

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	IES Sánchez Cantón	Pontevedra	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	1º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

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	7
4.1. Concrecións metodolóxicas	15
4.2. Materiais e recursos didácticos	16
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	17
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	17
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	18
6. Medidas de atención á diversidade	18
7.1. Concreción dos elementos transversais	20
7.2. Actividades complementarias	21
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	22
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	23
9. Outros apartados	24

1. Introducción

A educación física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza o dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento (de si mesmo, de si mesma e do contorno), de organización perceptiva (desenvolvendo a percepción do propio corpo, do espazo e do tempo), anatómico- funcional (incrementando as habilidades e mellorando a condición física), estético/comunicativa (por medio de manifestacións artísticas e de comunicación), de relación social coas demais persoas (interaccionando co resto de participantes), agonística (esforzándose e superando dificultades), hixiénica (mellorando a saúde e previndo enfermidades), hedonista (como fonte de gozo), de compensación (fronte á vida sedentaria) e catártica (para liberar tensións).

Especialmente importante é a relación que a educación física ten coa saúde. A actividade física ben practicada mellora o benestar e a calidade de vida. No que atinxe a esta área dentro da educación primaria, dásele importancia á saúde ao dedicárselle un bloque de contidos. Preténdese que o alumnado adopte medidas de hixiene corporal na actividade física e na vida cotiá, que adquira pautas de alimentación correctas, que rexeite as substancias nocivas, que empregue as posturas corporais precisas nas súas accións, que mellore o coñecemento do seu corpo e do contorno que o rodea e mais que incremente o nivel de condición física e, por conseguinte, a súa saúde.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar.

Na educación física escolar, incidirase na coeducación e na igualdade de oportunidades entre ambos os sexos, con propostas que atenderán do mesmo xeito aos nenos e as nenas, integrando todas as persoas participantes indistintamente para poder acadar os obxectivos. O profesorado deberá equilibrar as actividades e materiais de xeito que non predomine ningún estereotipo e seleccionar aqueles que contribúan á participación equilibrada e motivada de nenos e de nenas. Outro aspecto que hai que ter en conta para favorecer a igualdade entre os sexos son as expectativas que o profesorado ten con respecto ás nenas e aos nenos, así como as expresións que se utilicen para favorecer as súas execucións e os resultados. Finalmente, esta área adaptarse á necesidade e á capacidade de moverse que teñen os nenos e as nenas.

Así e tendo en conta estas cuestións, estes elementos serán tomados coma os principios de desenvolvemento do traballo de Educación Física tanto na etapa dende a presente programación e dirixida especificamente ás características particulares dos diferentes grupos que nos imos atopar. Destacar, igualmente, que dende a perspectiva do desenvolvemento integral que suscita a área farase especial fincapé na elaboración de diferentes traballos sobre cuestións relativas á saúde e condicións de vida do contorno próximo no que se atopan. Centro educativo: IES SÁNCHEZ CANTÓN PONTEVEDRA 36006717

5 Grupos: Grupo A: 24 alumnos e alumnas; Grupo B: 24 alumnos e alumnas; Grupo C: 24 alumnos e alumnas; Grupo D: 24 alumnos e alumnas; Grupo E: 24 alumnos e alumnas

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			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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
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	Cooperamos	Unidade de avaliación inicial. Na que nos presentamos, coñecemos os compañeiros e compañerías vendo o nivel de condición física e habilidade de cada un, servindo de punto de partida. Ademais de aflorar comportamentos dentro da aula	6	4	X		
2	O quecemento	O quecemento: que é e para que serve. Partes da sesión de EF. Finalidade. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión. Control da FC. Uso axeitado da indumentaria, calzado deportivo e ergonómia.	6	4	X		
3	Condición Física e Saúde	CONDICIÓN FÍSICA: Concepto e definición de CF e saúde,. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde. Métodos básicos de forma lúdica para o desenvolvemento das capacidades físicas desde un enfoque saudable. Aplicación de probas e tests de condición física. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. .	11	8	X		
4	Apectos Comúns aos xogos deportivos colectivos	Traballarase a análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. As capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: -Avance cara á portaría / canastra contraria: o paso e o bote. - Ocupación do espazo. - Situacións en igualdade/superioridade/inferioridade umérica. -Práctica de formas xogadas de colaboración, e colaboración-oposición -Cumprimento das regras dos xogos deportivos presentados -Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte -Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.	20	14	X		
5	A nosa saúde	-Introdución e coñecemento do impacto que pode ter a nutrición nun estilo de vida saudable. Conciencia da necesidade dunha dieta equilibrada para o estado da saúde, e	7	5		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
5	A nosa saúde	os factos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais -Coñecemento do funcionamento básico dos servizos de emerxencia. Pautas de actuación ante unha emerxencia Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).Posta en práctica de RCP básica. Coñecemento e simulación. Actuación en caso de atragantamento. Manobra de Heimlich. Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas	7	5		X	
6	Atletismo: velocidade e relevos	-O Atletismo como deporte individual e de equipo (relevos). Carreiras de velocidade. Tipos de velocidade. Saídas. Coñecemento e execución dunha técnica axeitada de carreira e a relación que ten coa prevención de lesións e a saúde postural. Habilidades motrices específicas asociadas á técnica. Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.	11	8		X	
7	Xogos predeportivos; Xogos Alternativos	Os xogos predeportivos e alternativos para o tempo de lecer, tendo actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices, traballo da perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos, das habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. A unidade dividirase en dous momentos. Buscando o coñecemento dos xogos predeportivos coñecidos primeiro e posteriormente as evolucións ou adaptacións menos coñecidas con xogos alternativos, que buscan a inclusividade e o xogo libre de estereotipos. (A metade da unidade é no 2T, a outra no 3ºT)	19	13		X	X
8	A nosa cultura: xogos e danzas tradicionais	Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos, a través do baile tradicional Xogos, deportes, como elemento transmisor do patrimonio cultural.	11	8			X
9	Actividades na natureza	Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. -O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. -Análise do risco nas prácticas físico-	9	6			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
9	Actividades na natureza	deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes. -Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. -Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.	9	6			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Cooperamos	4

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices , evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade .	TI	100
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, , evitando a competitividade desmedida		

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 das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.

UD	Título da UD	Duración
2	O quecemento	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde, a partir dunha valoración do nivel inicial	PE	30
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, 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.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, quecemento xeral, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	70
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais 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 con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.

Contidos	
-	A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.

UD	Título da UD	Duración
3	Condición Física e Saúde	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	stablecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	PE	20
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais 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 con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións durante da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	TI	80
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente		

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

Contidos
- Saúde física:
- A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
- Saúde social:
- Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais.
- Saúde mental:
- Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas.

UD	Título da UD	Duración
4	Apectos Comúns aos xogos deportivos colectivos	14

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	TI	100
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices de 2x2 e 3x3		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.

UD	Título da UD	Duración
5	A nosa saúde	5

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, 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.	Coñecer unha alimentación saudable, interiorizando as rutinas propias dunha vida saudable e responsable.	PE	80
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	TI	20

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Alimentación saudable. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

UD	Título da UD	Duración
6	Atletismo: velocidade e relevos	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	PE	40
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz.	TI	60
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, na técnica de atletismo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.		

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"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

UD	Título da UD	Duración
7	Xogos predeportivos; Xogos Alternativos	13

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz.	TI	100
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a preparación e a participación en xogos motores, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade, 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 social: <ul style="list-style-type: none"> - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. <ul style="list-style-type: none"> - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
8	A nosa cultura: xogos e danzas tradicionais	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, e evitando activamente a súa reprodución.	TI	100
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas coa cultura propia, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes		
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Utilizar intencionadamente o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións colectivas con e sen base musical.		

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"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
9	Actividades na natureza	6

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar medidas xerais para a prevención de lesións durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	TI	100
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar actividades físico-deportivas no medio urbano 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"> - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Práctica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Debido á gran variedade de propostas metodolóxicas existentes, a seguinte programación baséase na proposta que fai Antonio D. Galera dentro do seu libro Manual de Didáctica da Educación Física I e II, desglosando así os tres tipos de estratexias utilizadas: estratexias instrutivas, estratexias participativas, e estratexias emancipativas.

As estratexias son as combinacións metodolóxicas que leva a cabo o profesor de E.F nas unidades didácticas. Unhas serán máis pechadas limitando a participación decisional e efectora do alumno/a e outras terán un carácter máis aberto onde o alumno/a participará de forma máis activa.

-As estratexias instrutivas: a maioría das decisións as toma a persoa profesora son adecuadas cando se expón o ensino de tarefas con certo compoñente de risco, ben pola súa complexidade, ben pola súa novidade ou ben polos seus baixos niveis de destreza por parte dos alumnos/as. A finalidade desta estratexia é manter niveis altos de motivación e facilitar o acceso rápido e satisfactorio da actividade. Dentro dalgunhas unidades didácticas tratamos os métodos de mando directo, asignación de tarefas.

-As estratexias participativas: traspasan parte das decisións aos alumnos/as; Son útiles ao expor tarefas coñecidas, coa finalidade de mellorar a súa aprendizaxe por automatización, ou actividades sen necesidade de control por parte da persoa profesora. Libera en certo xeito os aspectos reguladores e avaliativos. Nas unidades didácticas utilízanse métodos de asignación de tarefas, ensinanza recíproca, traballo grupal cooperativo, ensino en pequenos grupos e autoavaliación.

-As estratexias emancipativas: onde o papel da profesora queda reducido á función de catalización didáctica, en plano de < case igualdade > cos alumnos/as. Está claro que todas as decisións asumidas polos alumnos/as han de ser responsables e mostrar elevados índices de cohesión e solidariedade no seo do grupo. Os métodos predominantes serán o descubrimento guiado, a resolución de problemas e o programa individual. A clasificación das tarefas que se levou a cabo nas sesións é a proposta por Famose: definidas, semidefinidas e non definidas.

Organización grupal: a base e o traballo en grupo sempre que sexa posible e a busca de contidos motivacionais para unha mellor asimilación deles. Dentro de todas as sesións que forman as quince unidades didácticas, dispoñemos da formación de grupos diversos e heteroxéneos na súa maioría. Sempre mantendo oas medidas regulamentarias propostas neste caso excepcional da pandemia.

A metodoloxía que utilizamos baséase en 6 principios fundamentais:

1. Principio de actividade : os alumnos experimentarán por si mesmos as diferentes situacións motrices.
2. Principio de realidade : as tarefas propostas estarán relacionadas coa súa utilidade práctica.
3. Principio de individualización: as tarefas terán en conta a diversidade dos alumnos.
4. Principio de progresión: partírase do coñecido polos alumnos ata o descoñecido.
5. Principio de interdisciplinabilidade: contidos relacionados con outras áreas de coñecemento.
6. Principio de motivación: as tarefas serán motivantes para a mellor disposición dos alumnos. Teñen que estar receptivos.

Nos aspectos xerais teráse en conta :

- Coñecer o nivel de condición física inicial do alumnado.
- Ter en conta a diversidade: respectar os ritmos e estilos de aprendizaxe.
- Potenciar as metodoloxías activas e participativas.
- Combinar traballo individual e cooperativo.
- Uso das TIC.
- Papel facilitador do profesor/a.

Nos aspectos organizativos

- Organización do espazo, posibilitando que todo o alumnado teña fácil acceso ás informacións, prestando atención aos alumnos con necesidades educativas especiais.
- Organización do espazo permitindo o máximo aproveitamento do material por parte de tódolos alumnos.
- Control do correcto uso e adecuada colocación do material para evitar riscos de lesións ou accidentes.
- Distribución temporal de cada sesión en partes con intensidades adecuadas aos niveis dos alumnos.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Pavillón 1 : media superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pavillón 2 : media superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pistas exteriores: Unha pista de balonmán/fútbol/sala e unha pista de baloncesto, o aire libre. Superficie de asfalto

Estarán en función do desenvolvemento de cada sesión tendo en conta que nestes momentos se conta cun volume amplo de materiais e recursos que permiten traballar os contidos plantexados na medida do posible.

Empregarase con frecuencia grande material, mediano e pequeno. A dotación material do centro é sobresaínte polo que non vai haber dificultades para desenvolver todo o traballo que se planifica.

Dende o punto de vista do alumnado, para o adecuado desenvolvemento das sesións de Educación Física, será obrigatorio o emprego de roupa, calzado deportivo e material para o seu aseo, e de xeito excepcional e voluntario solicitarase ao alumnado material propio para facilitar a adquisición dalgúns obxectivos da materia (material de refugallo, funxible, material deportivo propio, etc)

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Na materia de Educación Física as probas da avaliación inicial, serán principalmente xogos de cooperación, de colaboración e de cooperación-oposición que terán como obxectivo coñecer as relacións sociais entre o alumnado e as súas aptitudes para resolver retos motrices. Tamén poderán realizarse algún test de aptitude, que terán como obxectivo coñecer o nivel de condición física do alumnado, tanto individualmente como de cada grupo en conxunto. Os resultados obtidos darannos unha referencia para poder adaptar o nivel de esixencia das sesión en cada grupo.

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	6	6	11	20	7	11	19	11	9	100
Proba escrita	0	30	20	0	80	40	0	0	0	14
Táboa de indicadores	100	70	80	100	20	60	100	100	100	86

Criterios de cualificación:

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, os Criterios de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). Tendo en conta estes elementos, cada UD valorarase sobre 10 puntos. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

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

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas e traballos escritos, 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) 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

AVALIACIÓN FINAL

A nota final dos alumnos/as será a media aritmética das tres avaliacións (tendo en conta as recuperacións realizadas da primeira e segunda avaliación.). Esta media debe ser superior a 4,5 puntos.

Criterios de recuperación:

Recuperación trimestral:

No caso de que algún alumno/a non supere a primeira ou segunda avaliación, deberá realizar ó longo do seguinte trimestre, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da nota do trimestre

Recuperación final :

No caso de que algún alumno/a non supere a asignatura na nota final, deberá realizar ó longo do mes de xullo, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da nota final de curso.

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

No comezo do curso, unha vez localizado o alumnado coa materia de Educación Física pendente, cada profesor explicará aos respectivos alumnos os pasos a seguir para a recuperación da materia.

- Será o profesor que o teña na clase o que se responsabilice do seguimento do devandito alumnado, así como da súa avaliación e cualificación.
- O profesor responsable mandaralle, ao alumno coa materia pendente, un traballo por avaliación referido aos contidos que deberá recuperar.
- Si o alumno aproba a 1ª e 2ª avaliacións do curso no que está matriculado aprobará a materia pendente, e non terá que facer o traballo da 3ª avaliación.
- Si non entrega os traballos, o no caso de que estes sexan avaliados negativamente, o alumno deberá examinarse da materia pendente na convocatoria de exames de maio.

AVALIACIÓN FINAL PENDENTES.

Os alumnos/as pendentes que non superasen a proba establecida no mes de maio, realizarán durante o mes de xullo unha proba sobre todo o curso suspenso. Dita proba contará con contido teórico e práctico sobre as UD impartidas.

6. Medidas de atención á diversidade

No caso de alumnos/as con necesidades educativas especiais (NEE):

- Adaptación das condicións de accesibilidade ó centro.
- Adaptación dos recursos de apoio.
- Flexibilización para cursar a materia cunha temporalización distinta á establecida con carácter xeral (require autorización administrativa).

No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe:

- Actividades de reforzo individualizadas.
- Favorecer un método de aprendizaxe baseado na práctica, experiencia e investigación a partir de intereses dos alumnos/as, estudos de caso e o emprego de recursos TIC.
- Deseño de probas de avaliación en coherencia cos métodos propostos.

Os alumnos/as con asma, artritis idiopática, diabete, narcolepsia e problemas de columna ou problemas cardíacos: realizarán actividades adaptadas ás súas posibilidades motrices. Os exercicios que non poidan realizar no plano práctico, serán realizados a través de traballos teórico-prácticos en relación coa actividade que non poden realizar.

Traballos para os alumnos lesionados de forma puntual: deberán realizar unha ficha, no caderno de Educación Física, na que teñan que reflectir o traballo realizado nesa ou nesas sesións. Estas fichas serán corrixidas e entregadas polo profesor/a en caso de ter unha cualificación positiva.

No caso de alumnado problemas crónicos: realización dunha Adaptación Curricular contemplando o bagaxe motriz dispoñible e as opcións de traballo co alumnado.

No caso de alumnado que non acude á sesión coa vestimenta axeitada: realizarán o mesmo traballo que o alumnado lesionado temporalmente asemade de anotarlle unha falta de roupa, si é reiterada sera falta grave e anotarse coma tal.

No caso de alumnado suspenso: ao longo do curso establecerase a posibilidade de realizar probas para superar os contidos onde non se acadara os mínimos.

Atención á diversidade

No caso da aparición de alumnado con NEE de carácter extraordinario de xeito sobredito, resolverase a situación co deseño dunha adaptación curricular significativa e adaptada ás características individuais do alumno/a en base a lexislación vixente.

No caso da existencia de alumnado con dificultades o acceso a Edixgal, contactarase vía telefónica ou vía correo ordinario para o establecemento de medidas extraordinarias de acceso o currículo.

Para os alumnos diagnosticados de TDAH seguirase o protocolo establecido polo departamento de orientación. Neste caso as medidas a tomar serán:

1. Organización do material, instalación e alumnado:

Rutinas establecidas que atenden a:

Organización grupal e individual nas clases: cerca do profesor na explicación dos exercicios. En grupos de máis de dous alumnos que lle dean tranquilidade. Creando un bo clima de traballo (non distraccións) lonxe de estímulos sonoros ou visuais. Material recollido a maior parte do tempo posible hasta o seu uso. A axenda para o alumno con TDAH (instrumento moi útil e imprescindible para a comunicación/información coa familia e levar ao día as súas tarefas). Novas tecnoloxías, onde os familiares poderán comprobar os traballos esixidos ao alumno e os contidos que tratarán nas clases desde edixgal ou o aula virtual. Organización das tarefas: alternar actividades teóricas co traballo práctico. Segmentar as actividades longas e limitar o seu número. Utilizar reforzos e apoios visuais na instrución oral (lousa explicativa e chifre). Compañeiro/a *¿responsable¿* que axude nas tarefas.

2. Orientacións metodolóxicas:

Comunicación profesor/alumno: normas claras e coherentes coa empatía e con reforzos positivos (eloxios privados e públicos) e apoios visuais na instrución oral. Explicar tarefas de xeito claro e sinxelo, e asegurarse do entendemento de todos. Estratexias para captar a atención inicial como cambios de entoación, xesticulación e dramatización. Manter un ambiente estruturado, motivador e con rutinas predicibles. Negociarase co alumnado unhas cantas normas de funcionamento (non moitas) e as consecuencias do seu cumprimento e incumprimento. Debe escribirlas o propio alumnado (visibles na aula) e deben ser repasadas, con frecuencia, polo conxunto da clase. Aplicación de métodos, técnicas e estilos de enseñanza: os estilos permisivo ou autoritario son negativos nestes casos. Supervisar frecuentemente a realización, para reforzar positivamente ou para reconducir a execución ou as distraccións. Utilización da maioría de métodos incluídos nas estratexias participativas (apartado 5: metodoloxía).

3. Implicación familiar

Entrevistas regulares entre o profesorado e a familia (cada 2 ou 3 semanas); onde se informarán mutuamente dos avances, logros ou estancamentos do alumno.

Actividades de ampliación e reforzos:

En relación á atención á diversidade do alumnado terase en conta a organización de actividades reforzo ou apoio e de ampliación, que lles permitirán o seguimento do ritmo da clase ao igual que o resto dos seus compañeiros/as. En casos máis significativos, poderase establecer un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Como medidas xerais a ter en conta con este nenos/as establécense as seguintes:

1. Axuda individualizada sempre que sexa posible.

2. Situalos ao lado de nenos/as máis avantaxados.

3. Atención personalizada en función das necesidades de cada un.

4. Procurar que todos os alumnos e alumnas alcancen similares obxectivos, partindo da non discriminación e non separación en función das condicións de cada neno ofrecéndolles a todos eles as mellores condicións.

5. Buscaremos a máxima normalidade con propostas o máis cercanas posibles ao currículo ordinario e a maior atención individual. Isto fai máis complexa a nosa labor educativa polo que será preciso contar con recursos humanos, materiais e organizativos. Actividades ou estratexias que se utilizan na aula para atender á diversidade:

-Cambio de orde dos contidos.

-Programación de actividades de repaso.

- Flexibilidade do tempo.
- Organización no ximnasio por grupos: facer grupos heteroxéneos por niveis e con actividades diferentes.
- Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.
- Integración de todo o alumnado na aula.
- Priorizar métodos que favorezan a expresión, a reflexión e a comunicación.
- Ofrecer actividades para que lles permitan conseguir éxito ante o grupo.
- Sempre que se crea preciso o tratamento destes alumnos e alumnas con dificultades farase sempre en coordinación cos profesores especialistas e o equipo de orientación co fin de lograr fomentar o desenvolvemento das súas capacidades físicas, cognitivas e o máis importante é lograr unha integración do alumno na aula e na dinámica da escola.

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 LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA		X		X				
ET.2 - INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL		X			X		X	
ET.3 - FOMENTO DA CULTURA EMPRENDEDORA						X		
ET.4 - EDUCACIÓN VIAL								
ET.5 - EDUCACIÓN EN VALORES	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.6 - A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.7 - A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9
ET.1 - COMPRENSIÓN LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	
ET.2 - INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	

	UD 9
ET.3 - FOMENTO DA CULTURA EMPREENDEDORA	
ET.4 - EDUCACIÓN VIAL	X
ET.5 - EDUCACIÓN EN VALORES	X
ET.6 - A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS	X
ET.7 - A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES	X
ET.8 - A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE	X

Observacións:

1. A comprensión lectora traballarase o ler con atención para extraer datos relevantes de diferentes artigos relacionados coa Educación Física.
2. A integración nas TICS con facer un uso razoado das posibilidades que as tecnoloxías ofrecen
- 3 O fomento da cultura emprendedora o utilizar traballos por proxectos, o aprendizaxe baseado na resolución de problemas e as estratexias de aprendizaxe cooperativo que fomenten a autonomía.
4. A educación vial nas saídas en bici o traballar o coñecemento das normas establecidas necesarias para a participación no ambiente urbano como peón ou usuario de vehículos (bicicletas e patíns)
- 5.- A educación en valores o recoñecer, valorar e poñer en práctica valores de convivencia, paz, solidariedade, liberdade, respecto aos demais
6. A prevención de conflitos e a resolución pacífica dos mesmos co traballo de crear relacións baseadas nos valores de cooperación, solidariedade e xustiza fronte aos de rivalidade.
7. A igualdade de dereitos e oportunidades concienciando sobre a a igualdade de dereitos entre homes e mulleres , e a necesidade de recoñecer e aceptar as diferenzas fisiolóxicas
8. E a igualdade de trato e non discriminación das persoas con discapacidade na concienciación colectiva que lles leve a practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade con as persoas con discapacidade

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Visita de clubs deportivos	Clubs deportivos de Pontevedra que acoden ao centro a dar a coñecer diferentes disciplinas deportivas.	X	X	X
Patinaxe sobre xeo	Actividade de lecer organizada polo concello	X		
Illa de Tambo	Travesía en barco desde Bueu Illa da Tambo. Ruta de senderismo con guía na Illa e visita as bateas			X

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
1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado.
18. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.
19. Ofrécense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas.
20. Coméntanse co alumnado aspectos derivados da corrección das probas.
Metodoloxía empregada
3. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.
6. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.
7. Usáronse distintos instrumentos de avaliación.
11. Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado.
12. Ofrécense explicacións individualizadas si se precisa.
13. Elabóranse actividades atendendo á diversidade.
15. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas.
16. Combínase o traballo individual e en equipo.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
17. Incorpóranse as TIC aos procesos de ensino e aprendizaxe.
21. Grao de implicación do profesorado nas funcións de titoría e orientación.
22. Avalíase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación, ..¿
Medidas de atención á diversidade
9. Adoptáronse medidas organizativas adecuadas con alumnado de NEAE.
10. Adoptáronse medidas curriculares adecuadas con alumnado de NEAE.
14. Elabóranse probas de avaliación adaptadas ao alumnado con NEAE.
Clima de traballo na aula
2. Conseguiuse motivar ao alumno para lograr a actividade.

Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
4. Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo do
5. Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado.
Outros
8. Valorouse adecuadamente o traballo cooperativo do alumnado no grupo.

Descrición:

Istes indicadores de logro valorarase cunha escala do 1 ó 5 . Avaliando do 1-10 o proceso do ensino e do 11-22 a práctica do docente

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

No procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora temos en conta os seguintes puntos:

1. Revisión da programación a nivel individual por cada profesor do departamento de Ed. Física con informe individualizado por curso e grupo.
 - a. Indicador de logro: Número de grupos con resultado positivo por riba do 75 % do alumnado
 2. Posta en común en reunións trimestrais de departamento cara a revisión da consecución dos obxectivos propostos ó inicio dos mesmos e valoración do resultado do alumnado en contidos progresivos ao longo de varios cursos:
 - a. Indicador de logro: Valoración media por riba de 6 do nivel de execución
 3. Enquisa para a sonsacar o grado de aceptación dos contidos por parte do alumnado.
 - a. Indicador de logro: Non obter valoración por debaixo de 5 en ningún dos aspectos que valore o alumnado nas enquisas finais.
 4. Facer táboa de logro de consecución dos seguintes indicadores de logro:
 1. Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
 2. Adecuación da secuenciación das unidades didácticas.
 3. Adecuación da temporalización das unidades didácticas.
 4. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación prevista.
 5. O desenvolvemento da programación respondeu á temporalización prevista.
 6. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades.
 7. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar.
 8. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.
 9. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.
 10. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.
 11. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento
 12. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
 13. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).
 14. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.
 15. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
 16. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dunha avaliación.
 17. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final.
 18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria.
 19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación de materias pendentes.
 20. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
 21. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.
 22. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación.
 23. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
 24. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
 25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.
- Cada un valorarase cunha escala do 1-5,

9. Outros apartados

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	IES Sánchez Cantón	Pontevedra	2023/2024

Área/materia/ámbito

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

Réxime

Réxime xeral-ordinario

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	15
4.2. Materiais e recursos didácticos	16
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	16
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	17
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	18
6. Medidas de atención á diversidade	18
7.1. Concreción dos elementos transversais	20
7.2. Actividades complementarias	21
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	21
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	22
9. Outros apartados	23

1. Introducción

A educación física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza o dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento (de si mesmo, de si mesma e do contorno), de organización perceptiva (desenvolvendo a percepción do propio corpo, do espazo e do anatómico-funcional (incrementando as habilidades e mellorando a condición física), estético/comunicativa (por medio de manifestacións artísticas e de comunicación), de relación social coas demais persoas (interaccionando co resto de participantes), agonística (esforzándose e superando dificultades), hixiénica (mellorando a saúde e previndo enfermidades), hedonista (como fonte de gozo), de compensación (fronte á vida sedentaria) e catártica (para liberar tensións).

Especialmente importante é a relación que a educación física ten coa saúde. A actividade física ben practicada mellora o benestar e a calidade de vida. No que atinxe a esta área dentro da educación primaria, dásele importancia á saúde ao dedicárselle un bloque de contidos. Preténdese que o alumnado adopte medidas de hixiene corporal na actividade física e na vida cotiá, que adquira pautas de alimentación correctas, que rexeite as substancias nocivas, que empregue as posturas corporais precisas nas súas accións, que mellore o coñecemento do seu corpo e do contorno que o rodea e mais que incremente o nivel de condición física e, por conseguinte, a súa saúde.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar.

Igualmente, en educación física débese incidir na coeducación e na igualdade de oportunidades entre ambos os sexos. As actividades propostas atenderán do mesmo xeito os nenos e as nenas, integrando todas as persoas participantes indistintamente para poder acadar os obxectivos. O profesorado deberá equilibrar as actividades e materiais de xeito que non predomine ningún estereotipo e seleccionar aqueles que contribúan á participación equilibrada e motivada de nenos e de nenas. Outro aspecto que hai que ter en conta para favorecer a igualdade entre os sexos son as expectativas que o profesorado ten con respecto ás nenas e aos nenos, así como as expresións que se utilicen para favorecer as súas execucións e os resultados.

Finalmente, a educación física responde á necesidade e á capacidade de moverse que teñen os nenos e as nenas. Así e tendo en conta estas cuestións, estes elementos serán tomados coma os principios de desenvolvemento do traballo de Educación Física tanto na etapa dende a presente programación e dirixida especificamente ás características particulares dos diferentes grupos que nos imos atopar. Destacar, igualmente, que dende a perspectiva do desenvolvemento integral que suscita a área farase especial fincapé na elaboración de diferentes traballos sobre cuestións relativas á saúde e condicións de vida do contorno próximo no que se. O Centro educativo é IES SÁNCHEZ CANTÓN en PONTEVEDRA 36006717.

O grupos deste nivel están formados por grupos de 30 persoas: Grupo A: 15 alumnos e 15 alumnas; Grupo B: 20 alumnos e 10 alumnas; Grupo C: 16 alumnos e 8 alumnas; Grupo D: 18 alumnos e 12 alumnas

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	QUECEMENTO E CONDICIÓN FÍSICA	<p>O quecemento: que é e para que serve. Partes da sesión de EF. Finalidade. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión. Control da FC. Uso axeitado da indumentaria, calzado deportivo e ergonomía.</p> <p>CONDICIÓN FÍSICA: Concepto e definición de CF e saúde,. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde. Métodos básicos de forma lúdica para o desenvolvemento das capacidades físicas desde un enfoque saudable. Aplicación de probas e tests de condición física.</p> <p>Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. Musculatura lumbo-pélvica e as súa relación co mantemento da postura. .</p>	14	10	X		
2	ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL	<p>O uso da bicicleta como medio de transporte habitual, respectando ás normas viarias en desprazamentos activos. Coñecemento de técnicas de orientación en novos espazos. Cumprindo medidas de seguridade e análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano</p>	10	7	X		
3	BÁDMINTON	<p>Aspectos técnicos de bádminton en modalidade individual e dobres; aplicación de estratexias específicas para contrarestar ou anticiparse ás accións do contrario ; na modalidade de dobres valorar a</p>	14	10	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
3	BÁDMINTON	importancia e a participación do compañeiro/a	14	10	X		
4	EXPRESIÓN CORPORAL: ACROSPORT A RITMO DE MUÑEIRA	Traballo das capacidades artístico-expresivas a través das habilidades ximnásticas (xa traballadas en 1º de ESO) e acroport, realización unha coreografía grupal, combinando as diferentes técnicas aprendidas a ritmo de muñeira nos enlaces	16	11		X	
5	ACTIVIDADES PARA O TEMPO DE LECER	Achegas da cultura motriz á herdanza cultural a través dos xogos como manifestación da interculturalidade e elementos de transmisión do patrimonio cultural.	9	6		X	
6	1º AUXILIOS	- Pautas básicas de seguridade nas clases de Educación Física e de actividades físico deportivas. Como actuar en caso de accidente: ¿Regra do PAS¿ . Como actuar en caso de atragantamento: Manobra de Heimlich	6	4		X	
7	BALONCESTO	Aspectos básicos de técnica, táctica e regulamento de baloncesto A importancia de respecto dentro do labor de equipo Aplicación de solucións de xogo resoltas en outras situacións similares.	14	10			X
8	SPEEDGOAL	Practica de deporte colectivo onde predominen as habilidades do membro superior e inferior Regulamento do balonmán e fútbol, aspectos básicos de técnica e a táctica básicos. Funcións de arbitraje deportiva	17	12			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	QUECEMENTO E CONDICIÓ FÍSICA	10

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	PE	20
CA1.1 - Establecer e organizar secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Organizar secuencias sinxelas de actividade física orientada ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial	TI	80
CA1.2 - Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, 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 autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, educación postural, e hixiene durante a práctica de actividades motrices.		
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais 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 medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.		

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"> - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando o volume e a intensidade da tarefa ás características persoais. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Traballo compensatorio da musculatura postural. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de actividade física e deportiva. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Calzado deportivo e ergonómia. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas.

UD	Título da UD	Duración
2	ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL	7

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar actividades e modalidades deportivas evitando posibles estereotipos de xénero	PE	40
CA6.2 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Analizar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución		
CA2.6 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, fóra do centro escolar.	TI	60
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano 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"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego, análise crítica. <ul style="list-style-type: none"> - Igualdade de xénero nas profesións asociadas ao deporte. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns e actitude crítica ante elementos da contorna que supoñan obstáculos á accesibilidade universal e á mobilidade activa, autónoma, saudable e segura. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Novos espazos e prácticas deportivas. - Utilización de espazos urbanos e naturais desde a motricidade. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
3	BÁDMINTON	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais , para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	PE	20
CA1.7 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar modalidades deportivas segundo as súas características , evitando os posibles estereotipos de xénero .		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente		
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	TI	80
CA2.5 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles participante		

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"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Establecemento de mecanismos de autoavaliación para reconducir os procesos de traballo. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.

UD	Título da UD	Duración
4	EXPRESIÓN CORPORAL: ACROSPORT A RITMO DE MUÑEIRA	11

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.6 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, dentro do centro escolar	TI	100
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais, na resolución de conflitos e do respecto, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Utilizar con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións colectivas con base musical.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Planificación e autorregulación de proxectos motores: - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, do contexto e dos parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e da capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos. - Técnicas de interpretación. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
5	ACTIVIDADES PARA O TEMPO DE LECER	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso do diálogo ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	TI	100
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices evitando actitudes antideportivas, competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores, deportes vinculados tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.		

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

Contidos

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Análise crítica dos estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz e dos comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - A actividade física e o deporte como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social, superación persoal e medio para previr trastornos alimentarios. - Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural. - Influencia do deporte na cultura actual: o deporte como fenómeno de masas, impacto social, aspectos positivos e negativos.

UD	Título da UD	Duración
6	1º AUXILIOS	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Analizar e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	PE	60
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.2 - Coñecer e actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física, aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Coñecer e actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física, aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	TI	40

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"> - Alimentación saudable e valor nutricional dos alimentos. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Reflexión sobre actitudes negativas cara á actividade física derivadas de ideas preconcebidas, prexuízos, estereotipos ou experiencias negativas. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. <ul style="list-style-type: none"> - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer), protocolo 112 e soporte vital básico (SVB). - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.

UD	Título da UD	Duración
7	BALONCESTO	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar aplicacións dixitais para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	PE	20
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, 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 autoavaliación e coavaliación	TI	80
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Aplicar principios básicos de toma de decisións en actividades deportivas adecuándose á actuación do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.		

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"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: <ul style="list-style-type: none"> - Establecemento de mecanismos de autoavaliación para reconducir os procesos de traballo. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.

UD	Título da UD	Duración
8	SPEEDGOAL	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso do diálogo na resolución de conflitos mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	TI	100
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar modalidades deportivas evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar medidas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		

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"> - A actividade física e o deporte como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social, superación persoal e medio para previr trastornos alimentarios. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Debido á gran variedade de propostas metodolóxicas existentes, a seguinte programación baséase na proposta que fai Antonio D. Galera dentro do seu libro Manual de Didáctica da Educación Física I e II, desglosando así os tres tipos de estratexias utilizadas: estratexias instrutivas, estratexias participativas, e estratexias emancipativas.

As estratexias son as combinacións metodolóxicas que leva a cabo o profesor de E.F nas unidades didácticas. Unhas serán máis pechadas limitando a participación decisional e efectora do alumno/a e outras terán un carácter máis aberto onde o alumno/a participará de forma máis activa.

As estratexias instrutivas: a maioría das decisións as toma a persoa profesora son adecuadas cando se expón o ensino de tarefas con certo compoñente de risco, ben pola súa complexidade, ben pola súa novidade ou ben polos de destreza por parte dos alumnos/as. A finalidade desta estratexia é manter niveis altos de motivación e facilitar o rápido e satisfactorio da actividade. Dentro dalgunhas unidades didácticas tratamos os métodos de mando directo, asignación de tarefas.

As estratexias participativas: traspasan parte das decisións aos alumnos/as; Son útiles ao expor tarefas coñecidas, coa finalidade de mellorar a súa aprendizaxe por automatización, ou actividades sen necesidade de control por parte da persoa profesora. Libera en certo xeito os aspectos reguladores e avaliativos. Nas unidades didácticas utilízanse métodos de asignación de tarefas, ensinanza recíproca, traballo grupal cooperativo, ensino en pequenos grupos e autoavaliación.

As estratexias emancipativas: onde o papel da profesora queda reducido á función de catalización didáctica, en plano de < case igualdade > cos alumnos/as. Está claro que todas as decisións asumidas polos alumnos/as han de ser responsables e mostrar elevados índices de cohesión e solidariedade no seo do grupo. Os métodos predominantes serán o descubrimento guiado, a resolución de problemas e o programa individual. A clasificación das tarefas que se levou a cabo nas sesións é a proposta por Famose: definidas, semidefinidas e non definidas. Organización grupal: a base e o traballo en grupo sempre que sexa

posible e a busca de contidos motivacionais para unha mellor asimilación deles. Dentro de todas as sesións que forman as quince unidades didácticas, dispoñemos da formación de grupos diversos e heteroxéneos na súa maioría. Sempre mantendo as medidas regulamentarias propostas neste caso excepcional da pandemia.

A metodoloxía que utilizamos baséase en 6 principios fundamentais:

1. Principio de actividade : os alumnos experimentarán por si mesmos as diferentes situacións motrices.
2. Principio de realidade : as tarefas propostas estarán relacionadas coa súa utilidade práctica.
- 3.. Principio de individualización: as tarefas terán en conta a diversidade dos alumnos.
4. Principio de progresión: partírase do coñecido polos alumnos ata o descoñecido.
- 5.Principio de interdisciplinariaidade: contidos relacionados con outras áreas de coñecemento.
- 6.Principio de motivación: as tarefas serán motivantes para a mellor disposición dos alumnos. Teñen que estar receptivos.

Nos aspectos xerais terase en conta :

- Coñecer o nivel de condición física inicial do alumnado.
- Ter en conta a diversidade: respectar os ritmos e estilos de aprendizaxe.
- Potenciar as metodoloxías activas e participativas.
- Combinar traballo individual e cooperativo.
- Uso habitual das TIC.
- Organización do espazo, posibilitando que todo o alumnado teña fácil acceso ás informacións, prestando atención aos alumnos con necesidades educativas especiais.
- Organización do espazo permitindo o máximo aproveitamento do material por parte de tódolos alumnos.
- Control do correcto uso e adecuada colocación do material para evitar riscos de lesións ou accidentes.
- Distribución temporal de cada sesión en partes con intensidades adecuadas aos niveis dos alumnos.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Pavillón 2 : media superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pavillón 1 : media superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pistas exteriores: Unha pista de balonmán/fútbol/sala e unha pista de baloncesto, o aire libre. Superficie de asfalto

Estarán en función do desenvolvemento de cada sesión tendo en conta que nestes momentos se conta cun volume amplo de materiais e recursos que permiten traballar os contidos plantexados na medida do posible.

Empregarase con frecuencia grande material, mediano e pequeno . A dotación material do centro é sobresaínte polo que non vai haber problema para desenvolver todo o traballo que se planifica..

Dende o punto de vista do alumnado, para o adecuado desenvolvemento das sesións de Educación Física, será obrigatorio o emprego de roupa e calzado deportivo

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Na materia de Educación Física as probas da avaliación inicial, serán tests de aptitude, que terán como obxectivo coñecer o nivel de condición física do alumnado, tanto individualmente como de cada grupo en conxunto, e xogos de cooperación-oposición que terán como obxectivo coñecer as relacións sociais entre o alumnado.

Os resultados obtidos darannos unha referencia para poder adaptar o nivel de esixencia das sesións en cada grupo

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	14	10	14	16	9	6	14	17	100
Proba escrita	20	40	20	0	0	60	20	0	16
Táboa de indicadores	80	60	80	100	100	40	80	100	84

Criterios de cualificación:

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, os Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). Tendo en conta estes elementos, cada UD valorarase sobre 10 puntos. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

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

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

AVALIACIÓN FINAL

A nota final dos alumnos/as será a media aritmética das tres avaliacións (tendo en conta as recuperación realizadas da primeira e segunda avaliación.). Esta media debe ser superior a 4,5 puntos.

Criterios de recuperación:

Recuperación trimestral:

No caso de que algún alumno/a non supere a primeira o segunda avaliación, deberá realizar ó longo do seguinte trimestre, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da nota do trimestre

Recuperación final :

No caso de que algún alumno/a non supere a nota final, deberá realizar ó longo do mes de xullo, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da

nota final de curso.

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

No comezo do curso, unha vez localizado o alumnado coa materia de Educación Física pendente, cada profesor explicará aos respectivos alumnos os pasos a seguir para a recuperación da materia.

- Será o profesor que o teña na clase o que se responsabilice do seguimento do devandito alumnado, así como da súa avaliación e cualificación.
- O profesor responsable mandaralle, ao alumno coa materia pendente, un traballo por avaliación referido aos contidos que deberá recuperar.
- Si o alumno aproba a 1ª e 2ª avaliacións do curso no que está matriculado aprobará a materia pendente, e non terá que facer o traballo da 3ª avaliación.
- Si non entrega os traballos, o no caso de que estes sexan avaliados negativamente, o alumno deberá examinarse da materia pendente na convocatoria de exames de maio ou da convocatoria extraordinaria de xuño (no caso de non aprobar en maio).

6. Medidas de atención á diversidade

No caso de alumnos/as con necesidades educativas especiais (NEA):

- Adaptación das condicións de accesibilidade ó centro.
- Adaptación dos recursos de apoio.
- Flexibilización para cursar a materia cunha temporalización distinta á establecida con carácter xeral (require autorización administrativa).

No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe:

- Actividades de reforzo individualizadas.
- Favorecer un método de aprendizaxe baseado na práctica, experiencia e investigación a partir de intereses dos alumnos/as, estudos de caso e o emprego de recursos TIC.
- Deseño de probas de avaliación en coherencia cos métodos propostos.

Os alumnos/as con asma, artritis idiopática, diabete, narcolepsia e problemas de columna ou problemas cardíacos: realizarán actividades adaptadas ás súas posibilidades motrices. Os exercicios que non poidan realizar no plano práctico, serán realizados a través de traballos teórico-prácticos en relación coa actividade que non poden realizar.

Traballos para os alumnos lesionados de forma puntual: deberán realizar unha ficha, no caderno de Educación Física, na que teñan que reflectir o traballo realizado nesa ou nesas sesións. Estas fichas serán corrixiadas e entregadas polo profesor/a en caso de ter unha cualificación positiva.

No caso de alumnado problemas crónicos: realización de unha Adaptación Curricular contemplando o bagaxe motriz dispoñible e as opcións de traballo co alumnado.

No caso de alumnado que non acude á sesión coa vestimenta axeitada: realizarán o mesmo traballo que o alumnado lesionado temporalmente asemade de anotarlle unha falta de Roupa, si é reiterada sera falta grave e anotarase coma tal.

Atención á diversidade

No caso da aparición de alumnado con NNEE de carácter extraordinario de xeito sobrevido, resolverase a situación co deseño dunha adaptación curricular significativa e adaptada ás características individuais do alumno/a en base a lexislación vixente.

No caso da existencia de alumnado con dificultades o acceso a Edixgal, contactarase vía telefónica ou vía correo ordinario para o establecemento de medidas extraordinarias de acceso o currículo.

Para os alumnos diagnosticados de TDHA se seguirá o protocolo establecido por o departamento de orientación. Neste caso as medidas a tomar serán:

1. Organización do material, instalación e alumnado: Rutinas establecidas que atenden a:

Organización grupal e individual nas clases: cerca do profesor na explicación dos exercicios. En grupos de máis de dous alumnos que lle dean tranquilidade. Creando un bo clima de traballo (no distraccións) lonxe de estímulos sonoros ou visuais. Material recollido a maior parte do tempo posible hasta o seu uso. A axenda para o alumno con TDAH (instrumento moi útil e imprescindible para a comunicación/información coa familia e levar ao día as súas tarefas). Novas tecnoloxías, onde os familiares poderán comprobar os traballos esixidos ao alumno e os contidos que tratarán nas clases desde edixgal ou a aula virtual. Organización das tarefas: alternar actividades teóricas co traballo práctico. Segmentar as actividades longas e limitar o seu número. Utilizar reforzos e apoios visuais na instrución oral (lousa explicativa e chifre). Compañeiro/a responsable que axude nas tarefas.

2. Orientacións metodolóxicas:

Comunicación profesor/alumno: normas claras e coherentes coa empatía e con reforzos positivos (eloxios privados e públicos) e apoios visuais na instrución oral. Explicar tarefas de xeito claro e sinxelo, e asegurarse do entendemento de todos. Estratexias para captar a atención inicial como cambios de entoación, xesticulación e dramatización. Manter un ambiente estruturado, motivador e con rutinas predicibles. Negociarase co alumnado unhas cantas normas de funcionamento (non moitas) e as consecuencias do seu cumprimento e incumprimento. Debe escribilas o propio alumnado (visibles na aula) e deben ser repasadas, con frecuencia, polo conxunto da clase. Aplicación de métodos, técnicas e estilos de enseñanza: os estilos permisivo ou autoritario son negativos nestes casos. Supervisar frecuentemente a realización, para reforzar positivamente ou para reconducir a execución ou as distraccións. Utilización da maioría de métodos incluídos nas estratexias participativas

3. Implicación familiar

Entrevistas regulares entre o profesorado e a familia (cada 2 ou 3 semanas); onde se informarán mutuamente dos avances, logros ou estancamentos do alumno.

Actividades de ampliación e reforzos:

En relación á atención á diversidade do alumnado terase en conta a organización de actividades reforzo ou apoio e de ampliación, que lles permitirán o seguimento do ritmo da clase ao igual que o resto dos seus compañeiros/as. En casos máis significativos, poderase establecer un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Como medidas xerais a ter en conta con este nenos/as establécense as seguintes:

1. Axuda individualizada sempre que sexa posible.
 2. Sitalos ao lado de nenos/as máis avantaxados.
 3. Atención personalizada en función das necesidades de cada un.
 4. Procurar que todos os alumnos e alumnas alcancen similares obxectivos, partindo da non discriminación e non separación en función das condicións de cada neno ofrecéndolles a todos eles as mellores condicións.
 5. Buscaremos a máxima normalidade con propostas o máis cercanas posibles ao currículo ordinario e a maior atención individual. Isto fai máis complexa a nosa labor educativa polo que será preciso contar con recursos humanos, materiais e organizativos. .
- Actividades ou estratexias que se utilizan na aula para atender á diversidade:
- Cambio de orde dos contidos.
 - Programación de actividades de repaso.
 - Flexibilidade do tempo.
 - Organización no gimnasio por grupos: facer grupos heteroxéneos por niveis e con actividades diferentes.
 - Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.
 - Integración de todo o alumnado na aula.
 - Priorizar métodos que favorezan a expresión, a reflexión e a comunicación.
 - Ofrecer actividades para que lles permitan conseguir éxito ante o grupo.

Sempre que se crea preciso o tratamento destes alumnos e alumnas con dificultades farase sempre en coordinación cos profesores especialistas e o equipo de orientación co fin de lograr fomentar o desenvolvemento das súas capacidades físicas, cognitivas e o máis importante é lograr unha integración do alumno na aula e na dinámica da escola.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - ET.1 - COMPRENSIÓN LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X					X		
ET.2 - ET.2 - INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	X					X		X
ET.3 - ET.3 - FOMENTO DA CULTURA EMPREENDEDORA				X				X
ET.4 - ET.4 - EDUCACIÓN VIAL		X						X
ET.5 - ET.5 - EDUCACIÓN EN VALORES				X			X	
ET.6 - ET.6 - A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS			X		X		X	
ET.7 - ET.7 - A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES			X		X			
ET.8 - ET.8 - A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE			X				X	

Observacións:

1. A comprensión lectora traballarase o ler con atención para extraer datos relevantes de diferentes artigos relacionados coa Educación Física.
2. A integración nas TICs con facer un uso razoado das posibilidades que as tecnoloxías ofrecen
- 3 O fomento da cultura emprendedora o utilizar traballos por proxectos, o aprendizaxe baseado na resolución de problemas e as estratexias de aprendizaxe cooperativo que fomenten a autonomía.
4. A educación vial nas saídas en bici o traballar o coñecemento das normas establecidas necesarias para a participación no ambiente urbano como peón ou usuario de vehículos (bicicletas e patíns)
- 5.- A educación en valores o recoñecer, valorar e poñer en práctica valores de convivencia, paz, solidariedade, liberdade, respecto aos demais
6. A prevención de conflitos e a resolución pacífica dos mesmos co traballo de crear relacións baseadas nos valores de cooperación, solidariedade e xustiza fronte aos de rivalidade.
7. A igualdade de dereitos e oportunidades concienciando sobre a a igualdade de dereitos entre homes e mulleres , e a necesidade de recoñecere aceptar as diferenzas fisiolóxicas
8. E a igualdade de trato e non discriminación das persoas con discapacidade na concienciación colectiva que lles leve a practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade con as persoas con discapacidade

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Xogos Tradicionais na Alameda	Circuito de Xogos Tradicionais en colaboración coa Asociación de Petanca de Campolomgo		X	
Ruta de Senderismo	Ruta da Pedra e da Auga. Ruta lineal de 6,8 km., con gran valor etnográfico			X

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
1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado
2. Usáronse distintos instrumentos de avaliación.
3. Conseguiuse motivar ao alumno para lograr a actividade.
Metodoloxía empregada
13. Valorouse adecuadamente o traballo cooperativo do alumnado no grupo.
14. Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado.
15. Ofrécense explicacións individualizadas si se precisa.
16. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas.
17. Combínase o traballo individual e en equipo.
18. Incorporáanse as TIC aos procesos de ensino - aprendizaxe
19. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.
20. Ofrécense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas.
21. Coméntanse co alumnado aspectos derivados da corrección das probas.
22. Avaliase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación,
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
4. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.

Medidas de atención á diversidade
8. Adoptáronse medidas organizativas adecuadas con alumnado de NEAE.
9. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.
10. Adoptáronse medidas curriculares adecuadas con alumnado de NEAE.
11. Elabóranse probas de avaliación adaptadas ao alumnado con NEAE.
12. Elabóranse actividades atendendo á diversidade.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
5. Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo
6. Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado.
7. Grao de implicación do profesorado nas funcións de titoría e orientación.

Descrición:

Istes indicadores de logro valorarase cunha escala do 1 ó 5

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

No procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora temos en conta os seguintes puntos:

1. Revisión da programación a nivel individual por cada profesor do departamento de Ed. Física con informe individualizado por curso e grupo.

a. Indicador de logro: Número de grupos con resultado positivo por riba do 75 % do alumnado

2. Posta en común en reunións trimestrais de departamento cara a revisión da consecución dos obxectivos propostos ó inicio dos mesmos e valoración do resultado do alumnado en contidos progresivos ao longo de varios cursos:

a. Indicador de logro: Valoración media por riba de 6 do nivel de execución

3. Enquisa para a sonsacar o grado de aceptación dos contidos por parte do alumnado.

a. Indicador de logro: Non obter valoración por debaixo de 5 en ningún dos aspectos que valore o alumnado nas enquisas finais.

4. Facer táboa de logro de consecución dos seguintes indicadores de logro:

1. Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.

2. Adecuación da secuenciación das unidades didácticas.

3. Adecuación da temporalización das unidades didácticas.

4. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación prevista.

5. O desenvolvemento da programación respondeu á temporalización prevista.

6. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades.

7. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar.

8. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.

9. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.

10. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.

11. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento

12. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.

13. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).

14. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.

15. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
16. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dunha avaliación.
17. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final.
18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria.
19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación de materias pendentes.
20. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
21. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.
22. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación.
23. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
24. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.

Cada un valorarase cunha escala do 1-5

9. Outros apartados

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	IES Sánchez Cantón	Pontevedra	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	3º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

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	15
4.2. Materiais e recursos didácticos	16
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	17
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	17
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	18
6. Medidas de atención á diversidade	18
7.1. Concreción dos elementos transversais	20
7.2. Actividades complementarias	22
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	22
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	23
9. Outros apartados	24

1. Introducción

A educación física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza o dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento (de si mesmo, de si mesma e do contorno), de organización perceptiva (desenvolvendo a percepción do propio corpo, do espazo e do tempo), anatómico- funcional (incrementando as habilidades e mellorando a condición física), estético/comunicativa (por medio de manifestacións artísticas e de comunicación), de relación social coas demais persoas (interaccionando co resto de participantes), agonística (esforzándose e superando dificultades), hixiénica (mellorando a saúde e previndo enfermidades), hedonista (como fonte de gozo), de compensación (fronte á vida sedentaria) e catártica (para liberar tensións).

Especialmente importante é a relación que a educación física ten coa saúde. A actividade física ben practicada mellora o benestar e a calidade de vida. No que atinxe a esta área dentro da educación primaria, dásele importancia á saúde ao dedicárselle un bloque de contidos. Preténdese que o alumnado adopte medidas de hixiene corporal na actividade física e na vida cotiá, que adquira pautas de alimentación correctas, que rexeite as substancias nocivas, que empregue as posturas corporais precisas nas súas accións, que mellore o coñecemento do seu corpo e do contorno que o rodea e mais que incremente o nivel de condición física e, por conseguinte, a súa saúde.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar.

Igualmente, en educación física débese incidir na coeducación e na igualdade de oportunidades entre ambos os sexos. As actividades propostas atenderán do mesmo xeito os nenos e as nenas, integrando todas as persoas participantes indistintamente para poder acadar os obxectivos. O profesorado deberá equilibrar as actividades e materiais de xeito que non predomine ningún estereotipo e seleccionar aqueles que contribúan á participación equilibrada e motivada de nenos e de nenas. Outro aspecto que hai que ter en conta para favorecer a igualdade entre os sexos son as expectativas que o profesorado ten con respecto ás nenas e aos nenos, así como as expresións que se utilicen para favorecer as súas execucións e os resultados.

Finalmente, a educación física responde á necesidade e á capacidade de moverse que teñen os nenos e as nenas. Así e tendo en conta estas cuestións, estes elementos serán tomados coma os principios de desenvolvemento do traballo de Educación Física tanto na etapa dende a presente programación e dirixida especificamente ás características particulares dos diferentes grupos que nos imos atopar. Destacar, igualmente, que dende a perspectiva do desenvolvemento integral que suscita a área farase especial fincapé na elaboración de diferentes traballos sobre cuestións relativas á saúde e condicións de vida do contorno próximo no que se atopan.

Centro educativo: IES SÁNCHEZ CANTÓN PONTEVEDRA 36006717

Grupos de 30 persoas: Grupo A: 15 alumnos e 14 alumnas; Grupo B: 14 alumnos e 15 alumnas; Grupo C: 17 alumnos e 13 alumnas; Grupo D: 13 alumnos e 16 alumnas

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			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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
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	Cooperamos	Unidade de avaliación inicial. Na que nos presentamos, coñecemos os compañeiros e compañerías vendo o nivel de condición física e habilidade de cada un, servindo de punto de partida. Ademais de aflorar comportamentos dentro da aula	3	2	X		
2	O quecemento e as partes da sesión de EF	Explicación e aplicación das fases da sesión. Finalidades do quecemento. Control da FC. Autonomía na realización e dirección de cada alumno/-a dun quecemento para todo o grupo clase - Fase final da sesión. Técnicas de relaxación (Schultz e Jacobson) - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo	6	4	X		
3	Condición física e saúde	CONDICIÓN FÍSICA: Definición de CF e saúde. Control da FC. Incidir na importancia do estado individual de condición física e a súa relación coa saúde. Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (flexibilidade, forza e resistencia). Sistemas de adestramento. - Metodoloxía de traballo da resistencia e da Forza. Aplicación de tests de CF como formas de avaliación da mesma	14	10	X		
4	O voleibol como deporte colectivo de cancha dividida	Técnica de pases de dedos e antebrazos. Saque de abaixo frontal (opcional de tenis). Rotacións. Roles dos xogadores. Aspectos regulamentarios. Principios tácticos. Xogo en situacións de 3x3; 4x4 e 6x6. Respecto polos compañeiros e adversarios. Actitude de autosuperación	20	14	X		
5	A nosa saúde	Coñecemento do funcionamento básico dos servizos de emerxencia. Pautas de actuación ante unha emerxencia. Posta en práctica de RCP básica. Coñecemento e simulación. Actuación en caso de atragantamento. Manobra de Heimlich. Actuación ante hemorraxias. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Introducción e coñecemento do impacto que pode ter a nutrición nun estilo de vida saudable. Conciencia da necesidade dunha dieta equilibrada para o estado da saúde. - Efectos sobre a saúde de malos	7	5		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
5	A nosa saude	hábitos vinculados a comportamentos sociais	7	5		X	
6	Atletismo: saltos e lanzamentos	Traballo da técnica e regulamento dos saltos e os lanzamentos en atletismo. Toma de conciencia da importancia de executar os movementos técnicos correctamente como prevención de lesións e efectividade. Implicación da forza e das outras CFB nestas disciplinas. Traballo de busca das probas atléticas de saltos e lanzamentos	11	8		X	
7	Baloncesto como deporte colectivo de cancha común	Traballo de elementos técnicos propios do baloncesto (O bote: tipos. O pase: tipos. Pivotes. Cambios de man. Entradas a canastra. Tiro libre. Traballo de ocupación espacial e de ataque e defensa en situación facilitada e en xogo. (2x1; 3x2 e 2x2 e 3x3). Principios tácticos. Respecto polos compañeiros e adversarios. Actitude de autosuperación.	16	11		X	
8	A nosa cultura: xogos e danzas tradicionais	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente, a través de ritmos e xogos tradicionais	14	10			X
9	Actividades na natureza	Conservación do medio natural. Importancia do cumprimento de normas para unha práctica segura no medio ambiente. Aspectos mecánicos e técnicos da bicicleta. Práctica e manexo deste medio de locomoción. Relación coa educación vial. Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario.	9	6			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Cooperamos	2

Cráterios 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, ao xénero e á 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 que rexeiten os estereotipos asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde	TI	100
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices propostas		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse 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 activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices utilizando o diálogo na resolución de conflitos		

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"> - 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. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
2	O quecemento e as partes da sesión de EF	4

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, 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 de forma autónoma os procesos de activación corporal, queceamento xeral e específico.	TI	100
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 medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física,.		

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. - Autorregulación do adestramento. - Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - Ergonomía en actividades cotiás. - Coidado do corpo: queceamento específico autónomo. - Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
3	Condición física e saúde	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - 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, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes 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.	PE	40

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 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.		
CA1.1 - 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 , segundo as necesidades individuais respectando a propia realidade e identidade corporal.		
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	TI	60
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 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, das capacidades físicas		

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"> - Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e 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. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia). <ul style="list-style-type: none"> - Sistemas de adestramento. - Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero. <ul style="list-style-type: none"> - Igualdade no acceso ao deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
4	O voleibol como deporte colectivo de cancha dividida	14

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - 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	PE	30
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades protostas de voleibol asumindo responsabilidades na organización.	TI	70
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 diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles.		

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. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - 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. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.

UD	Título da UD	Duración
5	A nosa saude	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, 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 e coñecer unha alimentación saudable	PE	40
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	60

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"> - Alimentación saudable e análise crítica da publicidade. - 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
6	Atletismo: saltos e lanzamentos	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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, dentro do atletismo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente 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, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade	PE	60

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade.		
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver con seguridade a práctica física manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	TI	40
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 dentro dos saltos e lanzamento do atletismo.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns. - 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. - Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero. <ul style="list-style-type: none"> - Igualdade no acceso ao deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
7	Baloncesto como deporte colectivo de cancha común	11

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - 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 colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices.	PE	40
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver con seguridade a práctica física manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte		
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades relacionadas co baloncesto asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	TI	60
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.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos de 3x3		

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. - Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
8	A nosa cultura: xogos e danzas tradicionais	10

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente 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 de xogos e danzas tradicionais	TI	100
CA4.2 - Relacionarse e entenderse 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 activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Relacionarse e entenderse 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		
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practicar a muiñeira como actividade rítmico-musicais, valorando as súas orixes e a práctica de xogos tradicionais valorando o súa orixe		
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"> - 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. - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.

UD	Título da UD	Duración
9	Actividades na natureza	6

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

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - 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 da bici, valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica , dentro e fóra do centro escolar.	TI	100
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destes 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 e naturais, , sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.		
CA6.3 - Participar en 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 natural e 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"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais. - Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible. - Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade. - Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física. - Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano. - Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Debido á gran variedade de propostas metodolóxicas existentes, a seguinte programación baséase na proposta que fai Antonio D. Galera dentro do seu libro Manual de Didáctica da Educación Física I e II, desglosando así os tres tipos de estratexias utilizadas: estratexias instrutivas, estratexias participativas, e estratexias emancipativas.

As estratexias son as combinacións metodolóxicas que leva a cabo o profesor de E.F nas unidades didácticas. Unhas serán máis pechadas limitando a participación decisional e efectora do alumno/a e outras terán un carácter máis aberto onde o alumno/a participará de forma máis activa.

As estratexias instrutivas: a maioría das decisións as toma a persoa profesora son adecuadas cando se expón o ensino de tarefas con certo compoñente de risco, ben pola súa complexidade, ben pola súa novidade ou ben polos seus baixos niveis de destreza por parte dos alumnos/as. A finalidade desta estratexia é manter niveis altos de motivación e facilitar o acceso rápido e satisfactorio da actividade. Dentro dalgunhas unidades didácticas tratamos os métodos de mando directo, asignación de tarefas.

As estratexias participativas: traspasan parte das decisións aos alumnos/as; Son útiles ao expor tarefas coñecidas,

coa finalidade de mellorar a súa aprendizaxe por automatización, ou actividades sen necesidade de control por parte da persoa profesora. Libera en certo xeito os aspectos reguladores e avaliativos. Nas unidades didácticas utilízanse métodos de asignación de tarefas, ensinanza recíproca, traballo grupal cooperativo, ensino en pequenos grupos e autoavaliación.

As estratexias emancipativas: onde o papel da profesora queda reducido á función de catalización didáctica, en plano de < case igualdade > cos alumnos/as. Está claro que todas as decisións asumidas polos alumnos/as han de ser responsables e mostrar elevados índices de cohesión e solidariedade no seo do grupo. Os métodos predominantes serán o descubrimento guiado, a resolución de problemas e o programa individual. A clasificación das tarefas que se leva a cabo nas sesións é a proposta por Famose: definidas, semidefinidas e non definidas.

Organización grupal: a base e o traballo en grupo sempre que sexa posible e a busca de contidos motivacionais para unha mellor asimilación deles. Dentro de todas as sesións que forman as quince unidades didácticas, dispoñemos da formación de grupos diversos e heteroxéneos na súa maioría. Sempre mantendo oas medidas regulamentarias propostas neste caso excepcional da pandemia.

A metodoloxía que utilizamos baséase en 6 principios fundamentais:

1. Principio de actividade: os alumnos experimentarán por si mesmos as diferentes situacións motrices.
2. Principio de realidade: as tarefas propostas estarán relacionadas coa súa utilidade práctica.
3. Principio de individualización: as tarefas terán en conta a diversidade dos alumnos.
4. Principio de progresión: partírase do coñecido polos alumnos ata o descoñecido.
5. Principio de interdisciplinabilidade: contidos relacionados con outras áreas de coñecemento.
6. Principio de motivación: as tarefas serán motivantes para a mellor disposición dos alumnos. Teñen que estar receptivos.

Nos aspectos xerais teráse en conta :

- Coñecer o nivel de condición física inicial do alumnado.
- Ter en conta a diversidade: respectar os ritmos e estilos de aprendizaxe.
- Potenciar as metodoloxías activas e participativas.
- Combinar traballo individual e cooperativo.
- Uso habitual das TIC.
- Papel facilitador do profesor/a.

Nos aspectos organizativos

- Organización do espazo, posibilitando que todo o alumnado teña fácil acceso ás informacións, prestando atención aos alumnos con necesidades educativas especiais.
- Organización do espazo permitindo o máximo aproveitamento do material por parte de tódolos alumnos.
- Control do correcto uso e adecuada colocación do material para evitar riscos de lesións ou accidentes.
- Distribución temporal de cada sesión en partes con intensidades adecuadas aos niveis dos alumnos.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Pavillón 1 : superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pavillón 2 : superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pistas exteriores: Unha pista de balonmán/fútbol/sala e unha pista de baloncesto, o aire libre. Superficie de asfalto.

Estarán en función do desenvolvemento de cada sesión tendo en conta que nestes momentos se conta cun volume amplo de materiais e recursos que permiten traballar os contidos plantexados na medida do posible.

Empregarase con frecuencia grande material, mediano e pequeno. A dotación material do centro é boa, aínda que se teñen que mercar balóns, pois se comparten co ciclo de Actividades Físicas polo que non vai haber problema para desenvolver todo o traballo que se planifica..

Dende o punto de vista do alumnado, para o adecuado desenvolvemento das sesións de Educación Física, será obrigatorio o emprego de roupa e calzado deportivo

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Na materia de Educación Física as probas da avaliación inicial, serán tests de condición física, que terán como obxectivo coñecer o nivel físico do alumnado, tanto individualmente como de cada grupo en conxunto. Ademais levarase a cabo xogos de cooperación-oposición que terán como obxectivo coñecer as relacións sociais entre o alumnado.

Os resultados obtidos darannos unha referencia para poder adaptar o nivel de esixencia das sesións en cada grupo e detectar problemas de socialización

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	3	6	14	20	7	11	16	14	9	100
Proba escrita	0	0	40	30	40	60	40	0	0	27
Táboa de indicadores	100	100	60	70	60	40	60	100	100	73

Criterios de cualificación:

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, os Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). Tendo en conta estes elementos, cada UD valorarase sobre 10 puntos. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

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

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

AVALIACIÓN FINAL

A nota final dos alumnos/as será a media aritmética das tres avaliacións (tendo en conta as recuperación realizadas da primeira e segunda avaliación) tendo en conta as noas reais (non a que aparece no XADE). Esta media debe ser

superior a 4,5 puntos.

Criterios de recuperación:

Recuperación trimestral:

No caso de que algún alumno/-a non supere a primeira ou a segunda avaliación, deberá realizar ao longo do seguinte trimestre, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a U.D. avaliada, e polo tanto afectará á media da nota do trimestre

Recuperación final :

No caso de que algún alumno/-a non teña superado o curso, no mes de xuño deberá realizar unha proba teórico-práctica nas datas sinaladas polo centro. A materia de EF será aprobada cando a cualificación final sexa igual ou superior a 4.50.

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

No comezo do curso, unha vez localizado o alumnado coa materia de Educación Física pendente, cada profesor explicará aos respectivos alumnos os pasos a seguir para a recuperación da materia.

- Será o profesor que o teña na clase o que se responsabilice do seguimento do devandito alumnado, así como da súa avaliación e cualificación.

- O profesor responsable mandaralle, ao alumno coa materia pendente, un ou varios traballos por avaliación (en función das U.D.) e a posibilidade de realizar, asemade, un/varios cuestionarios teóricos referidos aos contidos que deberá recuperar.

- Se o alumno aproba a 1ª e 2ª avaliacións do curso no que está matriculado aprobará a materia pendente, e non terá que facer o traballo da 3ª avaliación.

- Se non entrega os traballos, o no caso de que estes sexan avaliados negativamente, o alumno deberá examinarse da materia pendente na convocatoria de exames de maio ou da convocatoria extraordinaria de xuño (no caso de non aprobar en maio).

Os traballos a realizar en 3º de ESO serán os seguintes:

- Na primeira avaliación: Deseño dun quecemento diferenciando cada unha das fases (rúbrica en edixgal). Un traballo de forza (rúbrica en edixgal) e dous cuestionarios (un de Condición Física e Saúde e outro de Voleibol, similares aos que realizan os seus compañeiros/-as en edixgal).

- Na segunda avaliación un cuestionario de Primeiros Auxilios (similar aos que realizan en edixgal os seus compañeiros), e os cuestionarios de Atletismo (saltos e lanzamentos) e Baloncesto de Edixgal.

- Na terceira avaliación un traballo sobre os bailes populares en Galicia e un traballo sobre a seguridade no uso da bicicleta.

6. Medidas de atención á diversidade

No caso de alumnos/as con necesidades educativas especiais (NEA):

Adaptación das condicións de accesibilidade ó centro.

Adaptación dos recursos de apoio

Flexibilización para cursar a materia cunha temporalización distinta á establecida con carácter xeral (require autorización administrativa).

No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe:

Actividades de reforzo individualizadas.

Favorecer un método de aprendizaxe baseado na práctica, experiencia e investigación a partir de intereses dos alumnos/as, estudos de caso e o emprego de recursos TIC.

Deseño de probas de avaliación en coherencia cos métodos propostos.

Os alumnos/as con asma, artritis idiopática, diabetese, narcolepsia e problemas de columna ou problemas cardíacos: realizarán actividades adaptadas ás súas posibilidades motrices. Os exercicios que non poidan realizar no plano práctico, serán realizados a través de traballos teórico-prácticos en relación coa actividade que non poden realizar.

Traballos para os alumnos lesionados de forma puntual: deberán realizar unha ficha, no caderno de Educación Física, na que teñan que reflectir o traballo realizado nesa ou nesas sesións. Estas fichas serán corrixidas e entregadas polo profesor/a en caso de ter unha cualificación positiva.

No caso de alumnado problemas crónicos: realización de unha Adaptación Curricular, de ser necesario, contemplando a bagaxe motriz dispoñible e as opcións de traballo co alumnado.

No caso de alumnado que non acude á sesión coa vestimenta axeitada: realizarán o mesmo traballo que o alumnado lesionado temporalmente asemade de anotarlle unha falta de Roupa, si é reiterada será falta grave e anotarse coma tal.

No caso de alumnado suspenso: ao longo do curso establecerase a posibilidade de realizar probas para superar os contidos onde non se acadara os mínimos.

Atención á diversidade

No caso da aparición de alumnado con NNE de carácter extraordinario de xeito sobredito, resolverase a situación co deseño dunha adaptación curricular significativa e adaptada ás características individuais do alumno/a en base a lexislación vixente.

No caso da existencia de alumnado con dificultades o acceso a Edixgal, contactarase vía telefónica ou vía correo ordinario para o establecemento de medidas extraordinarias de acceso o currículo.

Para os alumnos diagnosticados de TDHA se seguirá o protocolo establecido por o departamento de orientación. Neste caso as medidas a tomar serán:

1. Organización do material, instalación e alumnado:

Rutinas establecidas que atenden a:

Organización grupal e individual nas clases: cerca do profesor na explicación dos exercicios. En grupos de máis de dous alumnos que lle dean tranquilidade. Creando un bo clima de traballo (no distraccións) lonxe de estímulos sonoros ou visuais. Material recollido a maior parte do tempo posible hasta o seu uso. A axenda para o alumno con TDAH (instrumento moi útil e imprescindible para a comunicación/información coa familia e levar ao día as súas tarefas). Novas tecnoloxías, onde os familiares poderán comprobar os traballos esixidos ao alumno e os contidos que tratarán nas clases desde edixgal ou o aula virtual. Organización das tarefas: alternar actividades teóricas co traballo práctico. Segmentar as actividades longas e limitar o seu número. Utilizar reforzos e apoios visuais na instrución oral (lousa explicativa e chifre). Compañeiro/a *¿responsable¿* que axude nas tarefas.

2. Orientacións metodolóxicas:

Comunicación profesor/alumno: normas claras e coherentes coa empatía e con reforzos positivos (eloxios privados e públicos) e apoios visuais na instrución oral. Explicar tarefas de xeito claro e sinxelo, e asegurarse do entendemento de todos. Estratexias para captar a atención inicial como cambios de entoación, xesticulación e dramatización. Manter un ambiente estruturado, motivador e con rutinas predicibles. Negociarase co alumnado unhas cantas normas de funcionamento (non moitas) e as consecuencias do seu cumprimento e incumprimento. Debe escribilas o propio alumnado (visibles na aula) e deben ser repasadas, con frecuencia, polo conxunto da clase. Aplicación de métodos, técnicas e estilos de enseñanza: os estilos permisivo ou autoritario son negativos nestes casos. Supervisar frecuentemente a realización, para reforzar positivamente ou para reconducir a execución ou as distraccións. Utilización da maioría de métodos incluídos nas estratexias participativas (apartado 5: metodoloxía).

3. Implicación familiar

Entrevistas regulares entre o profesorado e a familia (cada 2 ou 3 semanas); onde se informarán mutuamente dos avances, logros ou estancamentos do alumno.

Actividades de ampliación e reforzos:

En relación á atención á diversidade do alumnado terase en conta a organización de actividades reforzo ou apoio e de ampliación, que lles permitirán o seguimento do ritmo da clase ao igual que o resto dos seus compañeiros/as. En casos máis significativos, poderase establecer un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Como medidas xerais a ter en conta con este nenos/as establécense as seguintes:

1. Axuda individualizada sempre que sexa posible.
2. Sitalos ao lado de nenos/as máis avantaxados.
3. Atención personalizada en función das necesidades de cada un.
4. Procurar que todos os alumnos e alumnas alcancen similares obxectivos, partindo da non discriminación e non

separación en función das condicións de cada neno ofrecéndolles a todos eles as mellores condicións.

5. Buscaremos a máxima normalidade con propostas o máis cercanas posibles ao currículo ordinario e a maior atención individual. Isto fai máis complexa a nosa labor educativa polo que será preciso contar con recursos humanos, materiais e organizativos. Actividades ou estratexias que se utilizan na aula para atender á diversidade:

Reorganización dos contidos.

Programación de actividades de repaso.

Flexibilización do tempo.

Organización no ximnasio por grupos: facer grupos heteroxéneos por niveis e con actividades diferentes (cooperación entre o alumnado)

Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.

Integración de todo o alumnado na aula.

Priorizar métodos que favorezan a expresión, a reflexión e a comunicación.

Ofrecer actividades para que lles permitan conseguir éxito ante o grupo.

Sempre que se crea preciso o tratamento destes alumnos e alumnas con dificultades farase sempre en coordinación cos profesores especialistas e o equipo de orientación co fin de lograr fomentar o desenvolvemento das súas capacidades físicas, cognitivas e o máis importante é lograr unha integración do alumno na aula e na dinámica da escola.

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 LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA		X						
ET.2 - INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL						X	X	
ET.3 - FOMENTO DA CULTURA EMPREENDEDORA					X			
ET.4 - EDUCACIÓN VIAL								
ET.5 - EDUCACIÓN EN VALORES				X		X	X	X
ET.6 - A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS	X			X			X	
ET.7 - A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES			X			X		
ET.8 - A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE			X			X		
ET.9 - EDUCACIÓN PARA A SAÚDE INDIVIDUAL E COLECTIVA					X			

	UD 9
ET.1 - COMPRENSIÓN LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	
ET.2 - INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	
ET.3 - FOMENTO DA CULTURA EMPREENDEDORA	
ET.4 - EDUCACIÓN VIAL	X
ET.5 - EDUCACIÓN EN VALORES	
ET.6 - A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS	
ET.7 - A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES	
ET.8 - A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE	
ET.9 - EDUCACIÓN PARA A SAÚDE INDIVIDUAL E COLECTIVA	

Observacións:

1. A comprensión lectora traballarase o ler con atención para extraer datos relevantes de diferentes artigos relacionados coa Educación Física.
2. A integración nas TICs con facer un uso razoado das posibilidades que as tecnoloxías ofrecen
- 3 O fomento da cultura emprendedora o utilizar traballos por proxectos, o aprendizaxe baseado na resolución de problemas e as estratexias de aprendizaxe cooperativo que fomenten a autonomía.
4. A educación vial nas saídas en bici o traballar o coñecemento das normas establecidas necesarias para a participación no ambiente urbano como peón ou usuario de vehículos (bicicletas e patíns)
- 5.- A educaión en valores o recoñecer, valorar e poñer en práctica valores de convivencia, paz, solidariedade, liberdade, respecto aos demais,¿¿
6. A prevención de conflitos e a resolución pacífica dos mesmos co traballo de crear relacións baseadas nos valores de cooperación, solidariedade e xustiza fronte aos de rivalidade.
7. A igualdade de dereitos e oportunidades concienciando sobre a a igualdade de dereitos entre homes e mulleres , e a necesidade de recoñecer e aceptar as diferenzas fisiolóxicas
8. E a igualdade de trato e non discriminación das persoas con discapacidade na concienciación colectiva que lles leve a practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade con as persoas con discapacidade

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Ruta combinada bici-kayak por el Río Miño ou na Illa de Arousa	Senda en bicicleta pola antiga vía do tren que une Valença do Minho con Monçao, recuperada como ruta cicloturista. Unha vez completada faremos o cambio a Kayak, onde terán o pracer de coñecer o río, e a súa praia nun descenso fácil e ideal para iniciados neste deporte			X
Saidas en bicicleta pola contorna do instituto ou á Xunqueira de Alba	Roteiros en bicicleta pola contorna na unidade didáctica de actividades na natureza, se o tempo atmosférico o permite			X

Observacións:

Poderán xurdir saidas puntuais nos arredores do centro, para as que xa se dispón dun permiso dos pais/nais entregado coa matrícula.

A final de cursos propónse unha senda en bicicleta pola antiga vía do tren que une Valença do Minho con Monçao, recuperada como ruta cicloturista, tal e como se realizou o curso pasado ou ben unha ruta das mesmas características na Illa de Arousa. Unha vez completada faremos o cambio a Kayak, onde terán o pracer de coñecer o río, e a súa praia nun descenso fácil e ideal para iniciados neste deporte

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
1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado.
7. Usáronse distintos instrumentos de avaliación.
18. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.
Metodoloxía empregada
2. Conseguiuse motivar ao alumno para lograr a actividade.
17. Incorporáanse as TIC aos procesos de ensino e aprendizaxe.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
11. Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado.

Medidas de atención á diversidade
6. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.
9. Adoptáronse medidas organizativas adecuadas con alumnado de NEAE.
10. Adoptáronse medidas curriculares adecuadas con alumnado de NEAE.
12. Ofrécense explicacións individualizadas si se precisa.
13. Elabóranse actividades atendendo á diversidade.
14. Elabóranse probas de avaliación adaptadas ao alumnado con NEAE.
15. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas.
22. Avalíase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación, ..¿
Clima de traballo na aula
3. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.
8. Valorouse adecuadamente o traballo cooperativo do alumnado no grupo.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
4. Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo do
5. Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado.
16. Combínase o traballo individual e en equipo.
21. Grao de implicación do profesorado nas funcións de titoría e orientación.
Outros
19. Ofrécense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas.
20. Coméntanse co alumnado aspectos derivados da corrección das probas.

Descrición:

Istes indicadores de logro valoraranse cunha escala do 1 ó 5 . Avaliando do 1-10 o proceso do ensino e do 11-22 a práctica do docente

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

No procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora temos en conta os seguintes puntos:

1. Revisión da programación a nivel individual por cada profesor do departamento de Ed. Física con informe individualizado por curso e grupo.

a. Indicador de logro: Número de grupos con resultado positivo por riba do 75 % do alumnado

2. Posta en común en reunións trimestrais de departamento cara a revisión da consecución dos obxectivos propostos ó inicio dos mesmos e valoración do resultado do alumnado en contidos progresivos ao longo de varios cursos:

a. Indicador de logro: Valoración media por riba de 6 do nivel de execución

3. Enquisa para a sonsacar o grado de aceptación dos contidos por parte do alumnado.

a. Indicador de logro: Non obter valoración por debaixo de 5 en ningún dos aspectos que valore o alumnado nas enquisas finais.

4. Facer táboa de logro de consecución dos seguintes indicadores de logro:

1. Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
 2. Adecuación da secuenciación das unidades didácticas.
 3. Adecuación da temporalización das unidades didácticas.
 4. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación prevista.
 5. O desenvolvemento da programación respondeu á temporalización prevista.
 6. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades.
 7. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar.
 8. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.
 9. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.
 10. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.
 11. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento
 12. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
 13. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).
 14. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.
 15. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
 16. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dunha avaliación.
 17. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final.
 18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria.
 19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación de materias pendentes.
 20. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
 21. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.
 22. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación.
 23. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
 24. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
 25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.
- Cada un valorarase cunha escala do 1-5,

9. Outros apartados

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	IES Sánchez Cantón	Pontevedra	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	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	15
4.2. Materiais e recursos didácticos	16
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	16
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	16
6. Medidas de atención á diversidade	17
7.1. Concreción dos elementos transversais	18
7.2. Actividades complementarias	19
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	20
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	21
9. Outros apartados	22

1. Introducción

1. Introducción

A educación física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza o dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento (de si mesmo, de si mesma e do contorno), de organización perceptiva (desenvolvendo a percepción do propio corpo, do espazo e do tempo), anatómico- funcional (incrementando as habilidades e mellorando a condición física), estético/comunicativa (por medio de manifestacións artísticas e de comunicación), de relación social coas demais persoas (interaccionando co resto de participantes), agonística (esforzándose e superando dificultades), hixiénica (mellorando a saúde e previndo enfermidades), hedonista (como fonte de gozo), de compensación (fronte á vida sedentaria) e catártica (para liberar tensións).

Especialmente importante é a relación que a educación física ten coa saúde. A actividade física ben practicada mellora o benestar e a calidade de vida. No que atinxe a esta área dentro da educación primaria, dásele importancia á saúde ao dedicárselle un bloque de contidos. Preténdese que o alumnado adopte medidas de hixiene corporal na actividade física e na vida cotiá, que adquire pautas de alimentación correctas, que rexeite as substancias nocivas, que empregue as posturas corporais precisas nas súas accións, que mellore o coñecemento do seu corpo e do contorno que o rodea e mais que incremente o nivel de condición física e, por conseguinte, a súa saúde.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar.

Igualmente, en educación física débese incidir na coeducación e na igualdade de oportunidades entre ambos os sexos. As actividades propostas atenderán do mesmo xeito os nenos e as nenas, integrando todas as persoas participantes indistintamente para poder acadar os obxectivos. O profesorado deberá equilibrar as actividades e materiais de xeito que non predomine ningún estereotipo e seleccionar aqueles que contribúan á participación equilibrada e motivada de nenos e de nenas. Outro aspecto que hai que ter en conta para favorecer a igualdade entre os sexos son as expectativas que o profesorado ten con respecto ás nenas e aos nenos, así como as expresións que se utilicen para favorecer as súas execucións e os resultados. Finalmente, a educación física responde á necesidade e á capacidade de moverse que teñen os nenos e as nenas.

Así e tendo en conta estas cuestións, estes elementos serán tomados coma os principios de desenvolvemento do traballo de Educación Física tanto na etapa dende a presente programación e dirixida especificamente ás características particulares dos diferentes grupos que nos imos atopar. Destacar, igualmente, que dende a perspectiva do desenvolvemento integral que suscita a área farase especial fincapé na elaboración de diferentes traballos sobre cuestións relativas á saúde e condicións de vida do contorno próximo no que se atopan. Centro educativo: IES SÁNCHEZ CANTÓN PONTEVEDRA 36006717

Grupos de 30 persoas: Grupo A: 17 alumnos e 13 alumnas; Grupo B: 13 alumnos e 17 alumnas; Grupo C: 12 alumnos e 18 alumnas; Grupo D: 14 alumnos e 16 alumnas

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			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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
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	QUECEMENTO E CONDICIÓ FÍSICA	Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.Autoavaliación das capacidades físicas: probas de valoración. Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia): Sistemas de adestramento.Autorregulación e planificación do adestramento.Alimentación saudable.Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares.	14	10	X		
2	ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL	O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. Novos espazos e prácticas deportivas urbanas a través da orientación .Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible.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.	10	7	X		
3	BÁDMINTON	Aspectos técnicos de bádminton en modalidade individual e dobres Aplicación de estratexias específicas para contrarestar ou anticiparse ás accións do contrario Na modalidade de dobres valorar a importancia e a participación do compañeiro/-a. Participación nos torneos xogados en clase	14	10	X		
4	ACROSPORT A RITMO DE MUÑEIRA	Colaboración no deseño e posta en común dunha composición grupal con pasos básicos de aeróbic e acrosport, tendo en conta o ritmo de muñeira. Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal.	16	11		X	
5	ACTIVIDADES EN TEMPO DE LECER	Achegas da cultura motriz á herdanza cultural a través dos xogos e deportes, sendo estos sinal de identidade cultural. Coñecer e participar en xogos e deportes alternativos	9	6		X	
6	1º AUXILIOS	Actuacións críticas ante accidentes: Reanimación mediante desfibrilador	6	4		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
6	1º AUXILIOS	automático (DEA) ou semiautomático (DESA). ¿ Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). ¿ Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. Prácticas insás perigosas, mitos e falsas crezas 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. Suplementación e dopaxe no deporte. 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	6	4		X	
7	VOLEIBOL	Practica deportes colectivo onde predomine as habilidades do membros superior Aspectos técnicos, tácticos e regulamentarios do voleibol . Cooperación e o respecto ante os compañeiros nas situacións de competición. Participación de maneira activa tomando decisións en todas as tarefas expostas e reflexionar sobre os resultados	14	10			X
8	SPEEDGOAL	Practica de deporte colectivo onde predominen as habilidades do membro superior e inferior Regulamento do balonmán e fútbol, aspectos básicos de técnica e a táctica básicos. Funcións de arbitraje deportiva	17	12			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	QUECEMENTO E CONDICIÓ FÍSICA	10

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Craterios 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 concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo,	PE	60
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, con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
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 de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e dosificación do esforzo, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	40
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 e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.		

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. - Educación postural: movementos, posturas e estiramentos ante dores musculares. - Coidado do corpo: queceamento específico autónomo. - Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia): <ul style="list-style-type: none"> - Sistemas de adestramento.

UD	Título da UD	Duración
2	ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL	7

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

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.	Diseñar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades	PE	40
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, fóra do centro escolar.	TI	60
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		
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 e naturais, terrestres gozando destas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas 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.

UD	Título da UD	Duración
3	BÁDMINTON	10

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	PE	20
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	TI	80
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 e aplicanlas de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - 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. - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.

UD	Título da UD	Duración
4	ACROSPORT A RITMO DE MUÑEIRA	11

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 e asegurar unha participación equilibrada.	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 resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.		
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 diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles.		
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 a través de diversas técnicas expresivas específicas		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - Resolución 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. - 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.

UD	Título da UD	Duración
5	ACTIVIDADES EN TEMPO DE LECER	6

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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, a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	PE	80
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 nas sociedades actuais, valorando as súas orixes, evolución, distintas manifestacións e intereses económico-políticos.		
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	TI	20

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. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - 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
6	1º AUXILIOS	4

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, do xénero e da diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde,	PE	50

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	50

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"> - Alimentación saudable. - 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. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Suplementación e dopaxe no deporte. - Riscos e condicionantes éticos. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición. - 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. - 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	VOLEIBOL	10

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 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	TI	100
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 acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade,		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - 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. - 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	SPEEDGOAL	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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, con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais	PE	40

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 cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación		
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 asumindo responsabilidades na organización, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade	TI	60
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.	Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - 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. - 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. - 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. - 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. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

Contidos

- Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte.
- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Debido á gran variedade de propostas metodolóxicas existentes, a seguinte programación baséase na proposta que fai Antonio D. Galera dentro do seu libro Manual de Didáctica da Educación Física I e II, desglosando así os tres tipos de estratexias utilizadas: estratexias instrutivas, estratexias participativas, e estratexias emancipativas.

As estratexias son as combinacións metodolóxicas que leva a cabo o profesor de E.F nas unidades didácticas. Unhas serán máis pechadas limitando a participación decisional e efectora do alumno/a e outras terán un carácter máis aberto onde o alumno/a participará de forma máis activa.

- As estratexias instrutivas: a maioría das decisións as toma a persoa profesora son adecuadas cando se expón o ensino de tarefas con certo compoñente de risco, ben pola súa complexidade, ben pola súa novidade ou ben polos seus baixos niveis de destreza por parte dos alumnos/as. A finalidade desta estratexia é manter niveis altos de motivación e facilitar o acceso rápido e satisfactorio da actividade. Dentro dalgunhas unidades didácticas tratamos os métodos de mando directo, asignación de tarefas.

- As estratexias participativas: traspasan parte das decisións aos alumnos/as; Son útiles ao expor tarefas coñecidas, coa finalidade de mellorar a súa aprendizaxe por automatización, ou actividades sen necesidade de control por parte da persoa profesora. Libera en certo xeito os aspectos reguladores e avaliativos. Nas unidades didácticas utilízanse métodos de asignación de tarefas, ensinanza recíproca, traballo grupal cooperativo, ensino en pequenos grupos e autoavaliación

- As estratexias emancipativas: onde o papel da profesora queda reducido á función de catalización didáctica, en plano de case igualdade cos alumnos/as.

Está claro que todas as decisións asumidas polos alumnos/as han de ser responsables e mostrar elevados índices de cohesión e solidariedade no seo do grupo. Os métodos predominantes serán o descubrimento guiado, a resolución de problemas e o programa individual.

A clasificación das tarefas que se levou a cabo nas sesións é a proposta por Famose: definidas, semidefinidas e non definidas.

Organización grupal: a base e o traballo en grupo sempre que sexa posible e a busca de contidos motivacionais para unha mellor asimilación deles. Dentro de todas as sesións que forman as quince unidades didácticas, dispoñemos da formación de grupos diversos e heteroxéneos na súa maioría. Sempre mantendo oas medidas regulamentarias propostas neste caso excepcional da pandemia.

A metodoloxía que utilizamos baséase en 6 principios fundamentais:

1. Principio de actividade : os alumnos experimentarán por si mesmos as diferentes situacións motrices.
2. Principio de realidade : as tarefas propostas estarán relacionadas coa súa utilidade práctica.
- 3.. Principio de individualización: as tarefas terán en conta a diversidade dos alumnos.
4. Principio de progresión: partírase do coñecido polos alumnos ata o descoñecido.
- 5.Principio de interdisciplinidade: contidos relacionados con outras áreas de coñecemento.
- 6.Principio de motivación: as tarefas serán motivantes para a mellor disposición dos alumnos. Teñen que estar receptivos.

Nos aspectos xerais teráse en conta :

- Coñecer o nivel de condición física inicial do alumnado.
- Ter en conta a diversidade: respectar os ritmos e estilos de aprendizaxe.
- Potenciar as metodoloxías activas e participativas.
- Combinar traballo individual e cooperativo.
- Uso habitual das TIC.
- Papel facilitador do profesor/a.

Nos aspectos organizativos

- Organización do espazo, posibilitando que todo o alumnado teña fácil acceso ás informacións, prestando atención aos alumnos con necesidades educativas especiais.
- Organización do espazo permitindo o máximo aproveitamento do material por parte de tódolos alumnos.

- Control do correcto uso e adecuada colocación do material para evitar riscos de lesións ou accidentes.
- Distribución temporal de cada sesión en partes con intensidades adecuadas aos niveis dos alumnos

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Pavillón 1 : media superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pavillón 2 : media superficie dun pavillón cuberto de formigón pulido. Aproximadamente 250m2 separados da outra metade do pavillón por unha cortina transversal.
Pistas exteriores: Unha pista de balonmán/fútbol/sala e unha pista de baloncesto, o aire libre. Superficie de asfalto

Estarán en función do desenvolvemento de cada sesión tendo en conta que nestes momentos se conta cun volume amplo de materiais e recursos que permiten traballar os contidos plantexados na medida do posible. Empregarase con frecuencia grande material, mediano e pequeno . A dotación material do centro é sobresaínte polo que non vai haber problema para desenvolver todo o traballo que se planifica.. Dende o punto de vista do alumnado, para o adecuado desenvolvemento das sesións de Educación Física, será obrigatorio o emprego de roupa e calzado deportivo

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Na materia de Educación Física as probas da avaliación inicial, serán tests de aptitude, que terán como obxectivo coñecer o nivel de condición física do alumnado, tanto individualmente como de cada grupo en conxunto, e xogos de cooperación-oposición que terán como obxectivo coñecer as relacións sociais entre o alumnado. Os resultados obtidos darannos unha referencia para poder adaptar o nivel de esixencia das sesións en cada grupo

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	14	10	14	16	9	6	14	17	100
Proba escrita	60	40	20	0	80	50	0	40	32
Táboa de indicadores	40	60	80	100	20	50	100	60	68

Criterios de cualificación:

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, os Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). Tendo en conta estes elementos, cada UD valorarase sobre 10 puntos. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

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

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

AVALIACIÓN FINAL

A nota final dos alumnos/as será a media aritmética das tres avaliacións (tendo en conta as recuperacións realizadas da primeira e segunda avaliación.). Esta media debe ser superior a 4,5 puntos

Cráterios de recuperación:

Recuperación trimestral:

No caso de que algún alumno/a non supere a primeira o segunda avaliación, deberá realizar ó longo do seguinte trimestre, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da nota do trimestre

Recuperación final :

No caso de que algún alumno/a non supere a nota final, deberá realizar ó longo do mes de xullo, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da nota final de curso

6. Medidas de atención á diversidade

No caso de alumnos/as con necesidades educativas especiais (NEA):

- Adaptación das condicións de accesibilidade ó centro.
- Adaptación dos recursos de apoio.
- Flexibilización para cursar a materia cunha temporalización distinta á establecida con carácter xeral (require autorización administrativa).

No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe:

- Actividades de reforzo individualizadas.
- Favorecer un método de aprendizaxe baseado na práctica, experiencia e investigación a partir de intereses dos alumnos/as, estudos de caso e o emprego de recursos TIC.
- Deseño de probas de avaliación en coherencia cos métodos propostos.

Os alumnos/as con asma, artritis idiopática, diabetese, narcolepsia e problemas de columna ou problemas cardíacos: realizarán actividades adaptadas ás súas posibilidades motrices. Os exercicios que non poidan realizar no plano práctico, serán realizados a través de traballos teórico-prácticos en relación coa actividade que non poden realizar.

Traballos para os alumnos lesionados de forma puntual: deberán realizar unha ficha, no caderno de Educación Física, na que teñan que reflectir o traballo realizado nesa ou nesas sesións. Estas fichas serán corrixidas e entregadas polo profesor/a en caso de ter unha cualificación positiva.

No caso de alumnado problemas crónicos: realización de unha Adaptación Curricular contemplando o bagaxe motriz dispoñible e as opcións de traballo co alumnado.

No caso de alumnado que non acude á sesión coa vestimenta axeitada: realizarán o mesmo traballo que o alumnado lesionado temporalmente asemade de anotarlle unha falta de Roupa, si é reiterada sera falta grave e anotarse coma tal.

Atención á diversidade

No caso da aparición de alumnado con NNEE de carácter extraordinario de xeito sobredito, resolverase a situación co deseño dunha adaptación curricular significativa e adaptada ás características individuais do alumno/a en base a lexislación vixente.

No caso da existencia de alumnado con dificultades o acceso a Edixgal, contactarase vía telefónica ou vía correo ordinario para o establecemento de medidas extraordinarias de acceso o currículo.

Para os alumnos diagnosticados de TDHA se seguirá o protocolo establecido por o departamento de orientación. Neste caso as medidas a tomar serán:

1. Organización do material, instalación e alumnado:

Rutinas establecidas que atenden a: Organización grupal e individual nas clases: cerca do profesor na explicación dos exercicios. En grupos de máis de dous alumnos que lle dean tranquilidade. Creando un bo clima de traballo (no distraccións) lonxe de estímulos sonoros

ou visuais. Material recollido a maior parte do tempo posible hasta o seu uso. A axenda para o alumno con TDAH (instrumento moi útil e imprescindible para a comunicación/información coa familia e levar ao día as súas tarefas).

Novas tecnoloxías, onde os familiares poderán comprobar os traballos esixidos ao alumno e os contidos que tratarán nas clases desde edixgal ou o aula virtual. Organización das tarefas: alternar actividades teóricas co traballo práctico. Segmentar as actividades longas e limitar o seu número. Utilizar reforzos e apoios visuais na instrución oral (lousa explicativa e chifre). Compañeiro/a responsable que axude nas tarefas.

2. Orientacións metodolóxicas:Comunicación profesor/alumno: normas claras e coherentes coa empatía e con reforzos positivos (eloxios privados e públicos) e apoios visuais na instrución oral.Explicar tarefas de xeito claro e sinxelo, e asegurarse do entendemento

de todos. Estratexias para captar a atención inicial como cambios de entoación, xesticulación e dramatización.Manter un ambiente estruturado, motivador e con rutinas predicibles. Negociarase co alumnado unhas cantas normas de funcionamento (non moitas) e as consecuencias do seu cumprimento e incumprimento. Debe escribilas o propio alumnado (visibles na aula) e deben ser repasadas, con frecuencia, polo conxunto da clase. Aplicación de métodos, técnicas e estilos de enseñanza: os estilos permisivo ou autoritario son negativos nestes casos. Supervisar frecuentemente a realización, para reforzar positivamente ou para reconducir a execución ou as distraccións. Utilización da maioría de métodos incluídos nas estratexias participativas(apartado 5:metodoloxía).

3. Implicación familiar:Entrevistas regulares entre o profesorado e a familia (cada 2 ou 3 semanas); onde se informarán mutuamente dos avances, logros ou estancamentos do alumno.

Actividades de ampliación e reforzos:

En relación á atención á diversidade do alumnado terase en conta a organización de actividades reforzo ou apoio e de ampliación, que lles permitirán o seguimento do ritmo da clase ao igual que o resto dos seus compañeiros/as. En casos máis significativos, poderase establecer un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Como medidas xerais a ter en conta con este nenos/as establécense as seguintes:

1. Axuda individualizada sempre que sexa posible.
2. Situalos ao lado de nenos/as máis avantaxados.
3. Atención personalizada en función das necesidades de cada un.
4. Procurar que todos os alumnos e alumnas alcancen similares obxectivos, partindo da non discriminación e non separación en función das condicións de cada neno ofrecéndolles a todos eles as mellores condicións.
5. Buscaremos a máxima normalidade con propostas o máis cercanas posibles ao currículo ordinario e a maior atención individual. Isto fai máis complexa a nosa labor educativa polo que será preciso contar con recursos humanos, materiais e organizativos. Actividades ou estratexias que se utilizan na aula para atender á diversidade:
 - Cambio de orde dos contidos.
 - Programación de actividades de repaso.
 - Flexibilidade do tempo.
 - Organización no ximnasio por grupos: facer grupos heteroxéneos por niveis e con actividades diferentes.
 - Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.
 - Integración de todo o alumnado na aula.
 - Priorizar métodos que favorezan a expresión, a reflexión e a comunicación.
 - Ofrecer actividades para que lles permitan conseguir éxito ante o grupo.
 - Sempre que se crea preciso o tratamento destes alumnos e alumnas con dificultades farase sempre en coordinación cos profesores especialistas e o equipo de orientación co fin de lograr fomentar o desenvolvemento das súas capacidades físicas, cognitivas e o máis importante é lograr unha integración do alumno na aula e na dinámica da escola

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - ET.1 - COMPRENSIÓN LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X					X		

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.2 - ET.2 - INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL			X			X	X	
ET.3 - ET.3 - FOMENTO DA CULTURA EMPREENDEDORA				X				X
ET.4 - ET.4 - EDUCACIÓN VIAL		X						
ET.5 - ET.5 - EDUCACIÓN EN VALORES			X	X				X
ET.6 - ET.6 - A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS			X					X
ET.7 - ET.7 - A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES			X	X	X			X
ET.8 - ET.8 - A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE			X		X			X

Observacións:

1. A comprensión lectora traballarase o ler con atención para extraer datos relevantes de diferentes artigos relacionados coa Educación Física.
2. A integración nas TICS con facer un uso razoado das posibilidades que as tecnoloxías ofrecen
- 3 O fomento da cultura emprendedora o utilizar traballos por proxectos, o aprendizaxe baseado na resolución de problemas e as estratexias de aprendizaxe cooperativo que fomenten a autonomía.
4. A educación vial nas saídas en bici o traballar o coñecemento das normas establecidas necesarias para a participación no ambiente urbano como peón ou usuario de vehículos (bicicletas e patíns)
- 5.- A educación en valores o recoñecer, valorar e poñer en práctica valores de convivencia, paz, solidariedade, liberdade, respecto aos demais
6. A prevención de conflitos e a resolución pacífica dos mesmos co traballo de crear relacións baseadas nos valores de cooperación, solidariedade e xustiza fronte aos de rivalidade.
7. A igualdade de dereitos e oportunidades concienciando sobre a a igualdade de dereitos entre homes e mulleres , e a necesidade de recoñecer e aceptar as diferenzas fisiolóxicas
8. E a igualdade de trato e non discriminación das persoas con discapacidade na concienciación colectiva que lles leve a practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade con as persoas con discapacidade

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Carreira de Orientación	Traslado en bici a Illa das esculturas, e realización dunha Carreira de Orientación en BTT	X		
Viaxe fin de curso	Actividades Multiaventura no Parque de Pena Aventura			X

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
1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado
2. Usáronse distintos instrumentos de avaliación.
3. Conseguiuse motivar ao alumno para lograr a actividade.
Metodoloxía empregada
13. Valorouse adecuadamente o traballo cooperativo do alumnado no grupo.
14. Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado.
15. Ofrécense explicacións individualizadas si se precisa.
16. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas.
17. Combínase o traballo individual e en equipo.
18. Incorporáanse as TIC aos procesos de ensino - aprendizaxe
19. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.
20. Ofrécense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas.
21. Coméntanse co alumnado aspectos derivados da corrección das probas.
22. Avalíase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación,
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
4. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.
Medidas de atención á diversidade
8. Adoptáronse medidas organizativas adecuadas con alumnado de NEAE.
9. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.
10. Adoptáronse medidas curriculares adecuadas con alumnado de NEAE.
11. Elabóranse probas de avaliación adaptadas ao alumnado con NEAE.
12. Elabóranse actividades atendendo á diversidade.

Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
5. Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo
6. Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado.
7. Grao de implicación do profesorado nas funcións de titoría e orientación.

Descrición:

Istes indicadores de logro volararanse cunha escala do 1 ó 5

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

No procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora temos en conta os seguintes puntos:

1. Revisión da programación a nivel individual por cada profesor do departamento de Ed. Física con informe individualizado por curso e grupo.
 - a. Indicador de logro: Número de grupos con resultado positivo por riba do 75 % do alumnado
 2. Posta en común en reunións trimestrais de departamento cara a revisión da consecución dos obxectivos propostos ó inicio dos mesmos e valoración do resultado do alumnado en contidos progresivos ao longo de varios cursos:
 - a. Indicador de logro: Valoración media por riba de 6 do nivel de execución
 3. Enquisa para a sonsacar o grao de aceptación dos contidos por parte do alumnado.
 - a. Indicador de logro: Non obter valoración por debaixo de 5 en ningún dos aspectos que valore o alumnado nas enquisas finais.
 4. Facer táboa de logro de consecución dos seguintes indicadores de logro:
 1. Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
 2. Adecuación da secuenciación das unidades didácticas.
 3. Adecuación da temporalización das unidades didácticas.
 4. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación prevista.
 5. O desenvolvemento da programación respondeu á temporalización prevista.
 6. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades.
 7. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar.
 8. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.
 9. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.
 10. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.
 11. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento
 12. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
 13. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).
 14. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.
 15. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
 16. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dunha avaliación.
 17. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final.
 18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria.
 19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación de materias pendentes.
 20. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
 21. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.
 22. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación.
 23. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
 24. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
 25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.
- Cada un valorarase cunha escala do 1-5

9. Outros apartados

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	IES Sánchez Cantón	Pontevedra	2023/2024

Área/materia/ámbito

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

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	33
4.2. Materiais e recursos didácticos	34
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	35
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	35
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	37
6. Medidas de atención á diversidade	37
7.1. Concreción dos elementos transversais	38
7.2. Actividades complementarias	39
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	39
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	40
9. Outros apartados	41

1. Introducción

A presente programación didáctica está contextualizada na etapa de bacharelato. Nesta etapa a educación física está presente unicamente no primeiro curso, cunha carga lectiva de 3 horas semanais, polo tanto será a derradeira ocasión do alumnado de estar en contacto con esta materia.

O carácter propedeútico da materia neste nivel favorecerá o achegamento do alumnado a uha serie de profesións vinculadas ao deporte, así como novas posibilidades de estudo, xa sexa no ámbito universitario como no da Formación profesional ou das ensinanzas deportivas.

O obxectivo da materia é capacitar o alumnado na programación autónoma da súa practica de actividades física, así como consolidar un estilo de vida saudable ó longo da súa vida.

Consta de 11 unidades didácticas, que se distribúen ao longo do curso académico.

Hai cinco grupos de 1º de bacharelato en 1ºA e 1ºB hai 30 alumnos/-as, 29 en 1ºC, 31 en 1ºD e 29 en 1ºE.

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	

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia.	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
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	Quecemento	Recordaremos as fases do quecemento , tanto xeral como específico, con batería de xogos e tarefas para traballar en cada unha delas	8	5	X	X	X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
2	Retos cooperativos	Traballo cooperativo, para solucionar retos motrices en grupo.	2	4	X		
3	Condición física e hábitos saudables	Forza, resistencia e flexibilidade, como capacidades físicas. Principios do adestramento, conceptos de intensidade e volume. Sistemas de adestramento. Elaboararán unha infografía sobre hábitos saudable a través da AV.	10	12	X	X	X
4	Deportes colectivos e xogos tradicionais	Profundizarán nos coñecementos da lóxica dos deportes colectivos de invasión, neste caso balonmán e baloncesto. Aprenderá sobre a técnica, táctica e regulamento, ademais de analizar situacións tácticas básicas. Ademais o alumnado practicará algún dos deportes tradicionais e populares, tanto autóctonos como doutras rexións do mundo.	10	16	X		X
5	Primeiros auxilios	Nesta UD o alumnado aprenderá a anticiparse ós riscos e lesións derivadas das diversas prácticas motrices e tentará dominar os protocolos de intervención ante situacións críticas ou accidentes (PAS, DESA, RCP, PLS...)	8	6	X	X	
6	Circo	Nesta UD o alumnado deberá afrontar e tentar resolver diferentes desafíos físicos, tanto de xeito individual como colectivos, característicos de actividades acrobáticas e circenses. Asimesmo deberán realizar unha dramatización co resultado acadado	15	14		X	
7	Deportes de raqueta: Bádminton	Nesta UD o alumnado deberá traballar cun deporte de rede, neste caso o tenis (grazas o programa "Tenis na escola" da FGT). Repasará a lóxica do xogo e nos elementos técnico - tácticos e regulamentarios. Ademais traballaremos a análise do deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.	10	10		X	
8	Voleibol	Nesta UD o alumnado traballará cun deporte de adversario en rede. Repasará aspectos técnico- tácticos e regulamentarios do deporte.	10	10		X	
9	Programa de condición física individualizado;	Nesta UD o alumnado aprenderá, dende a práctica, a planificar o seu propio plan de adestramento en función dos resultados da autoevaluación realizada na primeira UD, como avaliación inicial do curso. Centrarase no traballo de forza na 1ª avaliación e flexibilidade, resistencia e forza na 3ª	15	20	X	X	X
10	Actividades no tempo de lecer: Das saídas polo medio natural: bicicleta e orientación a	Nesta UD o alumnado practicará en función das posibilidades da contorna do centro, actividades no medio natural, como o	8	4			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
10	deportes alternativos de cooperación oposi; como o Ultimate	sendeirismo, o padel surf e a bicicleta.	8	4			X
11	Organización das ligas de lecer no recreo do centro.	O alumnado de 1º de bach organizará as ligas de lecer: brilé, colpbol, badminton e voleibol. Con diferentes roles e por grupos terán que xestionar baixo a supervisión das profesoras, todo o relacionado con seu funcionamento.	4	4	X	X	X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Quecemento	5

Craterios 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.	Xestionar autonomamente calquera imprevistas medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva	PE	20
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 os procesos de activación corporal, alimentación saudable e educación postural durante a práctica de actividades motrices	TI	80
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 asicados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer e implementr de maneira específica medidas específicas pra a prevención de lesións e aplicar os primeiros auxilios ante situacións de accidente.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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.	Organizar proxectos e producións, de xeito autónomo coordinando os problemas que poidan xurdir		
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 factores clave que condicionana a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos		
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 actividades físico- deportivas no medio natural e urbano e analizar os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo		
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 co resto de participantes durante o desenvolvemento de prácticas motrices e respetar a diversidade de competencia motriz		
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.	Comprender e contextualizar a influencia cultural e social da actividade física e da importancia do quecemento.		
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 actividades motrices como o quecemento de xeito autónomo seguindo as regras e principios do mesmo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - 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

- Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia.
- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.
- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Saúde social.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- 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.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.

UD	Título da UD	Duración
2	Retos cooperativos	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Actuar de forma crítica, ante os estereotipos sociais asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida	TI	100

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.	Xestionar autonomamente calquera imprevisto medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva		
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 cooperativo		
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 factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos		
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 mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de situacións motrices		
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 actividades motrices cooperativas dende a perspectiva do gozo e as posibilidades de interacción social		
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 de entendemento co resto de participantes durante a práctica motriz		
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.	Comprender a influencia social e cultural dos xogos e deportes tradicionais, tanto galegos como do resto do mundo		

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 o traballo e aplicación dos diferentes métodos de traballo cooperativo para a resolución de retos motrices		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares). - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival. - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles. - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. - Medidas para fomentar a igualdade no deporte. - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.

Contidos
- Mercado, consumismo e deporte.

UD	Título da UD	Duración
3	Condición física e hábitos saudables	12

Craterios 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.	Avaliar de maneira autónoma as diferentes capacidades físicas relacionadas coa saúde , segundo as necesidades e intereses individuais	PE	60
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 os procesos de activación corporal, alimentación saudable e educación postural durante a práctica de actividades motrices. A través dunha infografía dixital		
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 aplicación dixitais relacionadas coa planificación da actividade físico deportiva e saúde e repectar a privacidade e as medidas de seguridade sobre a difusión de datos persoais. A través dunha infografía de hábitos saudables		
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 roles relacionados con elas.	Practicar actividades motrices relacionadas con las nuevas tendencias de entrenamiento desde a perspectiva do gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social		
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.	Respectar a diversidade de competencia motriz do resto de participantes durante o desenvolvemento da práctica motriz e facer uso das habilidades sociais na resolución de conflitos		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Actuar de forma crítica, ante os estereotipos sociais asicados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida	TI	40
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.	Mostar iniciativa durante o desenvolvemento de plans de adestramento		
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.	Aplicar de maneira autónoma procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados que se producen na práctica		
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.	Comprender e contextualizar a influencia cultural e social dos diferentes metodos de adestramento no panorama actual e coñecer a súa orixe e evolución ata a actualidade		
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 o traballo e aplicación dos diferentes métodos de adestramento así como as novas tendencias no mundo do fitness (HITT, CORE...)		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración. - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal. - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados. - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia. - Sistemas de adestramento. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.

Contidos

- Técnicas básicas de descarga postural e relaxación.
- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.
- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Saúde mental.
- Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.
- 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.
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Saúde social.
- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.
- Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.

UD	Título da UD	Duración
4	Deportes colectivos e xogos tradicionais	16

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

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 aplicacións dixitais relacionadas coa planificación da actividades físico deportiva para a saúde. Atención especial a protección de datos.	PE	35
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.	Xestionar autonomamente calquera imprevistas medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva		
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.	Organizar proxectos e producións, de xeito autónomo coordinando os problemas que poidan xurdir		
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 actividades motrices de xogos tradicionais e dos deportes colectivos como baloncesto e balonman dende a perspectiva do gozo e as posibilidades de interacción social		
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 asicados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida	TI	65
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 caracter cooperativo		
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.	Aplicar de maneira autónoma procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados que se producen na práctica		
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 factores clave que condicionana a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de situacións 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 de entendemento co resto de participantes durante a práctica motriz		
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.	Comprender a influencia social e cultural dos deportes colectivos e dos xogos e deportes tradicionais, tanto galegos como do resto do mundo		
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.	Coñecer e practicar xogos tradicionais e populares de Galicia e resto do mundo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia. - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde. - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - 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. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Toma de decisións.

Contidos

- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
- Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Mercado, consumismo e deporte.

UD	Título da UD	Duración
5	Primeiros auxilios	6

Craterios 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.	Xestionar autonomamente calquera imprevistonas medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva		
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 protocolos de actuación ante unha emerxencia no medio natural e urbano e analizar os seus beneficios desde a perspectiva da saúde.	PE	60

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 de entendemento co resto de participantes durante a práctica motriz		
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.	Comprender a importancia social e sanitaria dos protocolos de emerxencias		
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 asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida		
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 aplicacións dixitais relacionadas coa planificación da actividades físico deportiva para a saúde. Atención especial a protección de datos.		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer e implementr de maneira específica medidas específicas pra a prevención de lesións e aplicar os primeiros auxilios ante situacións de accidente.	TI	40
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.	Mostar iniciativa durante o desenvolvemento dos plans de actuación ante situación de emerxencia. Valoración primaria. RCP		
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.	Aplicar de maneira autónoma procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados que se producen na práctica		

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 simulacros de emerxencias , así como as pautas de actuación ante un accidente		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade. - Protocolos ante alertas escolares. - Actuacións críticas ante accidentes. - Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer. - Desprazamentos e transporte de accidentados. - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Contido básico de caixa de primeiros auxilios. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. - Medidas para fomentar a igualdade no deporte.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - 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. - Mercado, consumismo e deporte.

UD	Título da UD	Duración
6	Circo	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 un número circense (malabares, acrosport e base musical) e analizar os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, a autosuperación, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles	PE	50
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 corporais colectivas con base musical ante os seus compañeiros, aplicando as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición, e representalas ante compañeiros ou outros membros da comunidade		
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 asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida	TI	50
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.	Xestionar autonomamente calquera imprevistas medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva		
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.	Organizar proxectos e producións, de xeito autónomo coordinando os problemas que poidan xurdir		
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 cooperativo		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Identificar factores clave que condicionana a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos		
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 de entendemento co resto de paricipantes durante a práctica motriz		
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.	Comprender a influencia social e cultural dos xogos malabares nas diferentes rexións do mundo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde. - Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Análise crítica de estratexias publicitarias. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival. - 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

Contidos

- reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.

UD	Título da UD	Duración
7	Deportes de raqueta: Bádminton	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Identificar factores clave que condicionana a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos dun deporte de adversario con implemento	PE	50
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 un deporte individual de adversario dende a perspectiva do gozo e as posibilidades de interacción social		
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 os procesos de activación corporal, alimentación saudable e educación postural durante a práctica de actividades motrices	TI	50

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Actuar de forma crítica, ante os estereotipos sociais asicados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida		
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.	Mostar iniciativa durante o desenvolvemento do coñecemento do minitenis/badminton		
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.	Aplicar de maneira autónoma procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados que se producen na práctica		
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 de entendemento co resto de participantes durante a práctica motriz		
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.	Comprender a influencia social e deportiva dun deporte de adversario con implemento.		
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.	Coñecer e practicar xogos tradicionais e populares de galicia e resto do mundo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais. - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.

Contidos

- Saúde mental.
- 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.
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Análise crítica de estratexias publicitarias.
- 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.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.

UD	Título da UD	Duración
8	Voleibol	10

Craterios 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.	Aplicar de maneira autónoma procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados que se producen na práctica do voleibol	PE	50

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 deporte colectivo de adversario dende a perspectiva do gozo e as posibilidades de interacción social		
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 asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida		
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.	Organizar proxectos e producións, de xeito autónomo coordinando os problemas que poidan xurdir		
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 factores clave que condicionana a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos		
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 de entendemento co resto de participantes durante a práctica motriz	TI	50
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.	Comprender a influencia social e cultural dos deportes colectivos de adversario, como posibilidade de ocupación do tempo de ocio		
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.	Coñecer e practicar xogos tradicionais e populares de Galicia e resto do mundo		

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

Contidos

Contidos

- Saúde social.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Saúde mental.
- Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Toma de decisións.
- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
- Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.

UD	Título da UD	Duración
9	Programa de condición física individualizado;	20

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

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 aplicacións dixitais relacionadas coa planificación da actividades físico deportiva para a saúde. Atención especial a protección de datos.		
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.	Programar e adestrar de xeito autónomo tendo en conta os aspectos condicionais do individuo, así como a súa condición física. Tendo en valor a autosuperación e o esforzo cara a mellora das súas capacidades físicas.	PE	50
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 un programa de adestramento individualizado co obxectivo da mellora da capacidade física que elixan.		
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.	Avaliar de maneira autónoma as diferentes capacidades físicas relacionadas coa saúde, segundo as necesidades e intereses individuais		
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 os procesos de activación corporal, alimentación saudable e educación postural durante a práctica de actividades motrices		
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 asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida	TI	50
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer e implementr de maneira específica medidas específicas pra a prevención de lesións e aplicar os primeiros auxilios ante situacións de accidente.		

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.	Xestionar autonomamente calquera imprevistos medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva		
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.	Mostar iniciativa durante o desenvolvemento de plans de adestramento		
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 mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de situacións 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 de entendemento co resto de participantes durante a práctica motriz		
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.	Comprender a importancia do coidado da súde e do corpo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración. - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal. - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados. - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia. - Sistemas de adestramento. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.

Contidos

- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
- Saúde social.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Saúde mental.
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.

UD	Título da UD	Duración
10	Actividades no tempo de lecer: Das saídas polo medio natural: bicicleta e orientación a deportes alternativos de cooperación oposi; como o Ultimate	4

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer e implementr de maneira específica medidas específicas pra a prevención de lesións e aplicar os primeiros auxilios ante situacións de accidente.	PE	25

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolver proxectos de saídas ó medio natural ben sexa de xeito cooperativo, individual ou colaborativo.		
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 actividades físico deportivas no medio natural e analizar os seus beneficios desde a perspectiva da saúde e do gozo		
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.	Comprender a influencia cultural e social dun medio de transporte 0 como a bicicleta.		
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 asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida		
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.	Xestionar autónomamente calquera imprevisto nas medidas relacionadas coa planificación da actividade		
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.	Mostrar iniciativa durante a saída o medio natural	TI	75
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 de forma autónoma situacións de colaboración en contextos recreativo o físico deportivos como la orientación.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
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 co resto de participantes durante a actividade e respectar a diversidade motriz		
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 actividades motrices como unha saída en bicicleta ou ruta de sendeirismo de xeito autónomo seguindo as regras e principios do mesmo		
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 físico deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir		
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 físico deportivas no medio natural e urbano, asumir responsabilidades e aplicar 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. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Saúde mental. - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración. - 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. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas

Contidos

- colectivas de seguridade.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.
- Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.
- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.
- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.
- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

UD	Título da UD	Duración
11	Organización das ligas de lecer no recreo do centro.	4

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.	Avaliar de maneira autónoma as diferentes capacidades físicas relacionadas coa saúde, segundo as necesidades e intereses individuais		
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 asociados ó ámbito do corpo, que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida		
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.	Xestionar autonomamente calquera imprevisto medidas relacionadas coa planificación de actividade física e deportiva		
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.	Mostar iniciativa durante o desenvolvemento da organización das ligas de lecer	TI	100
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.	Aplicar de maneira autónoma procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados que se producen na práctica		
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 mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de situacións motrices		
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 actividades motrices como as ligas de lecer de xeito autónomo seguindo as regras e principios do mesmo		

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

Contidos
~ Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.

Contidos

- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Análise crítica de estratexias publicitarias.
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- 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.
- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
- Mercado, consumismo e deporte.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Hai que ter en conta as características concretas da materia de educación física e a búsqueda da motivación do alumnado coma un factor fundamental para acadar obxectivos e competencias dende a nosa materia.

Por "método" enténdese a filosofía e o prantexamento xeral do proceso de ensinanza-aprendizaxe en función da natureza do obxectivo. Existen dous paradigmas: reprodución (carácter positivista/condutista) e descubrimento (carácter crítico/dialéctico/cognitivista)

Por "estratexia" enténdese a forma de presentar a habilidade ao alumno e é esencial na construción da progresión da aprendizaxe motriz. Temos os seguintes tipos:

- Analítica (pura, secuencial ou progresiva): a habilidade preséntase en partes.
- Global (pura, secuencial ou progresiva): a habilidade preséntase en partes.
- Mixta: combina as anteriores seguindo a secuencia analítica-global-analítica.

Por "estilo de ensinanza" enténdese a forma particular de interaccionar o profesorado co alumnado que se manifesta nos agrupamentos, canles de comunicación e decisións pre-impacto, impacto e post-impacto.

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 basearémonos nas teorías da aprendizaxe motor no procesamento da información, así coma no concepto de variabilidade na práctica.

- As sesións estarán divididas en tres partes: círculo inicial, parte práctica e círculo final.
- Círculo inicial: primeiro momento da clase duns 5 minutos de duración onde se explicarán os obxectivos da sesión e aqueles contidos conceptuais necesarios para a parte práctica.
- Parte práctica: é o momento de compromiso motor, a parte máis importante da clase. Esta parte divídese a maneira convencional (quecemento, parte principal e volta á calma).
- Círculo final: último momento, normalmente moi breve, onde se reúne a todo o grupo para reflexionar sobre algún aspecto importante da clase e despedirse.

Búscase que as sesións potencien o espírito crítico a través de reflexións individuais e colectivas. Para isto é necesario que o alumno saiba que está a facer, como e con que obxectivo, na búsqueda dunha implicación maior nas actividades.

- Os agrupamentos serán, sempre que a actividade o permita, en pequenos grupos (4 membros), buscando os valores do traballo cooperativo. Buscarase a diversidade nos grupos, sempre coa premisa que para atender á diversidade hai que vivirla polo que serán o máis heteroxéneos posibles (xénero, nivel de habilidade, características físicas...).

Para formar os grupos seguiremos os pasos de Pere Pujolás e José Ramón Lago (Programa CA/AC formación "Cooperar para aprender, aprender a cooperar" para ensinar a aprender en equipo.):

1. Dividir a clase en tres subgrupos:

- Aqueles máis capaces de dar axuda (círculo)
- Aqueles máis necesitados de axuda (triángulo)
- O resto da clase (cadrado)

2. Seleccionar para cada clase un círculo, un triángulo e dous cadrados:

3. Os membros dos grupos manteranse estables no tempo (1 ou 2 trimestres). Con esta medida preténdese potenciar o coñecemento entre eles e a aprendizaxe cooperativa.

4. Esta distribución, ademais de ser axeitada para xerar aprendizaxe cooperativa, optimiza o tempo de clase empregado na formación de grupos e facilita establecer grupos de nivel, homoxeneizando aos grupos se a situación de aprendizaxe o require.

No primeiro trimestre, na unidade de Condición Física Saudable, faremos un traballo máis individual, axustado ás características dos contidos, que nos permitirá organizar posteriormente os grupos para o traballo cooperativo para o segundo e terceiro trimestre.

Quérese acadar o desenvolvemento integral do individuo, e que este sexa capaz de desenvolverse na sociedade dunha maneira autónoma, utilizarase para isto unha metodoloxía predominantemente global, en todo momento buscamos metodoloxías activas, baseadas en estilos non directivos (resolución de problemas, ensinanza recíproca, descubrimento guiado) e buscando que pouco a pouco o alumno vaia adquirindo maiores responsabilidades.

- As tarefas que se propoñan serán abertas ou semiabertas naqueles contidos máis axeitados para fomentar a creatividade como é o bloque de expresión corporal e de xogos cooperativos. Na de xogos e deportes as tarefas serán semiabertas. As tarefas pechadas utilizaranse nos momentos onde se queira iniciar un aprendizaxe específico ou exista risco na seguridade do alumnado.

Buscarase aproveitar ao máximo todos os recursos que nos ofrece o centro e os seus arredores, xa non só no que se refire a material senón tamén as posibilidades de utilización dos diferentes espazos. Con isto preténdese facer ver ao alumnado que non son necesarios medios moi sofisticados para a práctica de actividade física.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso
Apuntes elaborados polas profesoras
Aula virtual e enlaces dispoñibles nela
Redes sociais e apps específicas de actividade física e deporte
Pizarra dixital na aula de referencia

A maior parte dos contidos teóricos traballaranse a través da AV, para iso compre valorar o acceso a rede por parte do alumnado e as súas posibilidades ó principio de curso.

Do mesmo xeito, todos aqueles aspectos mais transversais: muller e deporte, saídas profesionais do deporte, medios de comunicación...tamén empregárase a AV como vehículo de debate e traballo.

Os apuntamentos serán de elaboración persoal das profesoras e colgarase na AV.

O longo do curso, empregaremos diferentes apps específicas relacionadas sobre todo co programa de acondicionamento físico, así como consultas a través de enlaces de webs de interese para o alumnado.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Desenvolverase unha avaliación inicial antes de cada unidade didáctica, para comprobar os coñecementos previos que posúe o alumnado sobre os contidos da mesma. Será maioritariamente sobre tarefas prácticas

O instrumento empregado será unha táboa de indicadores sen valor calificador.

Asimesmo, faremos unha avaliación inicial de curso, que terá as seguintes probas:

Resistencia: Test de Cooper

Axilidade con balóns (baloncesto e balonmán)

Velocidade: 6x10m

Flexibilidade

Forza: salto horizontal

O carácter das mesmas é coñecer o punto de partida do curso e serviranos para o traballo de acondicionamento físico do terceiro trimestre, no que deberán programar o seu plan de adestramento coa finalidade de pasar o test novamente e facer unha valoración do traballo feito.

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	2	10	10	8	15	10	10	15	8
Proba escrita	20	0	60	35	60	50	50	50	50	25
Táboa de indicadores	80	100	40	65	40	50	50	50	50	75

Unidade didáctica	UD 11	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	4	100
Proba escrita	0	43
Táboa de indicadores	100	57

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 11 UD, a primeira delas de carácter transversal. As UD están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1,2, 3,4 impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 33%; a 5, 6 e 7 impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 33%, e a 8, 9, 10 impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 34%. No número de sesións asignado a cada UD contéplanse tamén a/as sesións dedicadas á avaliación.

A UD11 (organización dos torneos dos recreos) será voluntaria e supoñerá un punto a maiores sobre a media final acadada, de xeito que o alumnado que desexe participar na organización destas actividades, poderá subir a súa media final, se así o desexan.

O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma. Tanto o peso como as sesións da UD 1, repártense entre cada trimestre, xa que nesta UD impartiranse contidos adaptados a cada unha das demais UU.DD, así o peso definitivo por trimestre será, 33, 33 e 34% respectivamente.

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de

consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD).

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

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

A cualificación da avaliación final ordinaria da materia, obterase calculando a media aritmética das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral, tendo en conta, de ser o caso, a cualificación obtida logo das recuperacións das UD e da avaliación trimestral. Para esta cualificación ou nota final da avaliación ordinaria, a media aritmética empregada será a calculada pola nota real de cada alumno/a en cada trimestre, e non a nota que apareza no boletín.

O valor numérico da nota irá dende o 0 ao 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata .4 cara abaixo e dende .5 cara arriba), e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar un 4,5 ou superior.

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 o de desenvolvemento. Tamén poderán solicitarse a realización de traballos escritos (ben sexan a través da AV ou de entrega presencial).

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

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesións, malestares diversos, etc) non pode facer a clase por un período de tempo indeterminado. Intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar (árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado...)

Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas e listas de control específicas.

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. Non obstante, consideramos que dentro desta tipoloxía entran tamén as probas escritas.

Critérios de recuperación:

Para recuperar as UD non superadas:

- Logo de rematar a UD proporanse ao alumnado que non a superou actividades de reforzo e recuperación, que serán supervisadas polo profesorado. Nalgúns casos, segundo as características dos contidos e a situación do alumnado, poderase propor ao mesmo a realización de traballos escritos. No caso de recuperar a UD antes de ter lugar a sesión de avaliación trimestral, para o cálculo da nota desta, terase en conta a nova cualificación. De non superala, quedará pendente de recuperar, sempre e cando o alumnado non supere o trimestre, neste caso a UD darase por superada.

Para recuperar a avaliación trimestral:

- Logo de rematar o trimestre o alumnado que non supere a avaliación, deberá recuperar unicamente as U.Ds que non teña superadas. Para elo, o profesorado propondrá actividades de recuperación ao alumnado que serán supervisadas polo profesorado en sesións de tutoría previa cita ou no remate dalgunha clase. Nalgúns casos, segundo as características dos contidos e a situación do alumnado, poderase propor ao mesmo a realización de traballos escritos.

Para superar a avaliación final extraordinaria:

- O alumnado que logo de facer as recuperacións das avaliacións trimestrais, non recuperou algunha delas, deberá superar nunha proba final extraordinaria con toda a materia do curso. Será unha proba escrita (50%) e outra práctica (50%).

No periodo que comprende os días entre a avaliación ordinaria e a avaliación final extraordinaria, o alumnado que non superase a materia, terá clases para reforzar os contidos do curso e preparar a proba escrita e práctica.

O alumnado que superou a materia, nese periodo terá actividades de ampliación, levando a cabo a práctica de deportes e actividade física para o tempo de lecer, como o coñecemento de deportes alternativos e actividades na natureza e ao aire libre.

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

Para superar as materias pendentes,

O departamento de Educación Física considera que o alumnado que teña a materia pendente de 1º de Bacharelato en 2º curso, deberá realizar unha serie de tarefas e/ou probas tanto teóricas como prácticas propostas polo Xefe do Departamento. No presente curso 2023/-24 non se atopa ningún alumno/-a nesta situación.

Se se producise o caso de ter alumnado nesta situación, as tarefas e/ou probar teórico-prácticas propostas polo Xefe de Departamento serán trimestrais e versarán sobre os contidos e unidades didácticas que se estén a impartir no curso de 1º de Bacharelato, seguindo os criterios de cualificación e avaliación dese curso. O seguimento, reforzo e presentación de tarefas, contidos, probas, etc. a este alumnado será a cargo da xefatura de departamento.

A materia pendente considerarase superada cando, tralos 3 trimestres, o alumno/a teña unha nota media igual ou superior a 4,5 puntos.

6. Medidas de atención á diversidade

Para elaborar este apartado terase en consideración a lexislación vixente: o Artigo 7: Alumnado con necesidades específicas de apoio educativo do Decreto 86/2015 del 25 xuño (LOMCE) e 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 nos que se imparten as ensinanzas establecidas na Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación .

Ao longo do curso e en todas as unidades didácticas 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 e variaranse unha ou dúas veces durante o curso. 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 propóranse diferentes estratexias onde o alumnado ten que colaborar no proceso de enseñanza 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 analizarase 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 unidades didácticas 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 de todas as unidades didácticas 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 que veñen na web (incluídos na programación de orientación) e os documento e información proporcionados 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 diagnosticado con TEA. Neste caso a súa hipotonía e dificultades no control motor suporá a necesidade de medidas de reforzo na materia de educación física. Contarase co apoio da profesora de Pedagogía Terapéutica, especialmente para a avaliación inicial e nas orientacións de medidas a implementar para a súa inclusión dentro das sesións de educación física e un maior aproveitamento do alumno das mesmas.

- 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.
- Alumnado diabético dependente o cal non require ningunha medida especial nas clases de E.F. mentres o alumno se atope nos valores normais de glicosa en sangue. Se isto non é así actuarase acorde as indicacións médicas.
- Alumnado con problemas traumatolóxicos, respectarase 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, lectura de libros e exposición á clase e realización de fichas de traballo e de sesión.
- O alumnado con DEA (dificultade específica de aprendizaxe) ou con dificultades de aprendizaxe nalgunhas partes da materia orientaráselle cara unha práctica sistemática titorizada. Se o caso o requirira deseñaranse plans individualizados de traballo.
- Co alumnado con hipoacusia terase especial atención durante as explicacións, procurando situarse cerca del e no lado onde a súa audición teña menos carencias, se é o caso.

En tódolos casos o alumnado terá que traer o seu material e calzado deportivo para estar na instalación salvo casos moi concretos e xustificados que traerán, no seu lugar, libreta e bolígrafo.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Educación para a paz	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.2 - Educación para a saúde	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.3 - Emprendemento		X		X				
ET.4 - Educación vial								
ET.5 - Educación para a igualdade de sexos	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.6 - Educación ambiental				X				
ET.7 - Educación para o consumidor							X	X
ET.8 - Educación moral e cívica	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9	UD 10	UD 11
ET.1 - Educación para a paz	X	X	X
ET.2 - Educación para a saúde	X	X	X
ET.3 - Emprendemento	X	X	X
ET.4 - Educación vial		X	

	UD 9	UD 10	UD 11
ET.5 - Educación para a igualdade de sexos	X	X	X
ET.6 - Educación ambiental		X	
ET.7 - Educación para o consumidor			
ET.8 - Educación moral e cívica	X	X	X

Observacións:

Os temas transversais forman parte da educación en valores e é conveniente facelos explícitos porque teñen unha incidencia directa sobre a vida cotiá. Estes elementos transversais vanse traballar explícita ou implícitamente en todos.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Orientación	Saída pola contorna da cidade.			X
Representación dunha función colectiva	Aproveitamos o Entroido para facer unha representación do traballado na UD de circo		X	
Saída en bicicleta	Iniciarse no manexo e circulación en bicicleta na cidade			X
Saída xogos tradicionais	Aproveitar a contorna do centro para practicar xogos e deportes tradicionais	X		
Ruta en paddel surf polo Lerez	Coñecer unha nova disciplina na contorna da cidade			X

Observacións:

As actividades complementarias desenvolveranse unha vez rematadas as UDs nas que se desenvolven os contidos.

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
Comprobación de se a estrutura da sesión, organización do espazo, material e distribución do tempo é correcta.
Vendo se o número, duración e nivel de dificultade das actividades son axeitados e resultan interesantes para o alumnado, así coma a súa significatividade para o proceso de ensino-aprendizaxe.

Metodoloxía empregada
As aprendizaxes acadadas polo alumnado.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Análise do uso das TIC dentro da materia.
Medidas de atención á diversidade
Comprobar se se realiza unha correcta adaptación á diversidade.
Clima de traballo na aula
A formación adecuada de grupos e propostas de traballo colaborativo.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Se o proceso de información e comunicación entre o profesorado e o alumnado facilita a aprendizaxe.

Descrición:

A avaliación do proceso de ensino e práctica docente realizarase basicamente a través da observación, análise e reflexión que realiza o profesorado, tendo en conta todos os aspectos mencionados anteriormente

Os instrumentos de recollida de datos e información para facer esta avaliación serán, a título orientativo e non limitante, os seguintes:

- Folla de seguimento da programación.
- Caderno do profesor.
- Opinión do alumnado recabada mediante cuestionarios e/ou comentarios en grupo.
- Análise dos resultados no proceso de aprendizaxe do alumnado.
- Contraste de experiencias para reflexionar sobre a práctica e melloralas.

Considerando que a avaliación debe de ser un instrumento de mellora da nosa labor docente levarase a cabo nos seguintes momentos do curso:

- Ao remate de cada trimestre, momento especialmente interesante para analizar os resultados acadados polo alumnado en función da metodoloxía e actividades empregadas.
- Ao finalizar o curso, coma ferramenta de mellora para o curso seguinte.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

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

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

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.

- 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. Programación didáctica 1º Bacharelato. Educación física

Aquí se presenta a programación didáctica de 1º de bacharelato de educación física para aplicar no curso 2023/24 no IES Sanchez Cantón

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	IES Sánchez Cantón	Pontevedra	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Bacharelato	Anatomía aplicada	1º Bac.	4	140

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	5
4.1. Concrecións metodolóxicas	20
4.2. Materiais e recursos didácticos	21
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	22
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	22
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	24
6. Medidas de atención á diversidade	24
7.1. Concreción dos elementos transversais	25
7.2. Actividades complementarias	26
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	27
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	27
9. Outros apartados	29

1. Introducción

A presente programación didáctica, elaborada para a materia de Anatomía Aplicada de 1ºBAC ten como referencia o Decreto 157/2022, do 15 de setembro, polo que se establecen a ordenación e o currículo do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia,

A materia de Anatomía Aplicada pretende achegar os coñecementos científicos que permitan comprender a estrutura e funcionamento do corpo humano e a súa motricidade en relación coas manifestacións artísticas corporais e coa saúde.

Esta materia integra coñecementos, destrezas e actitudes procedentes de diversas áreas de coñecemento como, por exemplo, a anatomía, a fisioloxía, a biomecánica, a bioquímica, ou as ciencias da actividade física.

Permitirá ao alumnado aumentar a súa comprensión do corpo humano desde o punto de vista biolóxico xeral e tamén mellorar o seu rendemento nas difernetes artes escénicas, tendo en conta a importancia da prevención de procesos patolóxicos relacionados directa e/ou indirectamente co seu corpo

Abrangue as estruturas e as funcións do corpo humano máis relacionadas coa acción motora e o seu rendemento (aparello locomotor, muscular, cardiovascular, de regulación, nervioso, etc.

Os rapaces e rapazas deste curso sitúanse na última etapa de operacións formais onde o individuo vólvese un ser reflexivo, capaz de aprender sistemas abstractos do pensamento que lle permiten usar a lóxica proposicional (inferencia obtida a partir de dúas premisas), o razoamento científico (pensamento hipotético-dedutivo), o razoamento combinatorio (busca de múltiples combinacións) e o razoamento proporcional (cálculo ou estimación de probabilidades) o que lle permite abordar os contidos desta materia, sempre e cando o proceso de ensino e aprendizaxe se axuste as súas necesidades.

Para a elaboración das unidades didácticas que desenvolverá a programación tívose como referencia un currículo que afonda nos coñecementos adquiridos na Educación Secundaria Obrigatoria, especialmente en 3ºESO, na asignatura de Bioloxía.

Neste sentido esta materia céntrase no estudo do corpo humano facendo fincapé na anatomía e fisioloxía, así como das enfermidades máis comúns de cada un dos aparatos e sistemas que integran o organismo, sen esquecer a importancia dos hábitos saudables.

O grupo que recibirá docencia está composto por 3 aulas diferentes, cun total de 52 alumnos e alumnas:

Grupo 1ºA: 14 alumnos e alumnas

Grupo 1ºB-C: 21 alumnos e alumnas

Grupo 1ºF: 28 alumnos e alumnas

Todos teñen idades comprendidas ao inicio do curso entre os 16 e 17 anos.

A docencia repártese entre 2 docentes, un deles imparte os grupos A-B-C (no propio IES Sánchez Cantón) e o outro ó grupo F (que recibe docencia na extensión ubicada no Centro Galego de Tecnificación Deportiva)

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Interpretar e transmitir información e datos científicos argumentando sobre eles con precisión e utilizando diferentes formatos para analizar conceptos, procesos, métodos, experimentos ou resultados relacionados coa anatomía humana.	1-2	1	4	2-3	40			
OBX2 - Localizar e utilizar fontes fiables identificando, seleccionando e organizando a información, avaliándoa criticamente, e contrastando a súa veracidade para resolver preguntas relacionadas coa anatomía humana.	2-3	1	4	1-2-4	40	1		2

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Analizar traballos de investigación ou divulgación relacionados coa anatomía humana comprobando con sentido crítico a súa veracidade e/ou se seguen correctamente os pasos do método científico para avaliar a fiabilidade das súas conclusións.	5	1	2-3-4	1-2	40	2-3	1	
OBX4 - Expor e resolver problemas e cuestións buscando e utilizando as estratexias adecuadas, analizando criticamente as solucións e reformulando o procedemento se fose necesario, para explicar fenómenos relacionados coa anatomía humana.	2		1-2	1-5	50		1	
OBX5 - Analizar criticamente os efectos de determinadas accións sobre a saúde baseándose nos fundamentos da anatomía humana para promover e adoptar hábitos que permitan manter e mellorar a saúde individual e colectiva.	2		2-5	4	20	3-4	1	
OBX6 - Analizar os elementos anatómicos humanos utilizando fundamentos científicos para explicar a súa fisioloxía e relacionar esta coas actividades físicas e artísticas.	1-2	1	2-4	1	20-50		1	2-31-32

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	A organización do corpo humano	Nesta unidade introducimos a anatomía como ciencia, presentarse a terminoloxía anatómica básica (planos, eixos, cavidades, rexións...) e descríbese a organización xeral do corpo humano a través do estudo dos niveis de organizació ,e as funcións vitais.	8	12	X		
2	O sistema óseo	Nesta unidade estúdase a anatomía e fisioloxía do sistema óseo así como tamén as enfermidades máis comúns e hábitos saudables.	8	12	X		
3	O sistema muscular	Nesta unidade abórdase a anatomía e fisioloxía do sistema muscular xunto coas enfermidades e hábitos saudables	8	12	X		
4	O movemento	Nesta unidade trabállase as características das accións motoras	9	12	X		
5	O aparello dixestivo	Nesta unidade estúdase a anatomía e fisioloxía do aparello dixestivo facendo	9	12		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
5	O aparello dixestivo	fincapé no metabolismo. Ademais abórdase as enfermidades máis comúns e a importancia dos hábitos nutricionais para a saúde.	9	12		X	
6	O aparello respiratorio	Nesta unidade estúdase a anatomía e fisioloxía do aparello respiratorio e fonador ao igual que as enfermidades e hábitos saudables.	9	12		X	
7	O aparello circulatorio	Nesta unidade trabállase a anatomía e fisioloxía do aparello circulatorio ademais das enfermidades e hábitos saudables.	9	12		X	
8	O aparello excretor	Esta unidade focaliza o seu estudo na anatomía e fisioloxía do aparello excretor así como tamén as enfermidades máis comúns e hábitos saudables.	9	12		X	
9	O aparello reprodutor	Nesta unidade abórdase a anatomía e fisioloxía do aparello reprodutor analizando as enfermidades e hábitos saudables asociados a dito aparello	8	12			X
10	A coordinación nerviosa	Nesta unidade estúdase a anatomía e fisioloxía do sistema nervioso así como tamén dos órganos sensoriais e o efecto das drogas sobre a saúde.	9	12			X
11	A coordinación hormonal	Nesta unidade trabállase a anatomía e fisioloxía do sistema endócrino xunto coas enfermidades e hábitos saudables	8	10			X
12	A comunicación corporal	Esta unidade céntrase na expresión corporal como linguaxe de comunicación.	6	10			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	A organización do corpo humano	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Identificar e localizar os termos básicos da anatomía humana utilizando diagramas e modelos.	Identificar os termos básicos da anatomía humana	PE	80
CA2.2 - escribir a organización xeral do corpo humano a través da localización dos diferentes tecidos, órganos, aparellos e sistemas, e a identificación das súas funcións.	Identificar as funcións e localizar os tecidos, órganos aparellos e sistemas		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.	Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas en relación a organización do corpo humano	TI	20
CA1.3 - Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos e recursos de aprendizaxe científico.	Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os recursos de aprendizaxe científico.		
CA1.4 - Valorar a ciencia recoñecendo a actividade desenvolvida polas persoas que se dedican a ela e a súa contribución ao avance da sociedade humana en diferentes ámbitos, así como tamén o papel da muller nela.	Valorar a ciencia recoñecendo a súa contribución ao avance da sociedade humana		
CA2.3 - Interpretar e comprender a evolución dos canons de beleza ao longo da historia e a súa influencia na sociedade.	Recoñecer os canons de beleza ao longo da historia		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Metodoloxía científica de traballo na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas. - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - Valoración da ciencia e da actividade desenvolvida polas persoas que se dedican a ela e recoñecemento da súa contribución aos distintos ámbitos do saber humano e no avance e a mellora da sociedade. O papel da muller. - Terminoloxía básica da anatomía humana. - Planos e cortes anatómicos. Posición e dirección. - Rexións e cavidades do corpo humano. - Niveis de organización do corpo humano. - As células - Os tecidos. - Os órganos, aparellos e sistemas. - Funcións vitais. - Os canons de beleza ao longo da historia.

UD	Título da UD	Duración
2	O sistema óseo	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA7.1.1. - Localizar e diferenciar os compoñentes do sistema óseo empregando diagramas e modelos.	Localizar os compoñentes do sistema óseo	PE	80
CA7.2.1. - Explicar a fisioloxía do sistema óseo a través da función de ósos e articulacións.	Recoñecer a fisioloxía do sistema óseo		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar proxectos con respecto ao sistema óseo (por exemplo en relación a unha enfermidade)	TI	20
CA7.3.1. - Identificar as principais enfermidades e lesións do sistema óseo recoñecendo e valorando os hábitos e costumes saudables, tanto na vida cotiá como na práctica de actividade física.	Identificar as principais enfermidades e lesións do sistema óseo		
CA7.1 - Localizar e diferenciar os compoñentes do aparello locomotor empregando diagramas e modelos.		Baleiro	0
CA7.2 - Explicar a fisioloxía do aparello locomotor a través da función de músculos, ósos e articulacións.			
CA7.3 - Identificar as principais enfermidades e lesións do aparello locomotor recoñecendo e valorando os hábitos e costumes saudables, tanto na vida cotiá como na práctica de actividade física.			

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - Aparello locomotor. Os músculos, os ósos e as articulacións. - Anatomía e fisioloxía. - Enfermidades e lesións do aparello locomotor. - Hábitos e costumes saudables. A hixiene postural. - Importancia do quecemento e da recuperación na práctica de actividade física

UD	Título da UD	Duración
3	O sistema muscular	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA7.1.2. - Localizar e diferenciar os compoñentes do sistema muscular empregando diagramas e modelos.	Localizar os compoñentes do sistema muscular	PE	80
CA7.2.2. - Explicar a fisioloxía do sistema muscular a través da función de músculos.	Recoñecer a fisioloxía do sistema muscular		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar un proxecto en relación ao sistema muscular	TI	20
CA7.3.2. - Identificar as principais enfermidades e lesións do sistema muscular recoñecendo e valorando os hábitos e costumes saudables, tanto na vida cotiá como na práctica de actividade física.	Identificar as principais enfermidades e lesións do sistema muscular		
CA7.1 - Localizar e diferenciar os compoñentes do aparello locomotor empregando diagramas e modelos.		Baleiro	0
CA7.2 - Explicar a fisioloxía do aparello locomotor a través da función de músculos, ósos e articulacións.			
CA7.3 - Identificar as principais enfermidades e lesións do aparello locomotor recoñecendo e valorando os hábitos e costumes saudables, tanto na vida cotiá como na práctica de actividade física.			

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - Aparello locomotor. Os músculos, os ósos e as articulacións. - Anatomía e fisioloxía. - Enfermidades e lesións do aparello locomotor. - Hábitos e costumes saudables. A hixiene postural. - Importancia do quecemento e da recuperación na práctica de actividade física

UD	Título da UD	Duración
4	O movemento	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA7.4 - Comprender a biomecánica humana relacionándoa coas súas aplicacións.	Comprender a biomecánica humana	PE	80
CA7.5 - Describir as características da execución das accións motoras empregando os termos e elementos do movemento e relacionándoa coa finalidade expresiva das actividades artísticas.	Describir as características da execución das accións motoras		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar un proxecto relacionado co movemento	TI	20

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - O movemento. - Termos e elementos do movemento. - Características da execución das accións motoras. - Biomecánica humana e as súas aplicacións. - O movemento como ferramenta artístico-expresiva.

UD	Título da UD	Duración
5	O aparello dixestivo	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Recoñecer os procesos de dixestión e absorción de alimentos e nutrientes explicando as estruturas orgánicas implicadas en cada un.	Identificar os procesos de dixestión e absorción de alimentos e nutrientes	PE	80
CA3.2 - Reflexionar sobre a importancia da alimentación e da nutrición para o bo funcionamento do organismo recoñecendo as súas diferenzas e funcións básicas.	Recoñecer a importancia da alimentación e da nutrición para o bo funcionamento do organismo		
CA3.5 - Identificar e diferenciar os procesos que comprende o metabolismo aeróbico e anaeróbico establecendo os mecanismos enerxéticos que interveñen na acción motora, co fin de xestionar a enerxía e mellorar a eficiencia da acción.	Identificar os procesos que comprende o metabolismo aeróbico e anaeróbico		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar un proxecto relacionado co aparello dixestivo (por exemplo un proxecto dirixido a valoración da dieta propia e propostas de mellora)	TI	20
CA3.3 - Valorar os hábitos nutricionais que inciden favorablemente na saúde relacionando os tipos de dietas co balance enerxético establecido segundo as actividades realizadas.	Valorar os hábitos nutricionais que inciden favorablemente na saúde		
CA3.4 - Identificar os trastornos alimenticios máis comúns e os efectos que teñen sobre a saúde, analizando os factores sociais que conducen á aparición dos mesmos.	Identificar os trastornos alimenticios máis comúns e os efectos que teñen sobre a saúde		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - O aparello dixestivo. - Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía. - Alimentación e nutrición. Tipos de nutrientes e de alimentos. - Dieta equilibrada e a súa relación coa saúde. Balance enerxético. - Pautas saudables de alimentación en función da actividade realizada. - Trastornos do comportamento nutricional: dietas restritivas, anorexia e bulimia. - Factores sociais e derivados da propia actividade física e artística que conducen á aparición de distintos tipos de trastorno do comportamento nutricional. - Metabolismo humano.

Contidos
- Principais vías metabólicas de obtención de enerxía. Metabolismo aeróbico e anaeróbico.
- Metabolismo enerxético e actividade física.

UD	Título da UD	Duración
6	O aparello respiratorio	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1.2. - Recoñecer as características xerais dos aparellos respiratorio e fonador e describir a anatomía e función dos distintos órganos que conforman ditos aparellos empregando diferentes soportes e recursos	Recoñecer as características xerais dos aparellos respiratorio e fonador e identificar a anatomía e función dos distintos órganos que conforman ditos aparellos	PE	80
CA4.3 - Explicar os movementos respiratorios de inspiración e expiración distinguindo os órganos e estruturas implicadas.	Recoñecer os movementos respiratorios de inspiración e expiración		
CA1.1 - Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.	Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o aparello respiratorio	TI	20
CA1.3 - Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos e recursos de aprendizaxe científico.	Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos		
CA4.4.2. - Analizar as enfermidades máis comúns dos aparellos respiratorio e fonador relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos	Identificar as enfermidades máis comúns dos aparellos respiratorio e fonador		
CA4.5.2. - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados cos aparellos respiratorio e fonador localizando, seleccionando e organizando a información.	Recoñecer a importancia de hábitos saudables relacionados cos aparellos respiratorio e fonador	Baleiro	0
CA4.1 - Recoñecer as características xerais dos aparellos circulatorio, respiratorio e fonador e describir a anatomía e función dos distintos órganos que conforman ditos aparellos empregando diferentes soportes e recursos.			
CA4.4 - Analizar as enfermidades máis comúns dos aparellos circulatorio, respiratorio e fonador relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.			
CA4.5 - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados cos aparellos circulatorio, respiratorio e fonador localizando, seleccionando e organizando a información.			

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

Contidos

- Metodoloxía científica de traballo na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.
- Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe.
- Formulación de hipóteses e preguntas.
- Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información.
- Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros).
- Linguaxe científica: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos.
- Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente.
- O aparello respiratorio.
- Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía.
- O proceso respiratorio.
- Coordinación da respiración co movemento corporal e a súa intensidade.
- Enfermidades e hábitos saudables.
- O aparello fonador.
- Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía.
- Enfermidades e hábitos saudables.

UD	Título da UD	Duración
7	O aparello circulatorio	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1.1. - Recoñecer as características xerais do aparello circulatorio e describir a anatomía e función dos distintos órganos que conforman dito aparello empregando diferentes soportes e recursos	Recoñecer as características xerais do aparello circulatorio e identificar a anatomía e función dos distintos órganos que conforman dito aparello	PE	80
CA4.2 - Explicar o percorrido do sangue na circulación maior e menor identificando as estruturas implicadas en imaxes en diferentes formatos, e valorando os parámetros de saúde cardiovascular.	Recoñecer o percorrido do sangue na circulación maior e menor		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.	Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o aparello circulatorio (por exemplo a disección dun corazón como actividade práctica)	TI	20
CA1.3 - Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos e recursos de aprendizaxe científico.	Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos		
CA4.4.1. - Analizar as enfermidades máis comúns do aparello circulatorio relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.	Identificar as enfermidades máis comúns do aparello circulatorio		
CA4.5.1. - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionado co aparello circulatorio localizando, seleccionando e organizando a información.	Recoñecer a importancia de hábitos saudables relacionado co aparello circulatorio		
CA4.1 - Recoñecer as características xerais dos aparellos circulatorio, respiratorio e fonador e describir a anatomía e función dos distintos órganos que conforman ditos aparellos empregando diferentes soportes e recursos.		Baleiro	0
CA4.4 - Analizar as enfermidades máis comúns dos aparellos circulatorio, respiratorio e fonador relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.			
CA4.5 - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados cos aparellos circulatorio, respiratorio e fonador localizando, seleccionando e organizando a información.			

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Metodoloxía científica de traballo na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas. - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Formulación de hipóteses e preguntas. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - O aparello circulatorio. - Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía. - A circulación. - Parámetros de saúde cardiovascular.

Contidos
- Enfermidades e hábitos saudables.

UD	Título da UD	Duración
8	O aparello excretor	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1.1. - Describir a anatomía e identificar a función das distintas partes do aparello excretor empregando diferentes soportes e recursos	Identificar a anatomía e a función das distintas partes do aparello excretor	PE	85
CA5.3.1. - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co aparello excretor localizando, seleccionado e organizando a información.	Recoñecer a importancia de hábitos saudables relacionado co aparello excretor		
CA1.1 - Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.	Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o aparello excretor	TI	15
CA1.3 - Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos e recursos de aprendizaxe científico.	Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos		
CA5.2.1. - Analizar as enfermidades máis comúns do aparello excretor relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.	Identificar as enfermidades máis comúns do aparello excreto		
CA5.1 - Describir a anatomía e identificar a función das distintas partes do aparello excretor e reprodutor empregando diferentes soportes e recursos.		Baleiro	0
CA5.2 - Analizar as enfermidades máis comúns dos aparellos excretor e reprodutor relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.			
CA5.3 - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co aparello excretor e reprodutor localizando, seleccionado e organizando a información.			

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

Contidos
- Metodoloxía científica de traballo na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.
- Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe.
- Formulación de hipóteses e preguntas.
- Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - O aparello excretor. - Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía. - Enfermidades e hábitos saudables.

UD	Título da UD	Duración
9	O aparello reprodutor	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1.2. - Describir a anatomía e identificar a función das distintas partes do aparello reprodutor empregando diferentes soportes e recursos	Identificar a anatomía e función das distintas partes do aparello reprodutor	PE	80
CA5.3.2. - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co aparello reprodutor localizando, seleccionado e organizando a información.	Recoñecer a importancia de hábitos saudables relacionado co aparello reprodutor		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar un proxecto relacionado co aparello reprodutor	TI	20
CA5.2.2. - Analizar as enfermidades máis comúns do aparello reprodutor relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.	Identificar as enfermidades máis comúns do aparello reprodutor		
CA5.1 - Describir a anatomía e identificar a función das distintas partes do aparello excretor e reprodutor empregando diferentes soportes e recursos.		Baleiro	0
CA5.2 - Analizar as enfermidades máis comúns dos aparellos excretor e reprodutor relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.			
CA5.3 - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co aparello excretor e reprodutor localizando, seleccionado e organizando a información.			

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe.

Contidos

- Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información.
- Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros).
- Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos.
- Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente.
- O aparello reprodutor.
- Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía.
- Enfermidades e hábitos saudables.

UD	Título da UD	Duración
10	A coordinación nerviosa	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Valorar a ciencia recoñecendo a actividade desenvolvida polas persoas que se dedican a ela e a súa contribución ao avance da sociedade humana en diferentes ámbitos, así como tamén o papel da muller nela.	Valorar a ciencia recoñecendo a actividade desenvolvida polas persoas e a súa contribución ao avance da sociedade humana (por exemplo as achegas de Ramón y Cajal ao sistema nervioso)	PE	80
CA6.1.1. - Valorar o sistema nervioso como responsable da coordinación e regulación xeral do organismo recoñecendo as súas características xerais.	Identificar as características xerais do sistema nervioso		
CA6.2.1. - Describir a anatomía e función das partes dos órganos sensoriais, dos compoñentes do sistema nervioso empregando diferentes soportes e recursos.	Distinguir a anatomía e función das partes dos órganos sensoriais e dos compoñentes do sistema nervioso		
CA6.3 - Diferenciar os movementos reflexos e voluntarios relacionándoos cos órganos implicados en cada un utilizando esquemas ou debuxos.	Identificar os movementos reflexos e voluntarios		
CA6.6.1. - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co sistema nervioso localizando, seleccionando e organizando a información.	Recoñecer a importancia de hábitos saudables relacionado co sistema nervioso		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar un proxecto relacionado co sistema nervioso	TI	20
CA6.5.1. - Analizar as enfermidades máis comúns do sistema nervioso relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos e recoñecendo os efectos das drogas sobre o sistema nervioso así como a súa prevención.	Identificar as enfermidades máis comúns dos sistemas nervioso		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Valorar os sistemas nervioso e endócrino como responsables da coordinación e regulación xeral do organismo recoñecendo as características xerais de cada un deles.		Baleiro	0
CA6.2 - Describir a anatomía e función das partes dos órganos sensoriais, dos compoñentes do sistema nervioso e das glándulas do sistema endócrino empregando diferentes soportes e recursos.			
CA6.5 - Analizar as enfermidades máis comúns dos sistemas nervioso e endócrino relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos e recoñecendo os efectos das drogas sobre o sistema nervioso así como a súa prevención.			
CA6.6 - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables localizados co sistemas nervioso e endócrino localizando, seleccionado e organizando a información.			

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente. - O sistema nervioso. - Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía. - Os órganos sensoriais. Anatomía e fisioloxía. - Movementos reflexos e voluntarios. - Enfermidades e hábitos saudables. - Drogas legais e ilegais. Prevención e efectos sobre a saúde.

UD	Título da UD	Duración
11	A coordinación hormonal	10

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1.2. - Valorar o sistema endócrino como responsable da coordinación e regulación xeral do organismo recoñecendo as súas características xerais	Identificar as características xerais do sistema endócrino	PE	80
CA6.2.2. - Describir a anatomía e función das glándulas do sistema endócrino empregando diferentes soportes e recursos.	Distinguir a anatomía e función das glándulas do sistema endócrino		
CA6.4 - Diferenciar as funcións de cada glándula endócrina localizando cada unha delas e empregando diferentes soportes e recursos.	Identificar as funcións de cada glándula endócrina		
CA6.6.2. - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co sistema endócrino localizando, seleccionado e organizando a información.	Recoñecer a importancia de hábitos saudables relacionados co sistema endócrino		
CA1.2 - Elaborar proxectos utilizando as estratexias adecuadas tanto no seu procedemento de traballo como na comunicación de procesos e resultados.	Elaborar un proxecto en relación ao sistema endócrino	TI	20
CA6.5.2. - Analizar as enfermidades máis comúns do sistema endócrino relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos.	Identificar as enfermidades máis comúns do sistema endócrino		
CA6.1 - Valorar os sistemas nervioso e endócrino como responsables da coordinación e regulación xeral do organismo recoñecendo as características xerais de cada un deles.		Baleiro	0
CA6.2 - Describir a anatomía e función das partes dos órganos sensoriais, dos compoñentes do sistema nervioso e das glándulas do sistema endócrino empregando diferentes soportes e recursos.			
CA6.5 - Analizar as enfermidades máis comúns dos sistemas nervioso e endócrino relacionándoas coas súas causas, síntomas e tratamentos e recoñecendo os efectos das drogas sobre o sistema nervioso así como a súa prevención.			
CA6.6 - Reflexionar sobre a importancia de hábitos saudables relacionados co sistemas nervioso e endócrino localizando, seleccionado e organizando a información.			

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - O sistema endócrino. - Características xerais, estrutura anatómica e fisioloxía. - A función hormonal. - Enfermidades e hábitos saudables.

UD	Título da UD	Duración
12	A comunicación corporal	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA8.1 - Recoñecer as características principais da motricidade humana poñendo de manifesto o seu papel no desenvolvemento persoal e social.	Recoñecer as características principais da motricidade humana	PE	80
CA8.3 - Identificar as diferentes formas de expresión corporal recoñecendo a capacidade do corpo para manifestarse cunha linguaxe propia como fonte de desenvolvemento creativo.	Identificar as diferentes formas de expresión corporal		
CA1.1 - Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas.	Utilizar a metodoloxía científica na resolución de problemas sobre as actividades artísticas.	TI	20
CA1.3 - Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos e recursos de aprendizaxe científico.	Utilizar de forma segura e respectuosa co medio natural os espazos		
CA8.2 - Comunicarse corporalmente adquirindo a conciencia do corpo e do espazo a través do movemento, da utilización de elementos rítmicos, obxectos e con focos expresivos.	Comunicarse corporalmente adquirindo a conciencia do corpo e do espazo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Metodoloxía científica de traballo na resolución de problemas sobre o funcionamento do corpo humano, a saúde, a motricidade e as actividades artísticas. - Estratexias para a elaboración de proxectos e de comunicación no proceso de aprendizaxe. - Formulación de hipóteses e preguntas. - Procura, recoñecemento e utilización de fontes fiables de información. - Comunicación de procesos e resultados con vocabulario científico a través de ferramentas dixitais e formatos de uso frecuente (presentación, gráfica, vídeo, póster, informe e outros). - Linguaxe científico: interpretación, produción e comunicación eficaz de información de carácter científico no contexto académico en diferentes formatos. - Espazos e recursos de aprendizaxe científico (como o laboratorio e os espazos virtuais): utilización adecuada, que

Contidos

- asegure a conservación da saúde propia e a comunitaria, a seguridade e o respecto ao medio ambiente.
- Características da motricidade humana. Achegas das actividades físicas e artísticas no desenvolvemento persoal e da sociedade.
- Toma de conciencia do corpo e do espazo. Movemento e elementos rítmicos. Focos expresivos do corpo.
- Formas de expresión corporal e fontes de desenvolvemento creativo.

4.1. Concrecións metodolóxicas

No bacharelato, dadas as características do alumnado en canto á súa madurez intelectual, é posible aumentar a autonomía na aprendizaxe respecto a cursos anteriores. Dita autonomía non significa que os estudantes traballen unicamente de xeito individual, senón que poderán facelo en pequenos grupos, desenvolvendo actitudes de cooperación entre eles.

As propostas pedagóxicas elaboraranse tendo en conta a atención á diversidade e os diferentes ritmos de aprendizaxe e a metodoloxía didáctica será activa, potenciadora da aprendizaxe construtiva favorecendo a capacidade de aprender por si mesmos, promovendo o traballo cooperativo e aplicando os métodos apropiados de investigación subliñando a relación dos aspectos teóricos coas súas aplicacións prácticas. É por iso que utilizarase estratexias didácticas variadas, que combinen, dun xeito en que cada docente considere máis apropiada, as estratexias expositivas acompañadas de actividades de aplicación e as estratexias de indagación.

PRINCIPIOS PEDAGÓXICOS

No proceso de ensinanza e aprendizaxe han de asegurarse distintos tipos de aprendizaxe:

1º: Aprendizaxe significativa: partindo dos coñecementos previos, os alumnos e alumnas han de ser capaces de aprender a aprender, adquirindo unha serie de coñecementos, habilidades e actitudes para poder establecer relacións entre a materia e a súa propia realidade.

2º: Aprendizaxe funcional: os novos contidos deberán ser aplicados en diferentes contextos cando os estudantes o precisen.

3º: Aprendizaxe cooperativa: traballar a materia en grupo, no laboratorio, no desenvolvemento de proxectos de investigación ou mediante debates favorecerá o interese pola mesma e axuda ao estudante no seu perfeccionamento persoal e social.

4º: Aprendizaxe mediante o emprego das TICs: coa utilización de Internet, de vídeos divulgativos e do encerado dixital, que será utilizado como recurso

Baseándonos no anterior, e co fin de desenvolver as capacidades que os obxectivos de bacharelato requiren propóñense as seguintes estratexias metodolóxicas:

- Crear na aula un clima que favoreza as aprendizaxes significativas, que desenvolva o interese pola materia e os seus estudos posteriores, e que permita a comunicación e o intercambio de saberes e experiencias na aula como base para o desenvolvemento integral como persoas.

- Propiciar a construción dunha imaxe da ciencia, e en particular da anatomía, non estática, entendendo que a provisionalidade das súas conclusións e teorías é unha das súas características fundamentais.

- Ter en conta as ideas previas do alumnado para o deseño e a secuencia de actividades, e facilitar a construción de aprendizaxes cooperativas que propicien o cambio conceptual, metodolóxico e actitudinal.

- Propoñer actividades que poñan de manifesto a correlación entre os fenómenos estudados na aula e os da vida cotiá, mediante análise de situacións concretas, comentarios de novas de actualidade ou realizando saídas didácticas, combinadas con informes ou traballos específicos utilizando diferentes formatos.

- Favorecer o uso das tecnoloxías da información e a comunicación valorando a súa importancia na sociedade actual e propiciando a súa integración na aula.

TIPOS DE ACTIVIDADES

Realizaranse actividades diversas de acordo coa seguinte secuencia didáctica:

- Actividades de iniciación: necesarias para coñecer as ideas previas do alumnado sobre os contidos que se van tratar con posterioridade; para que os alumnos e alumnas recorden coñecementos e comprobén que estes deben ser

ampliados e transformalos e para dispoñelos favorablemente para a aprendizaxe.

-Actividades de desenvolvemento e estruturación: serven para que o alumnado tome contacto, poña en práctica e asimile os contidos, compare os coñecementos anteriores cos novos e para que incorpore os novos contidos á súa experiencia persoal.

-Actividades de aplicación e afondamento: necesarias para que os estudantes amplíen e apliquen as novas situacións e contextos os coñecementos adquiridos.

-Actividades de consolidación e síntese: para dar solidez e firmeza ao aprendido.

-Actividades de reforzo: para aqueles estudantes que non progresan adecuadamente.

-Actividades específicas de avaliación que serven para comprobar o grao de aprendizaxe logrado polos alumnos e alumnas e para detectar erros, inexactitudes e dificultades nos coñecementos adquiridos e para reforzar aprendizaxes

- Actividades entre a avaliación final e extraordinaria: actividades de síntese, resumo, pesquisa e explicación dos contidos que o alumnado precise traballar en maior medida, para afrontar a proba de recuperación extraordinaria.

DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES

O fío condutor que se seguirá á hora de desenvolver as distintas unidades didácticas será o seguinte:

a) Introducción á unidade didáctica.

b) Análise dos coñecementos previos do alumnado.

c) Desenvolvemento da unidade a través de diferentes tarefas e actividades.

d) Resumo e síntese dos contidos da unidade.

TIPOS DE AGRUPAMENTOS

As diversas formas de agrupamento que se utilizarán, divídense en tres tipos:

- Gran grupo.

- Equipos de traballo cooperativo (por parellas ou máis)

- Traballo individual.

CONTRIBUCIÓN A PLANS E PROXECTOS

Preténdese realizar unha adecuada contribución ao Plan Lector do Centro, coa proposta de lectura voluntaria de distintos libros ou capítulos relacionados coa materia, así como coa lecturas de artigos xornalísticos e textos do libro do estudante. Así mesmo, contribuírase ao Plan TICs coa utilización de diferentes recursos (proxección de vídeos, simulacións, presentacións, avaliacións interactivas, kahoots...).

A materia tamén deberá contribuír a outros plans incluídos no Proxecto Educativo do centro como o Plan de Actividades do Departamento de Orientación, o Plan de Acción Titorial, o Plan de Atención á Diversidade ou o Proxecto Lingüístico de Centro, tendo presente en todo momento a Programación Xeral Anual que se redactou ao inicio de curso.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Anatomía Aplicada 1º Bachillerato (Editorial Anaya)
Aula virtual da materia
Aula (mobiliario, equipamento e materiais propios)
Laboratorio (instrumental e materias propios)
Libros e artigos de divulgación científica
Tratados e láminas de Anatomía
Modelos anatómicos (esqueleto humano,...)

Materiais audiovisuais: vídeos didácticos, documentais...

Actividades de iniciación, desenvolvemento, estruturación, aplicación, afondamento, consolidación, síntese, reforzo e específicas de avaliación.

O espazo habitual no que se desenvolverán as sesións consiste nunha aula convenientemente equipada cun encerado dixital e proxector e outro tradicional, dispoñendo o alumnado de pupitres individuais, o que facilitará os necesarios cambios na súa distribución para o traballo en parellas ou grupal.

O espazo empregado para as clases prácticas, de ser o caso, será o laboratorio de bioloxía e de xeoloxía, dotado do instrumental e materiais presentes de xeito habitual nun laboratorio escolar.

En relación ás ferramentas que centrarán o traballo do alumnado na aula, as principais serán a aula virtual (con todas as presentacións power point creadas polo docente sobre cada unidade didáctica) e outros materiais que formen parte dos contidos da aula virtual da materia, como textos, vídeos, resumos, seleccionados e aportados polo docente. O libro de texto non será obrigatorio, pero recoméndase no caso de que o alumnado queira profundizar máis nalgún aspecto concreto da materia.

Na aula virtual o docente colgará material para o alumnado que por razóns xustificadas non asista de forma prolongada ao centro (algo habitual no alumnado de 1ºF que estuda na sección integrada no Centro Galego de Tecnificación Deportiva, debido ás competicións deportivas nas que participan).

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial permítenos coñecer e valorar o punto de partida do estudante e así atopar as dificultades de aprendizaxe do alumnado e as súas carencias, para así adoptar posteriormente as medidas de reforzo educativo que se consideren máis axeitadas.

Ao inicio de curso, nas primeiras sesións, realizarase unha proba inicial baseada en competencias e contidos necesarios para enfrontar a materia. O seu obxectivo é facilitar información sobre distintos aspectos do alumnado, tales como o seu coñecemento das destrezas da materia así como posibles dificultades de aprendizaxe ou capacidades por riba da media do grupo. Dita información servirá para programar as adaptacións precisas, así como as actividades de reforzo e ampliación no caso de ser necesarias.

Os resultados da avaliación inicial formarán parte da orde do día dunha reunión dos membros do Departamento de Bioloxía e Xeoloxía e as conclusións obtidas a partir da súa análise quedarán reflectidas no caderno do profesorado e na acta da reunión do Departamento.

Os resultados de dita proba daranse a coñecer tamén a xefatura de estudos que, xunto co Departamento de Orientación levarán a cabo as medidas pertinentes

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	8	8	9	9	9	9	9	8	9
Proba escrita	80	80	80	80	80	80	80	85	80	80
Táboa de indicadores	20	20	20	20	20	20	20	15	20	20

Unidade didáctica	UD 11	UD 12	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	8	6	100
Proba escrita	80	80	80
Táboa de indicadores	20	20	20

Criterios de cualificación:

Para obter a nota de cada avaliación usaranse as seguintes ferramentas de cualificación:

- 1.- Probas escritas: cada avaliación haberá unha ou dúas probas escritas. A media aritmética de estas probas será o 80% de cada avaliación.
- 2.- Actividades de aula cuxo peso na nota de cada avaliación será do 20%. Estas actividades poden incluír:
 - probas tipo test;
 - traballos para exposición, tanto individuais como colectivos;
 - resposta oral a preguntas formuladas polo profesor;
 - boletín de actividades

As producións do alumnado serán valoradas tanto pola súa entrega en tempo e forma, como polo grao de consecución dos requerimentos especificados en cada tarefa.

O uso de material ilícito nunha proba escrita -tel. móbil, texto escrito non permitido, etc.- implicará que o resultado desa proba escrita é igual a cero.

A nota de cada avaliación que aparecerá no XADE será a nota aproximada á unidade inmediatamente superior cando os decimais sexan de 0,5 para arriba arriba (un 4,5 aproximarase a un 5, etc.), pero conservarase a nota cos decimais para o cálculo da nota final da convocatoria ordinaria do curso.

SUPERACIÓN DA MATERIA

A NOTA FINAL DA CONVOCATORIA ORDINARIA será a media aritmética das notas das tres avaliacións. Os decimais aproxímanse à unidade superior de 0,5 para arriba (un 4,5 aproximarase a un 5, etc.).

Para aprobar a materia na convocatoria ordinaria a nota final debe ser igual ou superior a 5.

Criterios de recuperación:

RECUPERACIÓN CONVOCATORIA ORDINARIA

O alumnado cuxa nota media final na convocatoria ordinaria non alcance o 5 poderá presentarse a unha PROBA ESCRITA GLOBAL, que se celebrará antes da celebración da xunta da avaliación final ordinaria. Esta proba estará dividida en tres partes, correspondentes a cada unha das 3 avaliacións e se deberá contestar obrigatoriamente ás cuestións das avaliacións suspensas e opcionalmente as cuestións das avaliacións aprobadas. A nota final será a media aritmética de tres notas: a nota da parte ou partes correspondente ás avaliacións contestadas nesta proba global e a nota da avaliación ou avaliacións non contestadas nesta proba global -cuxa nota se conservará incluíndo decimais e sen aproximación.

A esta mesma PROBA ESCRITA GLOBAL tamén se poderán presentar aqueles alumnos que, tendo aprobado as tres avaliacións e una media igual ou superior a 5, desexen subir a nota de algunha ou algunha das avaliacións, a escolla é libre. A nota final será a media aritmética de tres notas: a nota da parte ou partes correspondente ás avaliacións contestadas nesta proba global e a nota da avaliación ou avaliacións non contestadas nesta proba global -cuxa nota se conservará incluíndo decimais e sen aproximación.

RECUPERACIÓN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

O alumnado que ao final do período ordinario non supere a materia deberá presentarse a unha proba escrita extraordinaria cos contidos de todo o curso no mes de xuño nas datas fixadas polo Departamento de Bioloxía e Xeoloxía e a Xefatura de estudos.

A cualificación nesta convocatoria final extraordinaria será 100% do resultado de dita proba escrita.

A materia estará superada cunha nota igual ou superior a 5. Nos casos nos que o alumnado obteña na nota final unha cualificación con decimais seguirase o mesmo criterio que o descrito na cualificación da convocatoria ordinaria.

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

Cando o alumnado pase o 2º Bach coa materia de Anatomía Aplicada de 1º Bach non superada deberá facer as seguintes probas

Primer examen parcial da materia do curso:50%

Segundo examen parcial da materia do curso:50%

Nota final : Media das notas parciais si ésta e igual ou superior a cinco.

Si a media e inferior a cinco:

Examen final de toda a materia:100%

O profesorado do curso que imparta a materia ó alumnado será o encargado de notificar a este e as súas familias as datas dos exames de pendentes así como das avaliacións correspondentes, coa supervisión do xefe do departamento e a titorización do xefe de estudos.

Tamén será o encargado de comunicar ó alumnado pendente os bloques de contidos de cada exame parcial, resolver as dúbidas que en relación coa materia poda prantexar o alumnado e entregar actividades relacionadas que sirvan de orientación o alumnado para a realización da proba.

Nos cursos nos que non imparta docencia directa o profesorado do departamento de bioloxía será o xefe do departamento quen asuma o seguimento directo do alumnado pendente

A avaliación da materia pendente é totalmente independente da materia do propio curso, polo cal convén ter moi claro que a superación desta última non implica unha avaliación automática positiva da materia pendente

6. Medidas de atención á diversidade

No bacharelato, etapa na que as diferenzas persoais en capacidades específicas e intereses están a miúdo bastante definidas, a organización da ensinanza permite que o propio alumnado resolva esta diversidade mediante a elección de modalidades e optativas como é, por exemplo, esta materia que nos ocupa.

Sen embargo, consideramos conveniente dar resposta, xa desde as mesmas materias, a un feito corroborado: a diversidade dos estudantes que manifestan en intereses, motivacións, capacidades e estilos de aprendizaxe. Polo tanto é preciso ter en conta os estilos diferentes de aprendizaxe dos escolares e adoptar medidas oportunas para afrontar esta diversidade (estudantes reflexivos, impulsivos, analíticos, sintéticos..).

Dar resposta a esta diversidade é difícil pois a intención última de todo proceso educativo é lograr que o alumnado acadese os obxectivos propostos.

No contexto específico do noso grupo, a pesar de contar con ACNEAE e ANEE, non será necesaria a adopción de medidas extraordinarias e/o adaptacións curriculares significativas. Aínda así, prevense algunhas das posibles medidas que se poderían adoptar segundo o perfil de alumnado o noso grupo e seguindo as recomendacións do departamento de orientación do centro.

No caso da atención a diversidade a nivel global, debe terse en conta o seguinte:

1. A diversidade na programación:

- contidos nos que o alumnado conseguen rendementos diferentes, polo que as actividades e os métodos de traballo deberán adaptarse ao grupo.

- grao de complexidade ou a profundidade, para isto se organizaran actividades de reforzo e de ampliación segundo as necesidades, desta maneira poderán traballar sobre un mesmo contido alumnado de distintas necesidades

- non todo o alumnado progresa á mesma velocidade nin coa mesma profundidade, polo que a programación ten uns graos mínimos que o alumnado debe acadar ao termino da etapa.

2. A diversidade na metodoloxía:

- implica que o profesorado detecte os coñecementos previos, para proporcionar axuda cando se detecte unha lagoa anterior.

- debe procurarse que os contidos novos estean vinculados cos anteriores e sexan os adecuados co nivel cognitivo

-debe intentarse que a comprensión de cada contido sexa suficiente para que o alumnado poida facer una mínima

aplicación deste, e poidan enlazar con outros

3. A diversidade nos materiais utilizados:

Os libros de texto estarán adaptados o proceso de ensino aprendizaxe do alumnado. O profesorado pode recomendar texto ou facer uso doutros materiais adaptados en cada caso.

- LIBRO DE TEXTO : ed. ANAYA
- AULA VIRTUAL: Artigos Internet
- POWER-POINT/ PDF/VIDEOS/RESUMOS/DOCUMENTOS DE ELABORACIÓN PROPIA celeste. Aparatos de medida. Produtos químicos...)
- Fotografías e debuxos de células, animais, vexetais, virus, fórmulas etc.
- Libros de apoio do departamento de Bioloxía e Xeoloxía
- Bibliografía de consulta na aula e na biblioteca do centro
- Uso de materiais que dan as editoriais dos libros de texto
- Video conferencia Webex

4. A diversidade no ritmo de aula:

A nivel xeral, podemos clasificar ao noso alumnado en 3 grupos: aquel que segue o ritmo de aprendizaxe prevista, os que van a un ritmo menor (reforzo) e os que van a un ritmo máis rápido (ampliación). Para atendelos, créanse medidas de atención á diversidade (MAD), de tipo ordinario, é dicir, sen alteración significativa dos elementos do currículo.

Os instrumentos que se utilizarán para atender a diversidade:

- Diferentes metodoloxías
- Variedade de actividades de reforzo e afondamento
- Variados procedementos de avaliación
- Diversidade de mecanismos de recuperación
- Traballo en grupos pequenos
- Traballos voluntarios

Estes instrumentos poderanse completar con outra medidas como: favorecer a existencia dun bo clima de aprendizaxe na aula, insistir nos reforzos positivos para mellorar a autoestima e aproveitar as actividades fóra da aula para lograr una boa cohesión e integración do grupo.

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 da lectura	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.2 - Expresión oral e escrita	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.3 - Comunicación audiovisual	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Competencia dixital	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Emprendemento social e empresarial	X							
ET.6 - Fomento do espírito crítico e científico	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.7 - Educación emocional e en valores	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.8 - Igualdade de xénero	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - Creatividade	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9	UD 10	UD 11	UD 12
ET.1 - Comprensión da lectura	X	X	X	X
ET.2 - Expresión oral e escrita	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
ET.6 - Fomento do espírito crítico e científico	X	X	X	X
ET.7 - Educación emocional e en valores	X	X	X	X
ET.8 - Igualdade de xénero	X	X	X	X
ET.9 - Creatividade	X	X	X	X

Observacións:

Realizaranse as seguintes accións:

- Promoverase a aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito, o respecto e a consideración polas vítimas do terrorismo, e a prevención do terrorismo e de calquera tipo de violencia.
- Evitaranse os comportamentos, os estereotipos e os contidos sexistas, así como aqueles que supoñan discriminación por razón da orientación sexual ou da identidade de xénero. Actividades complementarias

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Conferencias de expertos	Visionado de videoconferencias sobre contidos específicos da materia levados a cabo por expertos de diferentes áreas (medicina, bioloxía, ciencias do deporte...)	X	X	X

Observacións:

Non se descarta, co avance de curso a realización de actividades complementarias que poidan xurdir.

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
Adecuación á temporalización das unidades didácticas
Toma de medidas de atención á diversidade para atender ao alumnado con dificultades de aprendizaxe na elaboración de probas escritas
Metodoloxía empregada
Utilización de distintas estratexias metodolóxicas en función das unidades didácticas
Utilización dos distintos instrumentos de avaliación
Combinación do traballo individual e cooperativo
Medidas de atención á diversidade
Adecuación do nivel de dificultade ás necesidades do alumnado
Toma de medidas de atención á diversidade para atender ao alumnado con dificultades de aprendizaxe
Eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación e ampliación
Clima de traballo na aula
Participación activa de todo o alumnado
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Colaboración das familias

Descrición:

Estes indicadores de logro pretenden avaliar aspectos como a adecuación da proposta educativa ás características do grupo, a idoneidade das metodoloxías empregadas en cada momento, o grao de participación de alumnado e familias no proceso de ensino ou a adecuada resposta ás necesidades específicas do alumnado.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

A principal referencia da que se disporá para este procedemento de seguimento e auto-avaliación será a temporalización definida ao inicio do curso, debéndose analizar de xeito periódico se o programado se corresponde coas necesidades do alumnado, de modo que o desenvolvemento das unidades didácticas siga o calendario previsto. Ademais nas reunións de departamento comentarse o grao de consecución dos criterios de avaliación das materias e constarán en actas as posibles modificacións. Xunto con estas reflexións e acordos tomados polos membros do departamento, a memoria final de curso será tamén un instrumento para concretar os principais problemas e boas prácticas en relación á programación. Con todos estes datos os membros do departamento tomarán acordos e

realizarán as modificacións pertinentes que se deberán incluír na programación dos cursos correspondentes.

Revisar a metodoloxía de aprendizaxe

Revisións de carácter xeral:

- Formación académica do alumnado para que podan desenvolverse con autonomía no manexo do libro dixital e aula virtual.
- Mellorar as técnicas de estudo do alumnado para fomentar a capacidade de síntese na aprendizaxe, extraendo as ideas fundamentais dos temas.
- Permitir con carácter xeral modificar os currículos e as programacións con dous obxectivos fundamentais:
 - . Achegar os contidos ós intereses reais dunha formación científica ligada a realidade.
 - . Priorizar sobre a cantidade dos contidos a calidade e profundidade dos mesmos para lograr concreción .
- Formación académica do profesorado no uso das novas tecnoloxías, priorizando a aprendizaxe real sobre as cargas burocráticas e administrativas.
- Dar relevancia o control das ratios de alumnos/as por aula. Na aprendizaxe presencial ou virtual é fundamental poder dedicar o tempo necesario as necesidades individuais de aprendizaxe de cada alumno. O alumnado de NEE como o de altas capacidades ten que ter unha observación e o seguimento individual imprescindibles para acadar os obxectivos desa formación académica e persoal.
- Responsabilizar o alumnado da importancia de entregar as tarefas , dentro do prazo establecido, sen esperar ó último día polas dificultades académicas ou técnicas que podan xurdir. A ampliación dos prazos de entrega non pode ser considerada máis que unha medida excepcional que só pode solicitarse cando hai argumentos e documentalmente xustificante.
- Reforzar os coñecementos que permitan achegar a ciencia á realidade cotía:
 - . Dándolle relevancia a formación científica como resposta a un mundo real.
 - . Plantexando tarefas de investigación que motiven ó alumnado e fomenten a búsqueda de respostas en diversas fontes informativas.
 - . Motivando o alumnado coa valoración da creatividade e orixinalidade científica na resolución de tarefas
 - . Fomentando o debate sobre os intereses científicos e os límites éticos
- Realizar máis actividades no laboratorio desdobrando os grupos con elevado número de alumnado.Resulta imposible atender no laboratorio grupos numerosos
- Reforzar o coñecemento dos contidos básicos pola reiteración dos mesmos relacionando temas diversos.
- Ensinar ó alumnado a extraer os conceptos fundamentais de cada tema .
- Fomentar a escritura e a mellora ortográfica facendo que o alumnado elabore resúmenes coas ideas principais de cada tema .
- Utilizar esquemas que resuman os contidos estruturais de cada tema. .
- Motivar a súa curiosidade con documentos científicos de distintas fontes recopilatorios de contidos diversos relacionados coa materia
- Fomentar a lectura e ensinándolles a recoller a información axeitada de libros da biblioteca ou de artigos publicados en distintos medios e especialmente nos medios dixitais.
- Buscar a través dos contidos da materia resposta a temas de actualidade .
- Dar resposta a través da materia a cuestións que o alumnado plantexe na aula pola súa curiosidade individual ou colectiva.
- Nas reunións ordinarias e periódicas do Departamento irase revisando o grado desenvolvemento da programación e proponanse, no seu caso, as modificacións que se consideren necesarias

Revisar a metodoloxía de examen: .

- Concretando as preguntas para que sexan claras e sen ambigüidades.
- Indicando a carón de cada pregunta a puntuación da mesma. O alumnado debe saber o valor da súa resposta no momento da resolución do exame.
- Adecuando os estándares avaliáveis nas probas escritas ou orais os estándares recollidos nos currículos das materias.
- Diversificando o modelo de preguntas e tarefas para adecualas a distitas aptitudes e características do alumnado

Calibración de aula:

Si no mesmo nivel educativo se detectaran diferenzas significativas nos resultados académicos dos grupos pertencentes a ese nivel ,o profesorado que imparta clase neles procederá o intercambio aleatorio na corrección de exames dos grupos nos cales non imparte clase directa. Despois dunha corrección obxectiva e da análise dos resultados obtidos procederase a valorar as causas da desviación inicial de resultados coa fin de mellorar o proceso de ensino-aprendizaxe.

9. Outros apartados