ocupan un papel importantísimo dado o carácter procedemental da materia, por iso, unha boa selección do material favorece notablemente a práctica en Educación Física. Nesta selección do material teremos en conta os seguintes criterios: a súa utilidade, facilidade de acceso para os alumnos, polivalencia, variedade en canto a forma e contido, carácter multifuncional e que non sexan perigosos.

En canto os criterios para os agrupamentos debemos ter en conta que todo grupo é heteroxéneo por natureza, o que implica a existencia de alumnos avantaxados e desvantaxados con respecto a maioría. Todo isto ofrece múltiples posibilidades de acción en torno á creación de grupos de traballo: de nivel, cooperativos, homoxéneos, cun colaborador, heteroxéneos, etc.; de maneira que, esta organización debe estar motivada polo coñecemento dos alumnos, polo obxectivo, polas características das actividades, e as veces, aínda que non é desexable pola existencia ou non de material.

O aproveitamento, o uso e a organización do tempo e do espazo de clase resulta fundamental para a consecución dos obxectivos de aprendizaxe evitando perdas de tempo nos vestiarios, establecendo rutinas que favorezan o aproveitamento dese tempo (ónde colocarse durante a información inicial, cómo coller e recoller o material, ...), propoñendo actividades significativas para os alumnos, etc. Tamén teremos en conta qué información damos ós alumnos e cómo e cándo a comunicamos, reforzando de esta forma o feedback interno do alumno co feedback externo que lle proporcionemos. A elaboración ou deseño de actividades é un elemento fundamental para todo o proceso de ensinanza e aprendizaxe.

As actividades de ensinanza serán, entre outras: deseño de unidades didácticas, deseño de actividades das unidades didácticas (serán de coñecementos previos, motivación, desenvolvemento de contidos, reforzo, ampliación e avaliación), elaboración e organización dos materiais didácticos do alumno e de apoio, explicación ós alumnos acerca dos contidos e obxectivos da unidade didáctica, dirixir as actividades que o requiran, organizar o aula, avaliar todo o proceso, etc. As actividades de aprendizaxe serán, entre outras: participación nas actividades e xogos, fabricación de materiais, propostas de actividades, colaboración cos compañeiros e co profesor, avaliación dos contidos desenvolvidos, etc.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Materiais e recursos didácticos

Os principais recursos e materiais que utilizaremos no área de Educación Física son:

RECURSOS HUMANOS:

O alumno/a e a súa experiencia (motricidade, expresión, creatividade).

O profesor e as súas explicacións e / ou exemplificacións.

INSTALACIÓNS:

Aula de referencia

Os ximnacios e o pavillón

As pistas polideportivas exteriores.

Os espazos abertos do recinto escolar.

MATERIAL DIDÁCTICO:

Convencional:

O caderno de E.F do alumno.

Apuntes e fichas elaborados polos profesores do departamento. Non convencional:

Material específico: de deportes alternativos, xogos populares, expresión corporal, actividades na natureza, actividades de patín e calquera material necesario para o desenvolvemento da programación.

Materiais reciclados e auto construídos polos propios alumnos/as.

Material audiovisual: cintas de música e de vídeo, cámara de vídeo, televisión e vídeo, equipo de música.

Ordenador portátil e canón.

Pósters ilustrativos.

Material deportivo diverso especificado no inventario de material do departamento

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial realizarase durante as primeiras semanas do curso escolar, e comprenderá as seguintes accións:

a) Análise dos informes de avaliación individualizados do curso anterior.

b) Detección das aprendizaxes imprescindibles non adquiridas no curso 2020/2021, así como a súa correspondencia coa falta do desenvolvemento das correspondentes competencias clave.

c) Se se considera necesario, realizarase unha proba específica sinxela para avaliar o grao de dominio dos contidos mínimos que se consideran imprescindibles para construír sobre eles as novas aprendizaxes propias da materia. Esta proba non terá repercusión na cualificación da materia.

Neste período inicial, mediante observación directa nas clases, tamén se recollerá información das peculiaridades da forma de aprender de cada alumno/a (habilidades, estratexias e destrezas desenvolvidas, é dicir, manexo de procedementos) así como información sobre o grao de integración social do alumno/a (consigo mesmo, cos compañeiros e compañeiras e co profesorado).

A partir da avaliación inicial, e sempre que se considerase necesario, faranse axustes curriculares no desenvolvemento da materia, de maneira que o alumnado recupere as aprendizaxes imprescindibles non adquiridos no curso anterior, e se garanta a consolidación, adquisición, reforzo ou apoio das mesmas.

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	17	17	17	16	16	16	1	100
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100

Criterios de cualificación:

A avaliación trimestral resultará da media aritmética das unidades didácticas impartidas, redondeando a o enteiro inmediatamente superior a partir do decimal 5, se estiveran entregados en tempo e forma todos os traballos requeridos. Para facer a media trimestral todas as unidades didácticas deberán ter una cualificación igual ou superior a 4. A cualificación da avaliación previa á avaliación final da materia, obtérase calculando a media aritmética cada avaliación trimestral sen posibilidade de redondeo, pois xa foi redondeada en cada avaliación trimestral.

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas 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 (lesiões, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc. Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos. En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido 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 (menos de 4 puntos sobre 10): Rematada a UD propórase ao alumnado que non a superou actividades de recuperación, supervisadas, avaliadas e cualificadas polo profesorado en sesións de tutoría previa cita. 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 propoará actividades de recuperación ao alumnado supervisadas, avaliadas e cualificadas en sesións de tutoría previa cita. Segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas. Para superar a avaliación final: Ao alumnado con algunha avaliación trimestral non superada, recibirá un plan de recuperación e realizará as actividades propostas no período que vai dende a avaliación previa á avaliación final ata a avaliación final. Esas actividades serán avaliadas e cualificadas por observación directa do profesorado. Transcorrido este período, o alumnado que non recuperou algunha avaliación trimestral, deberá superar nunha proba final extraordinaria os mínimos de consecución non superados. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderanse propor probas escritas. Para mellorar a nota na avaliación final: O alumnado que desexe mellorar a súa cualificación, recibirá un plan de mellora. Neste plan priorizaranse os contidos con peor cualificación ou non superados nas diferentes UDD. As actividades propostas serán acordadas entre a persoa docente e o alumnado.

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

Das materias pendentes de cursos anteriores

Plan de traballo

Para o alumnado repetidor que obtivera unha avaliación negativa nesta materia, establecerase un plan personalizado de reforzo para poder superar as dificultades non superadas no curso anterior. Será dirixido polo profesor que lle da clase de EF no curso actual no que se lle irán pedindo diferentes tarefas de recuperación das unidades didácticas programadas para o curso que ten suspenso.

Procedementos e instrumentos de avaliación

Este plan, en función das características do alumnado, poderá consistir nas seguintes actividades:

- Realización de actividades de reforzo da materia dirixido polo profesor/a que lle da clase de E.F. no curso actual no que se lle irán pedindo diferentes tarefas de recuperación das unidades didácticas programadas para o curso que ten suspenso. Se as supera, non terá que facer as probas escritas e as prácticas.
- Mediante a observación e a realización de probas de tipo escrito/oral para avaliar a parte conceptual e con circuitos e /ou execucións técnico-tácticos. Só se realizarán en caso de que non supere as tarefas de recuperación.
- Atención personalizada ao alumnado na hora do recreo establecida polo departamento, unha vez por semana. A asistencia será voluntaria.

Criterios de cualificación

Presentación en tempo e forma das tarefas de recuperación.

Calidade e orixinalidade dos contidos presentados.

Obter un 50% da valoración sobre a nota final nos distintos apartados (teórico e práctico) no caso de no ter superado a asignatura mediante as tarefas de recuperación.

b) Da materia do propio curso

Procedementos e instrumentos de avaliación para :

a. Unha proba non superada

Un alumno/a cunha parte dunha avaliación suspensa:

Obterá a súa nota da media aritmética de cada avaliación, sendo o cinco a nota da parte da avaliación suspensa.

b. Unha avaliación parcial

Un alumno/a cunha avaliación suspensa:

Realizará unha proba individualizada (teórica e/ou práctica) sobre a parte suspensa.

c. A avaliación final ordinaria

Terá que facer unha proba escrita sobre os contidos teóricos levados a cabo no curso.

Terá que facer as probas prácticas que levaron a cabo os compañeiros na aula durante o curso.

Terá que presentar os traballos que se lle foran pedindo os compañeiros de clase durante o curso.

A nota final é a media das tres avaliacións anteriores.

c) Proba extraordinaria de xuño

Poderán facer:

A- Un exame teórico de toda a asignatura (100%). Estes contidos teóricos incluírían os apuntes dados na materia e o dito nas explicacións durante as clases ao longo do curso.

Haberá que superar como mínimo a metade da porcentaxe.

B- Un exame teórico-práctico: esta proba constará dunha parte teórica e unha parte práctica.

- Unha proba teórica dos contidos vistos ao longo do curso. Estes contidos teóricos incluírían os apuntes dados na asignatura e o dito nas explicacións durante as clases ao longo do curso (esta parte valerá un 50% da nota)

- Probas ou exames prácticos. Test de condición física-técnico-táctico e habilidades deportivas feitas ao longo do curso. (esta parte valerá un 50% da nota).

- Haberá que superar como mínimo a metade da porcentaxe de cada parte para poder aprobar, é dicir, 25% na parte teórica e outro 25% na parte práctica.

- En caso de que o alumno/a estea lesionado no momento de exame de setembro, será necesario a presentación dun xustificante médico oficial no que se indique o tipo de lesión que padece e o tempo estimado de lesión. Nesta caso, non se fará a parte práctica, e a parte teórica valerá o 100% da nota final.

- Nesta convocatoria é imprescindible traer o material e vestimenta deportivos adecuados para o exame práctico e teórico, do contrario o alumno non será avaliado.

6. Medidas de atención á diversidade

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

Ademais do diferente ritmo de aprendizaxe do alumnado e o nivel de competencia motriz, os casos máis frecuentes na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

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

Alumnado con diferente nivel de competencia motriz. Ao alumnado que teña baixo nivel de competencia motriz nos contidos dalgunha/s unidade/é didáctica/s, realizaránselle apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, 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 poñeranse en marcha os apoios e as atencións educativas específicas necesarias para a consecución dos obxectivos de aprendizaxe. Nestes casos, asignarase un rol en función da UD que garanta que participa e logra os obxectivos fixados: avaliador, xuíz/árbitro e axudante serán os roles máis utilizados. A avaliación da súa práctica realizarase a través de táboas de indicadores específicas. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade 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-autoconceito, 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.

ADAPTACIÓNS NON SIGNIFICATIVAS ou ordinarias:

Casos e actividades propostas:

- Dificultades aprendizaxe:

- a) Práctica: diminución da dificultade ou exixencia da tarefa cunha variación da tarefa ou procura dunha solución.

- b) Conceptos: concreción do contido, esquemático e comprensible ao seu nivel.

- Desinterese: diálogo e motivar para que participe.

- Falta de esforzo: diálogo e motivar para que se supere.

- Falta de asistencia: actividade de síntese da clase anterior na seguinte.

- Faltas de asistencia reiteradas: integración nas tarefas con síntese breve.

- Sen vestimenta ou calzado por lesión ou enfermidade: axuda na explicación de actividades e funcións de árbitro aplicando as normas e colaboración nas tarefas que se encomenden como cronometrar, apuntar datos e colocación e recollida de material.

Estratexia didáctica:

Analítica: información clara, breve, precisa e individual, integrado no grupo ou en grupos reducidos con axuda do profesor ou alumno avanzado.

Organización do grupo:

- Organización en grupos mixtos variados durante o curso para fomentar a coeducación, integración e dinámica do grupo.

- Grupos de nivel e adaptación de tarefas para cada un utilizando alumna/os avantaxada/os como colaboradores.

Todas estas medidas de atención á diversidade, e que xorden durante as Unidades Didácticas, serán postas en práctica co fin de mellorar a aprendizaxe do alumnado.

7.1. Concreción dos elementos transversais

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

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Charlas sobre alimentación xeral e deportiva	Conferencias sobre alimentación e actividade física			
Actividades Físicas no Medio Natural	Actividade a realizar en zonas de alto valor ecolóxico nas proximidades do IES: Courel, Serra da Encinha da Lastra, Ribeira Sacra...			
Semana Branca	Viaxe a Andorra para practicar esquí			

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
Cumprimento dos obxectivos xerais da programación
Desenvolvemento das unidades didácticas
Desenvolvemento das actividades programadas

Causas de non cumprimento da programación
Metodoloxía empregada
Funcionamento das metodoloxías aplicadas
Funcionamento dos procedementos de avaliación
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Utilización de recursos e materiais didácticos
Medidas de atención á diversidade
Eficacia das medidas de recuperación
Clima de traballo na aula
Favorecemento da multidisciplinariade
Outros
Pertinencia dos instrumentos de avaliación
Participación en actividades extraescolares e complementarias
Medidas de atención á diversidade
Favorecemento do tratamento integrado de linguas
Factores que favoreceron o cumprimento 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).

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 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

Ao finalizar o curso en xuño, o departamento elaborará unha memoria final onde se recollerános seguintes puntos en relación a esta materia:

- A) Porcentaxe do cumprimento da programación.
- B) Xustificacións da parte da programación non impartida.
- C) Modificacións introducidas durante o curso en relación coa programación didáctica.
- D) Motivos das modificación feitas.
- E) Propostas de melloras para a programación didáctica do próximo curso.
- F) Análise dos resultados das avaliacións do alumnado en relación cos cursos anteriores.

9. Outros apartados