

# **PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**CEIP DE CARNOTA**

**CURSO 2021-2022**

**MESTRE: Manuel Rico Grijó**



**LIMIAR**

- 1.INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN. ADAPTACIÓN AO PROTOCOLO COVID**
- 2.OBXECTIVOS DA ETAPA DE EP (EN TERMOS DE CAPACIDADES)**
- 3.TEMPORALIZACIÓN, MÍNIMOS ESIXIBLES, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO**
- 4. ACTIVIDADES DE APRENDIZAXE (UNIDADES DIDÁCTICAS)**
- 5.METODOLOXÍA**
- 6.PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN**
- 7.CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN**
- 8.DIRECTRICES E INSTRUMENTOS PARA A REALIZACIÓN DA AVALIACIÓN INICIAL**
- 9.MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE**
- 10.ACCIÓNS DE EDUCACIÓN EN VALORES E DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN DE CONVIVENCIA**
- 11.ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN TIC DO CENTRO**
- 12.ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PROXECTO LECTOR E PROXECTO LINGÜÍSTICO DO CENTRO**
- 13.ACTIVIDADES DE REFORZO/ RECUPERACIÓN**
- 14.MATERIAIS DIDÁCTICOS INCLUÍDOS OS LIBROS DE TEXTO**
- 15.ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES**
- 16.PROCEDEMENTO E SISTEMÁTICA DE CONTROL, SEGUIMIENTO E AVALIACIÓN DO GRAO DE CONSECUCIÓN DAS COMPETENCIAS BÁSICAS E OBXECTIVOS DA ETAPA, POR PARTE DO ALUMNADO**
- 17.PROCEDEMENTO E INDICADORES PARA AVALIACIÓN A PROPIA PROGRAMACIÓN /PRÁCTICA DOCENTE**
- 18. PLAN DE RECUPERACIÓN E REFORZO**

## 1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN:

O noso alumnado procede de parte do Concello de Carnota, estando os núcleos de poboación a carón do mar e polo tanto a poboación moi ligada á pesca. O nivel socio-económico é de media medio-baixo, máis na actualidade coa situación xeneralizada en toda a Comunidade Autónoma. As infraestruturas de tipo deportivas redúcense a un campo de fútbol municipal, dous polideportivos, un preto do colexio e algunha pista polideportiva que amosan falta de mantemento. A climatoloxía supón que gran parte do curso académico está a chover ou desapacible para a práctica deportiva no exterior, factor que condiciona tamén a nosa tarefa docente.

Neste primeiro curso da etapa o alumnado estivo escolarizado na etapa de Educación Infantil no propio centro ou nas Escolas Unitarias de O Viso e de Portocubelo, factor a ter en conta no comezo de curso.

A oferta de actividade física no concello pasa polas actividades organizadas a través do departamento de Deportes do Concello de Carnota, entre as que destacamos por ir dirixidas ao noso alumnado: predeporte, patinaxe, fútbol, taekwondo, atletismo,

As infraestruturas de tipo deportivas redúcense a un patio asfaltado cunha pequena pista con porterías, algunhas liñas delimitando outros espazos, patios cubertos a distinto nivel e con columnas, nun deles con canastras, un pequeno ximnasio con pouca altura, e posibilidade de empregar un polideportivo cerca do centro pero que se emprega pouco debido ás condicións climatolóxicas xa que o traxecto é descuberto e en pendente. A climatoloxía supón que gran parte do curso académico está a chover ou desapacible para a práctica deportiva no exterior, factor que condiciona tamén a nosa tarefa docente.

En canto ao alumnado de primeiro, neste curso contamos cun grupo que escolariza a 10 alumnos e alumnas (4 e 6), que cursaron o 2º ciclo de educación infantil no centro agás un alumno que se incorpora novo ao cenr , polo que aproveitaremos as primeiras sesións con xogos e dinámicas para a adaptación ao grupo.

No presente curso no centro traballaremos como proxecto Xulio Verne, que na área de Educación Física implicará o enfoque dos xogos e actividades arredor das obras literarias propostas, especialmente no traballo da expresión corporal e na proposta de traballo nas sesións ao comezo das mesmas.

## ADAPTACIÓN AO PROTOCOLO COVID

Salientar as circunstancias derivadas pola actual situación relativa ao COV-19 que nos afectarán no presente curso. Por iso a metodoloxía, instrumentos de avaliación, materiais, recursos e o deseño de sesións varían no presente curso para adaptárense a tódolos aspectos contemplados nos protocolos, en especial ao protocolo COV-19. Tendo en conta dita circunstancia os contidos e propostas de traballo figuran tamén na Aula Virtual do centro e o alumnado será matriculado para que poida acceder.

Así, nesta programación tense en conta os distintos escenarios (presencial, semi-presencial e non presencial) a partires da combinación do emprego da Aula Virtual xa integrada no traballo da aula ordinaria. Os apartados de metodoloxía e avaliación teñen en conta estes aspectos. Introdúcese na programación de aula, tal e como figura na memoria do curso pasado, o tratamento das distintas Uds ao longo do primeiro trimestre de xeito introdutorio a xeito de introdución e permitindo ao alumnado e familias ter claro os contidos a traballar e facilitando ao

alumnado xestionar coa axuda do mestre os procesos para acadar unha mellora, nos distintos escenarios contemplados para o desenvolvemento da EF ao longo do curso.

No presente curso, este alumnado non ten plan de reforzo para este área xa que proveñen de EI. Partirase polo tanto da avaliación inicial para facer os reaxustes oportunos.

## 2. OBXECTIVOS DA ETAPA DE EP (EN TERMOS DE CAPACIDADES):

Ref	Obxectivo
a	Coñecer e apreciar os valores e as normas de convivencia, aprender a obrar de acordo con elas, preparárense para o exercicio activo da cidadanía e respectar os dereitos humanos, así como o pluralismo propio dunha sociedade democrática.
b	Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.
c	Adquirir habilidades para a prevención e para a resolución pacífica de conflitos que lles permitan desenvolverse con autonomía no ámbito familiar e doméstico, así como nos grupos sociais con que se relacionan.
d	Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos.
e	Coñecer e utilizar de forma apropiada a lingua galega e a lingua castelá, e desenvolver hábitos de lectura en ambas as dúas linguas.
f	Adquirir en, polo menos, unha lingua estranxeira a competencia comunicativa básica que lles permita expresar e comprender mensaxes sinxelas e desenvolverse en situacións cotiás.
g	Desenvolver as competencias matemáticas básicas e iniciarse na resolución de problemas que requiran a realización de operacións elementais de cálculo, coñecementos xeométricos e estimacións, así como ser quen de aplicarlos ás situacións da súa vida cotiá.
h	Coñecer os aspectos fundamentais das ciencias da natureza, as ciencias sociais, a xeografía, a historia e a cultura, con especial atención aos relacionados e vinculados con Galicia.
i	Iniciarse no uso das tecnoloxías da información e da comunicación, para a aprendizaxe, desenvolvendo un espírito crítico ante as mensaxes que reciban e elaboren.
j	Utilizar diferentes representacións e expresións artísticas e iniciarse na construción de propostas visuais e audiovisuais.
k	Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.
l	Coñecer e valorar os animais máis próximos ao ser humano e adoptar modos de comportamento que favorezan o seu coidado.
m	Desenvolver as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como unha actitude contraria á violencia, aos prexuízos de calquera tipo e aos estereotipos sexistas e de discriminación por cuestións de diversidade afectivo-sexual.
n	Fomentar a educación viaria e as actitudes de respecto que incidan na prevención dos accidentes de tráfico.
o	Coñecer, apreciar e valorar as singularidades culturais, lingüísticas, físicas e sociais de Galicia, salientando as mulleres e os homes que realizaron achegas importantes á cultura e á sociedade galegas.

A ref (letra) coa que se identifica cada obxectivo, é a mesma que figura no currículo e que tamén despois se asocian/relacionan en cada área, nivel e criterio de avaliación

### 3. TEMPORALIZACIÓN, PONDERACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN DOS ESTÁNDARES DO CURSO

<b>CURSO</b>	EF-Carnota-1		
<b>NIVEL</b>	1º PRIMARIA	<b>ÁREA</b>	Educación Física (EF)

Criterio de avaliación	Estándares	Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro	T 1	T 2	T 3	CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN	C.C.
						Instrumentos de avaliación / Procedementos de avaliación (%)*	
<b>Bloque 1: Contidos comúns en Educación Física</b>							
EF-B1.1	1º-EFB1.1.1 - Mostra boa disposición para solucionar os conflitos de xeito razoable.	Intenta solucionar os conflitos nas situacións de xogo a través do diálogo	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CAA CSIEE
EF-B1.1	1º-EFB1.1.2 - Recoñece as condutas inapropiadas que se producen nos xogos.	Recoñece e evita as condutas inapropiadas no xogo (trampas, violencia)	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CAA CSIEE
EF-B1.2	1º-EFB1.2.1 - Utiliza de maneira guiada as novas tecnoloxías para buscar información.	Consulta sobre temas do seu interese relacionados coa actividade física e saúde empregando o ordenador.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Entrevista.	CD CAA CCL
EF-B1.3	1º-EFB1.3.1 - Participa	Amosa interese por participar nas actividades	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.	CSC

	activamente nas actividades propostas.					INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA CSIEE
EF-B1.3	1º-EFB1.3.2 - Demostra certa autonomía resolvendo problemas motores.	Demostra mellora na súa autonomía para resolver problemas motores respecto da avaliación inicial	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSIEE CAA CCECC SC
EF-B1.3	1º-EFB1.3.3 - Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.	Asiste con indumentaria axeitada, pano para secar as mans, na maioría das sesións	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CSIEE CAA
EF-B1.3	1º-EFB1.3.4 - Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases.	Coida o material e axuda na súa recollida	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC
EF-B1.3	1º-EFB1.3.5 - Acepta formar parte do grupo que lle corresponda.	Acepta con agrado formar parte dos grupos que se forman nas distintas situacións de xogo	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CAA
<b>Bloque 2: O corpo: imaxe e percepción</b>							
EF-B2.1	1º-EFB2.1.1 - Respecta a diversidade de realidades corporais entre os nenos e nenas da clase.	Ten unha actitude de respecto cara os demais membros da clase.	X		X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CAA
EF-B2.2	1º-EFB2.2.1 - Coñece e identifica as partes do corpo propias.	Identifica as partes do corpo propias (cabeza, tronco e extremidades).	X			PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Entrevista.	CAA CSC
EF-B2.2	1º-EFB2.2.2 - Realiza actividades de equilibrio estático, con e sen axuda, en base de sustentación estable.	Percorre un banco sueco invertido só ou con moi pouca axuda	X	X		PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz.	CAA CSC
EF-B2.2	1º-EFB2.2.3 - Reacciona corporalmente ante estímulos sinxelos visuais, auditivos e táctiles, dando respostas motrices que se adapten ás características deses estímulos.	Amosa progresión na resposta motriz ante distintos estímulos	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA CSC CSIEE
<b>Bloque 3: Habilidades motrices</b>							
EF-B3.1	1º-EFB3.1.1 - Desprázase de distintas formas, variando os	Amosa coordinación na carreira, marcha e realiza reptas, demostrando unha mellora ao	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas.	CAA CSC

	puntos de apoio.	longo do curso nas marcas persoais				INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz.	CSIEE
EF-B3.1	1º-EFB3.1.2 - Salta de distintas formas, variando os puntos de apoio e as frecuencias.	Realiza saltos na horizontal, ao pé manquiño e iníciase no salto á comba e corda.	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz.	CSC CCEE CAA
EF-B3.1	1º-EFB3.1.3 - Realiza xiros sobre o eixe lonxitudinal variando os puntos de apoio, con coordinación e boa orientación espacial.	Realiza salto e xiro na horizontal (alomenos de 180º) mellorando respecto do inicio de curso e iniciase na voltereta adiante	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz.	CSC CCEE CAA
EF-B3.1	1º-EFB3.1.4 - Equilibrar o corpo en distintas posturas intentando controlar a tensión, a relaxación e a respiración.	Realiza desequilibrios e reequilibrios sinxelos (sobre un só pé, unha man e un pé,...)	X	X		PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz.	CSC CAA CSIEE
<b>Bloque 4: Actividades físicas artístico expresivas</b>							
EF-B4.1	1º-EFB4.1.1 - Representa personaxes e situacións, mediante o corpo e o movemento con desinhibición e espontaneidade.	Participa nas representacións de personaxes e situacións coñecidas con boa disposición.	X	X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC CSC CAA
EF-B4.1	1º-EFB4.1.2 - Reproduce corporalmente una estrutura rítmica sinxela.	Reproduce corporalmente ritmos moi sinxelos marcados polo mestre	X	X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC CSC CAA
EF-B4.1	1º-EFB4.1.3 - Realiza bailes e danzas sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas.	Participa na realización de danzas e bailes sinxelos	X	X		PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC CAA CSC CSIEE
<b>Bloque 5: Actividade física e saúde</b>							
EF-B5.1	1º-EFB5.1.1 - Intenta cumprir as normas básicas do coidado do corpo en relación coa hixiene, con autonomía.	Trae e emprega un pano de papel ou toalla para secar as mans	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control/cotexo.	CSIEE CAA
EF-B5.1	1º-EFB5.1.2 - Adopta hábitos alimentarios saudables.		X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CSIEE CAA
EF-B5.1	1º-EFB5.1.3 - Inicia a incorporación como axente de		X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.	CSC CAA



	saúde da actividade física á súa rutina diaria.					INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSIEE
EF-B5.2	1º-EFB5.2.1 - Identifica os riscos individuais e colectivos daquelas actividades físicas que vai coñecendo e practicando.	Identifica accións e situacións de perigo nos xogos (empurróns, zancadillas,...)	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA CSC
<b>Bloque 6: Os xogos e actividades deportivas</b>							
EF-B6.1	1º-EFB6.1.1 - Iníciase no uso de tácticas elementais dos xogos.	Respectas as normas tácticas do xogo plantexado	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CSIEE CAA
EF-B6.1	1º-EFB6.1.2 - Utiliza as regras dos xogos en situación de cooperación e oposición.	Participa nos xogos asumindo o rol asignado (compañeiro/rival)	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CAA CSIEE CSC
EF-B6.2	1º-EFB6.2.1 - Practica xogos libres e xogos organizados.	Participa activamente nos xogos plantexados cumprindo as regras dos mesmos	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEE CAA CSC
EF-B6.2	1º-EFB6.2.2 - Recoñece xogos tradicionais de Galicia.	Identifica como parte da tradición algúns dos xogos populares e tradicionais traballados	X	X	X	PROCEDEMENTOS: INSTRUMENTOS:	CCEC CAA CSC
EF-B6.2	1º-EFB6.2.3 - Realiza distintos xogos tradicionais de Galicia seguindo as regras básicas.	Realiza xogos de pilla, corro, mariola, goma e iniciase en xogos de corda e no peón	X	X	X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CCEC CSC CAA
EF-B6.3	1º-EFB6.3.1 - Realiza actividades no medio natural.	Participa con interese nas actividades no medio natural propostas	X		X	PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Diario de clase.	CSC CAA
EF-B6.3	1º-EFB6.3.2 - Coñece o coidado e respecto do medio ao efectuar algunha actividade fóra do centro.	Coñece aspectos básicos de respecto e coidado da contorna nas saídas.	X		X	PROCEDEMENTOS: INSTRUMENTOS:	CSC CAA

#### 4 ACTIVIDADES DE APRENDIZAXE (UNIDADES DIDÁCTICAS)

ÁREA	BLOQUE	Obx	Contidos	Actividades de aprendizaxe	Temp. Horas
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN	k, m	B2.1. Aceptación da propia realidade corporal. B2.2. Conianza nun mesmo, aumento da autoestima e a autonomía persoal.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD5, UD6, UD7, UD8	
EDUCACIÓN	BLOQUE 2. O	b, k	B2.3. Estrutura corporal. Identificación do propio corpo e das principais partes que interveñen no movemento. B2.4. Experimentación e	UD2, UD3, UD4,	

ÁREA	BLOQUE	Obx	Contidos	Actividades de aprendizaxe	Temp. Horas
FÍSICA	CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN		exploración de posturas corporais diferentes. B2.5. Vivencia da relaxación global como estado de quietude e toma de conciencia da respiración. B2.6. Experimentación de situacións simples de equilibrio estático sobre bases estables. B2.7. Percepción espazo-temporal. Orientación do corpo e nocións topolóxicas básicas (dentro/fóra, arriba/abaixo, diante/detrás, preto/lonxe...). B2.8. Recoñecemento da lateralidade e da dominancia lateral propia. B2.9. Posibilidades sensoriais (vista, oído, tacto). Experimentación, exploración e discriminación das sensacións.	UD5	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES	b, j, k	B3.1. Formas e posibilidades do movemento. Experimentación de diferentes formas de execución e control das habilidades motrices básicas: desprazamentos, xiros, saltos. B3.2. Desenvolvemento e control da motricidade fina e a coordinación viso motora a través do manexo de obxectos. B3.3. Resolución de problemas motores sinxelos. B3.4. Acondicionamento físico xeral en situacións de xogo, especialmente mantemento e mellora da flexibilidade. B3.5. Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas aceptando as diferenzas no nivel de habilidade. B3.6. Autonomía e confianza nas propias habilidades motrices en situacións e contornos habituais.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD7, UD8	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS	b, d, j, k, m, o	B4.1. Descubrimiento e exploración das posibilidades expresivas do corpo e do movemento. Sincronización do movemento con estruturas rítmicas sinxelas. B4.2. Execución de bailes ou danzas sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas, seguindo o ritmo. B4.3. Imitación de personaxes, obxectos e situacións. B4.4. Participación en situacións que supoñan comunicación corporal. B4.5. Desinhibición na exteriorización de emocións e sentimentos a través do corpo, o xesto e o movemento.	UD 5 , UD 6	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE	a, b, k	B5.1. Identificación e práctica de hábitos básicos de hixiene corporal (aseo, roupa e calzado), alimentarios e posturais, relacionados coa actividade física. B5.2. Relación da actividade física co benestar da persoa. B5.3. Mobilidade corporal orientada á saúde.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD5, UD6, UD7, UD8.	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE	k	B5.4. Respecto das normas de uso de materiais e espazos na práctica de actividade física para evitar accidentes. B5.5. Respecto ás persoas que participan no xogo.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD5, UD6, UD7, UD8.	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS	a, b, k, m	B6.1. Descubrimiento da cooperación e a oposición con relación ás regras de xogo. Aceptación de distintos papeis no xogo. B6.2. Recoñecemento e aceptación das persoas que participan no xogo, aceptando o reto que supón opoñerse ao outro sen que iso derive en situacións de rivalidade ou menosprezo. B6.3. Comprensión das normas de xogo e cumprimento destas. B6.4. Confianza nas propias posibilidades na práctica dos xogos.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD7, UD8.	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS	d, k, m, o	B6.5. O xogo como actividade común a todas as culturas. B6.6. Coñecemento e práctica dalgúns xogos de Galicia. B6.7. Práctica de xogos libres e organizados.	UD7	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS	k, l, m, o	B6.8.Xogos de aire libre no parque ou en contornos naturais próximos ao colexio. Exploración e gozo da motricidade ao aire libre, respectando a natureza.	UD7	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA	a, c, d, k, m	B1.1. Aceptación da propia realidade corporal. B1.2. Respecto das persoas que participan no xogo. B1.3. Confianza nas propias capacidades para desenvolver actitudes apropiadas e afrontar as dificultades propias da práctica da actividade física.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD5, UD6, UD7, UD8	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA	i	B1.4. Utilización guiada de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe. B1.5 Integración das tecnoloxías da información e a comunicación no proceso de aprendizaxe.	UD2, UD 7	
EDUCACIÓN FÍSICA	BLOQUE1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA	a, k, l, n	B1.6. Uso correcto de materiais e espazos na práctica da Educación física. B1.7. O coidado do corpo e a consolidación de hábitos de hixiene corporal. B1.8. Adopción de condutas seguras ao actuar como peóns ou peoas nas saídas polo contorno do colexio.	UD1, UD2, UD3, UD4, UD5, UD6, UD7, UD8	

UD

Trimestre

Temp.

UD 0: "Higiene y salud"	Todo el curso	Todo el curso
UD1: Hábitos de higiene y salud: "Cuanto mejoramos" (Avaliación Inicial)	1º trimestre	Setembro, outubro
UD2: "Mi cuerpo"	1º trimestre	Outubro, novembro
UD3: "Juegos de interior y gimnasio"	1º, 2º trimestre	Decembro, xaneiro
UD4: "Hacemos deporte"	2º trimestre	Xaneiro, febreiro, marzo
UD4: "Mira que te cuento"	2º trimestre	Febreiro, marzo
UD6: "Bailamos"	2º trimestre	marzo
UD7: "Juegos de antes"	1º, 3º trimestre	Outubro, abril
UD8: "Cuanto hemos mejorado"	3º trimestre	Maio, xuño

## 5 METODOLOXÍA

Salientar que teremos en conta os distintos escenarios posibles no tocante á presencialidade do alumnado nas aulas. Por iso, no presente curso empregaremos a Aula Virtual como repositorio de contidos. Servirá como instrumento para a introdución dos contidos a traballar, tanto na aula como en posibles docencias non presenciais, permitindo ademais a supervisión do traballo e a entrega de tarefas neste segundo escenario. Pasamos así a basear a metodoloxía no método de Aula Invertida, onde o alumnado fai un achegamento aos contidos na casa e despois no centro lévase á práctica e se aclaran dúbidas para afianzar a aprendizaxe. Creamos na Aula Virtual un tema a xeito de introdución orientado ao reforzo dende a área de Educación Física para a formación do alumnado sobre as medidas de hixiene, distancia social e nocións básicas de saúde e benestar.

A metodoloxía na área de Educación Física ha de ser variada e acorde coa pretensión de cada actividade programada. Os espazos, características do alumnado, materiais serán condicionantes a ter en conta. O uso dos métodos será complementario aínda que estes parezan opostos, dependendo da situación de aprendizaxe. Compre salientar que o recurso metodolóxico que máis empregaremos neste nivel de EP é o xogo e as súas variedades dado que nos permitirán abordar a maioría dos contidos e facilitar a adquisición das competencias no noso alumnado, pero adaptándoos de xeito que permitan manter a distancia social e eviten o emprego de material compartido. Faremos emprego da distribución nas chamadas "táboas suecas" que nos permitirá manter o distanciamento social ao mesmo tempo que permite a supervisión do traballo de todo o grupo.

O xogo facilitará no alumnado os distintos tipos de pensamento, o traballo en equipo e as estratexias de cooperación e oposición, permitiralles chegar a un mellor coñecemento de si mesmos e a aumentar a súa autoestima e o respecto polos demais.

Métodos:

- Mando directo: indicado para a aprendizaxe dos aspectos técnicos que posibiliten unha melloría a nivel individual
- Asignación de tarefas: para a consolidación das aprendizaxes relacionadas coas tarefas motrices, facilitará a autonomía do noso alumnado.
- Ensinanza por grupos de nivel: De forma ocasional para poder facer reforzos de ser necesarios ou facilitar a ampliación dos que amosen maior destreza coa fin de que non se desanimen.
- Ensinanza recíproca: para afianzar e mellorar nas destrezas, permitíranos que os alumnos e alumnas se sintan protagonistas da súa aprendizaxe e empreguen os distintos tipos de pensamentos.
- Grupos reducidos, con asignación de papeis dentro do grupo que se intercambiarán nas distintas actividades.
- Programas individuais: nos casos nos que sexa necesario poderase optar por elaborar un programa individualizado para algún alumno.
- Descubrimento guiado, para facilitar o emprego dos distintos tipos de pensamento
- Resolución de problemas: de cara á realización de traballos de investigación e emprego das tics
- Traballo en grupo, mantendo o distanciamento social.

- Traballo online (para os casos de illamento ou suspensión da actividade lectiva (a través da Aula Virtual e a web do centro).

## 6 Procedementos de avaliación

Dentro dos procedementos de avaliación temos que facer referencia a que é o que imos avaliar:

- Avaliación do alumnado: os procedementos veñen reflectidos no apartado 3. Nos basearemos sobre todo na observación directa do traballo do alumnado, análise da tarefa do alumnado (tarefas motrices, tarefas online, ...), así como na consecución dos mínimos e o seu progreso e mellora persoal. Ademais faremos emprego dos seguintes procedementos:
  - Autoavaliación: coa axuda do mestre, ao remate da sesión buscaremos a reflexión dos alumnos sobre as súas sensacións, dúbidas e progresos.
  - Debate: adaptaremos este procedemento en moitas das sesións para que en grupo ou individualmente valoren as actividades realizadas.
  - [Avaliación de tarefas a través da aula virtual ou e-mail para o traballo non presencial.](#)
- Avaliación do mestre e do proceso de ensinanza aprendizaxe:
  - Autoavaliación do proceso por parte do mestre: Revisión diaria dos logros e fracasos da aplicación práctica do programado, aproveitando os comentarios do alumnado no debate ao remate da sesión e da análise da ficha de rexistro de cada sesión. Reflexión ao remate das Unidades Didácticas

## 7 Criterios de cualificación

No momento de cualificar aos nosos alumnos teremos en conta a valoración dos estándares de avaliación que serán avaliados en cada unidade didáctica, tendo en conta as rúbricas establecidas para os mesmos.

Sen embargo, compre establecer unha porcentaxe do “peso” de cada un destes estándares que son avaliados para establecer as cualificacións, para que estableceremos tres categorías dos estándares avaliados para o que se establece unha rúbrica do traballo diario de cada sesión, segundo a rúbrica seguinte:

RÚBRICA DA SESIÓN DE EF								
		0	1	2	3	4	5	%
A c t i v i d a d e s - N o r m a	Atención escoitar	Habitualmente non amosa interese por atender, distráese e non presta atención nas explicacións nin nas aportacións dos compañeiros e interrompe as mesmas.	Frecuentemente se distrae, non atende ou interrompe as intervencións dos compañeiros ou do mestre	Poucas veces interrompe as explicacións, e respectar as quedas de palabra aínda que tende a distraerse con facilidade.	Presta atención nas explicacións e escoita as aportacións dos compañeiros e procura non interrompir.	Atende ás explicacións do mestre e as intervencións dos compañeiros e procura non interrompir e respectar as quedas de palabra	Presta atención nas explicacións e nas intervencións dos compañeiros, e respecta as quedas e evita comentarios negativos.	5
	Respecto as normas e compañeiros-profesor	Tende a non respectar nin as normas nin ao mestre ou compañeiros	Frecuentemente non respecta as normas ou ao mestre ou compañeiros	As veces incumpre algunha norma ou non respecta a algún compañeiro ou ao mestre.	Normalmente respecta as normas de clase así como aos compañeiros e mestre, aínda que puntualmente ofenda aos	Respecta as normas de clase e ao mestre e procura evitar ofensas aos compañeiros	Respecta as normas de clase, aos compañeiros e ao mestre e acostuma a facer notar cando alguén as incumpre	10

s					compañeiros			
E s f o r z o -	Mellora persoal	Os resultados non reflicten melloría, incluso un empeoramento das marcas persoais evidente, e tampouco amosa interese por conseguilo	Os resultados reflicten un empeoramento leve nas marcas persoais	Os resultados non reflicten melloría pero aproxímase ás marcas persoais e amosa interese	Mantén as marcas persoais nos seus resultados amosando interese	Amosa leves melloras nas súas marcas persoais e amosa interese	Acada melloras notables nas súas marcas persoais.	10
	Disposición-esfuerzo	Amosa abertamente desinterese polas tarefas plantexadas, e rexeita facelas	Realiza a tarefa pero sen interese nin corrección	Executa a tarefa só cando se sinte observado	Procura realizar as tarefas plantexadas como parte do seu traballo	Amosa certo interese por realizar as tarefas plantexadas e mesmo entende que debe esforzarse por mellorar	Amosa interese por realizar as tarefas plantexadas, esforzándose por realizalas o mellor que pode, e entende a necesidade da práctica para a mellora	10
	Participación (no grupo-sesión)	Amosa falta de interese en participar nas tarefas individuais ou de grupo, non participa ou rexeita aos compañeiros	Traballa de xeito individualista nas tarefas de grupo ou amosa rexeitamento a algún compañeiro	Tende a rexeitar algún tipo de agrupamentos ou as veces o traballo é individualista	Participa nas actividades individuais e de grupo e normalmente amosa respecto polos compañeiros que lle tocan	Participa nas actividades individuais e de grupo e amosa sempre respecto polos compañeiros que lle tocan	Gusta de traballar tanto en grupo como individualmente, aceptando a calqueira no seu equipo e procura que se sintan a gusto	5
E x e c u c i ó n	Execución motriz	Non amosa interese ou realiza mal a tarefa motriz proposta (carreira, salto, lanzamento, recepción, bote,...) moi por baixo da media do grupo.	Amosa dificultade na tarefa motriz proposta, executando cun nivel baixo para a súa idade e respecto do grupo.	Ten dificultade para acadar un nivel de execución da tarefa motriz na media do grupo ou da normal na súa idade, aínda que supera a parte do grupo.	Realiza as tarefas motrices con un nivel axeitado á súa idade e na media do grupo.	Realiza as tarefas motrices propostas cun nivel por riba da media do grupo aínda que sen destacar moito no grupo.	Realiza a tarefa motriz proposta con interese e cun nivel moi alto dentro do grupo e respecto da súa idade	40
	Conceptos	Non amosa interese por adquirir novos coñecementos	Non adquire novos coñecementos	Adquire a idea do principal concepto	Adquire os conceptos traballados	Adquire os conceptos traballados e os expresa coas súas palabras	Adquire os coñecementos traballados, os explica e relaciona coa saúde corporal e	10

							mesmo investiga pola súa conta	
H i x i e n e	Indumentaria axeitada	Nunca	Algunha vez	Regularmente (un pouco máis da metade das sesións)	Entre 4 e 10 sesións no trimestre	Menos de catro sesións no trimestre	Sempre	5
	Toalla ou pano	Nunca	Algunha vez	Regularmente (un pouco máis da metade das sesións)	Entre 4 e 10 sesións no trimestre	Menos de catro sesións no trimestre	Sempre	5

#### Avaliación da actividade en caso de continxencia:

Neste caso avaliarase ao alumnado tendo en conta o traballo proposto a través da aula virtual de xeito grupal ou individualizado. As propostas realizaranse a través de actividades e tarefas na aula virtual que poderán consistir en propostas motrices ou escritas relacionadas co tema que se esta a traballar. Os criterios de cualificación terán en conta os seguintes aspectos:

- Acceso á aula virtual e entrega en prazo (ata un 10%).
- A propia tarefa (90%): Respostas acertadas, execución motriz, análise de tarefa escrita,...

Esta cualificación terá o peso correspondente ao número de sesións non presenciais, e será necesario alo menos o acceso a aula virtual e a entrega da tarefa. Manterase contacto coa familia para solventar os problemas de acceso á aula virtual e a resolución de dúbidas, e enviaranse recordatorios por Abalar Móbil no caso de que o alumnado non estea accedendo á aula virtual para o seguimento das clases non presenciais.

## 9 Directrices e instrumentos para a realización da avaliación inicial

Na área de Educación Física pasaremos unha batería de probas ás que chamaremos probas iniciais ou finais segundo o momento na que se aplican encamiñadas no caso de 1º de EP a ver o punto de partida do noso alumnado, coñecer a dominancia lateral, detectar problemas de coordinación, e aproveitaremos para levar un rexistro de datos antropométricos. Presentaremos estas probas como xogos contextualizandoos en torno a os intereses e gustos do alumnado.

As probas ou test de aptitude son:

Proba de velocidade: Carreira de velocidade corta, distancia 30m e Carreira de velocidade, distancia 50 m para observar a coordinación na carreira e a velocidade Salto de lonxitude (detente horizontal): para ver o punto de partida na técnica de salto (impulso en ámbalas pernas) e verificar a capacidade de salto en detente e a potencia de salto.

Proba de axilidade, 9X4, onde se debe pisar en dous círculos, distantes 9 metros.

Lanzamentos co pé a unha portería pequena (vaia de salto de atletismo) dende unha distancia de 5 m (2 tiros de proba e 10 intentos puntuables), onde observaremos a dominancia lateral e a coordinación óculo – pé así como a destreza no lanzamento.

Lanzamentos a dúas mans dunha pelota contra a parede dende unha distancia de 2 m (2 tiros de proba e 10 intentos puntuables), sendo a recepción a dúas mans. Observaremos a coordinación óculo-man, destreza para lanzar e recibir.

Xiro: Salto e xiro, partindo da posición de pés xuntos, con caída mantendo o equilibrio.

Flexibilidade: empurrar con cada man un taco nun banco graduado en cm.

Toma e rexistro de datos antropométricos

### **10 Medidas de atención a diversidade**

En 1º e a comezos de curso é moi importante empregar estratexias para facilitar que o noso alumnado se integre no grupo dada a procedencia dos mesmos comentada na introdución e ao mesmo tempo buscamos que se sintan iguais como alumnos e diferentes como individuos. Tras a avaliación inicial e detectadas as necesidades e carencias do alumnado engadiremos as modificacións necesarias nas actividades que posibiliten a atención á diversidade, empregando modificación da actividade en canto á planificación e metodoloxía, facilitando a colaboración do resto do alumnado, a atención individualizada ou a adaptación da esixencia da actividade ás posibilidades concretas do alumno/a.

### **11 Accións de educación en valores e de contribución ao plan de convivencia**

As situacións de aprendizaxe propias das sesións de Educación Física contribúen positivamente á educación en valores e ao plan de convivencia dado que posibilitan situacións de interacción entre o alumnado e o traballo da resolución de conflitos.

### **12 Accións de contribución ao Plan TIC do centro**

Neste curso faremos uso ocasional da aula de informática. Sen embargo, a páxina web e a aula virtual contarán con recursos de apoio ao traballo de aula da área de Educación Física.

### **13 Accións de contribución ao Proxecto Lector e Proxecto Lingüístico do centro**

Moitos dos xogos e actividades partiran da narrativa a través de contos populares e historias inventadas, pero dado que son alumnos de 1º farase de xeito oral.

### **14 Actividades de reforzo/ recuperación**

Non se contemplan actividades de reforzo e recuperación en 1º. Partiremos do nivel inicial do alumnado e fixarémonos sobre todo na actitude e no progreso individual (mellora). Sin embargo, si se terá contacto coas familias para orientalas no tocante á participación nas actividades extraescolares de carácter motriz.

### **15 Materiais didácticos incluídos os libros de texto**

O material didáctico que empregaremos é o propio da área, sendo parte destes os espazos (pista, patio, ximnasio, polideportivo municipal, aula, aula de tics, biblioteca) así como os considerados materiais propios da área (balóns e pelotas, aros, picas, cordas, bancos, espaldeiras, “pasillos” de equilibrio, materiais de iniciación predeportiva) ou outros máis novidosos como os materiais para os xogos e deportes alternativos, xogos e deportes populares e tradicionais, xoguetes feitos con material de refugallo, etc.

Empregaremos tamén os recursos informáticos (equipos) e recursos na rede (páxina web do colexio: <http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcarnota/>, Aula Virtual e o blog do mestre: <http://pasodebolaegua.wordpress.com/>, así como todos aqueles que sirvan ao alumnado en cada un dos bloques).

Dentro dos libros que nos servirán material didáctico destacar o libro sobre xogos populares e tradicionais de Galicia “Chirlosmirlos” de Antón Cortizas que exerceu como mestre no noso centro, onde recolleu parte do material para a elaboración do libro.

Ademais empregaremos equipos de música, cds con música, o libro cd “Pedeslán”, recurso da nosa biblioteca do centro e os DVDs sobre danzas do mundo elaborados entre outros por D Jesús Sánchez.

## 16 Actividades complementarias e extraescolares

As actividades complementarias e extraescolares do centro teñen carácter grupal, sendo a totalidade do alumnado o que participa nelas. Dende a área traballaremos aqueles aspectos motrices que formen parte das actividades complementarias e extraescolares (ensaio de coreografías, danzas, ritmos, ...)

## 17 Procedemento e sistemática de control, seguimento e avaliación do grao de consecución das competencias básicas e obxectivos da etapa, por parte do alumnado

Para o seguimento e avaliación do grao de consecución das competencias básicas e obxectivos da etapa por parte do alumnado, dentro da área de Educación Física partiremos da revisión dos instrumentos de avaliación (anecdotario, rexistro da sesión, e da folla de control de superación de estándares de avaliación onde reflectiremos por cada alumno o grao de valoración da consecución dos estándares traballados por trimestre)

Anecdotario: o mestre tomará nota de todos aqueles aspectos destacables do traballo do alumno que non son obxecto de seguimento específico na sesión.

Ficha de seguimento da sesión: Nunha cuadrícula coa relación de alumnos, e onde se reflicte o deseño da sesión, anotaranse os aspectos que se pretenden que sexan obxecto de observación ese día (dominio de tarefas motrices, conduta, esforzo, hábitos de hixiene,...)

Táboa de control de superación de estándares de avaliación: nela reflectirase nunha táboa onde figure o alumnado e os estándares a traballar nese trimestre, e se valorará o grao de superación dos estándares de 1 a 4, a partir dos instrumentos anteriores e da valoración de tarefas e traballo do noso alumnado.

En canto aos obxectivos de etapa, consideramos que aqueles alumnos e alumnas que obteñan unha puntuación media na taboa anterior acada os obxectivos asociados a cada estándar.

[Rexistro de entrega da tarefa atendendo ao cumprimento dos prazos na aula virtual ou a través do e-mail de ser o caso \(docencia non presencial\)](#)

## 18 Procedemento e indicadores para avaliación a propia programación /práctica docente

Neste apartado, unha vez rematado o trimestre e feita a avaliación do alumnado, faremos unha valoración da nosa propia tarefa docente a partir da seguinte táboa de verificación

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 2020-2021 NIVEL: 1º DE EP				
INDICADOR	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3	NIVEL 4
As actividades propostas son axeitadas para os obxectivos, contidos, criterios de avaliación e estándares previstos na programación	Axústanse moi pouco a	O nivel de axuste e regular e mellorable	Axústanse bastante	Son os axeitados e idóneos
A temporalización das unidades didácticas e distribución ao longo do curso	É moi desacertada	É regular e mellorable	Está bastante axustada	É a idónea
As tarefas, actividades e xogos respecto dos contidos e estándares de avaliación	Non son axeitados	A súa adecuación é regular e moi mellorable	Axústanse bastante	Están perfectamente escollidos e relacionados
Adecuación e idoneidade das sesións e proposta de actividades	Non resultan atractivas para o alumnado nen motivadoras	Son aceptadas pero poden mellorar	Teñen boa acollida polo alumnado	Son moi motivadoras e do gusto do alumnado.
As medidas de atención á diversidade	Non serven	Son aceptables pero mellorables	Funcionan na meirande das situacións	Son axeitadas e perfectas para os distintos casos e



				situacións
A metodoloxía e recursos metodolóxicos	Son pouco axeitados	Serven pero son moi mellorables	En términos xerais son funcionais	Son axeitados e os máis indicados para cada momento.
Os instrumentos de avaliación	Son pouco axeitados	A súa adecuación é regular e moi mellorable	Na maioría dos casos son efectivos	Son axeitados e os máis indicados para a avaliación en cada momento
Os materiais e recursos	Son pouco axeitados	A súa adecuación é regular e moi mellorable	Son bastante axeitados	Son axeitados e os máis indicados para as actividades programadas.

PLAN DE RECUPERACIÓN E REFORZO:

Ao ser novos na Etapa, partírase da avaliación inicial que servirá para ver o punto de partida do alumnado e axustar debidamente a programación de aula e a proposta de tarefas na Aula Virtual de seren o caso. Non se establece un Plan concreto.