

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**

**DEPARTAMENTO/NIVEL/CICLO:**

**EDUCACIÓN FÍSICA**

**EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA**

**2º e 4º CURSO**

**CURSO 2022-2023**

## DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

O departamento de Educación Física do CPPI dos Dices para este curso 2022/2023 é un órgano unipersoal, formado por un único profesor que imparte clase a todos os grupos da ESO:

- César Castro Ramos (xefe de departamento, coordinador E-Dixgal e TIC's).

### 1. Distribución de grupos e alumnado por grupo

Etapa	Nivel	Grupo	Alumnado
ESO	2º	A	18
		B	18
	4º	A	27

### 2. Horario lectivo dos compoñentes do departamento

	CÉSAR CASTRO RAMOS				
	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
<b>1ª Hora</b> (9:00-9:50)					
<b>2ª Hora</b> (9:50-10:40)					
<b>Recreo</b> (10:40-11:00)					
<b>3ª Hora</b> (11:00-11:50)	Coordinación E-Dixgal	Coordinación TIC's	Coordinación E-Dixgal	Coordinación TIC's	Coordinación E-Dixgal
<b>4ª Hora</b> (11:50-12:40)	EF (1º ESO A)	Coordinación TIC's	EF (1º ESO B)	Titoría nais/pais	Garda
<b>Recreo</b> (12:40-13:00)				Garda	
<b>5ª Hora</b> (13:00-13:50)	EF (1º ESO B)	EF (3º ESO)	EF (1º ESO A)	EF (3º ESO)	EF (4º ESO)
<b>6ª Hora</b> (13:50-14:40)	EF (2º ESO A)	XD	EF (2º ESO B)	Garda	EF (2º ESO A)
<b>Saída</b> (14:40-14:50)			Garda bus		Garda bus
<b>7ª Hora</b> (16:40-17:30)	EF (2º ESO B)				
<b>8ª Hora</b> (17:30-18:20)	EF (4º ESO)				
<b>Saída</b> (18:20-18:30)					

## RELACIÓN COS ELEMENTOS DO CURRÍCULO

### 1. Relación cos obxectivos xerais de etapa

A *Lei Orgánica 2/2006, de 3 de maio, de Educación* establece no *artigo 2* que a finalidade da educación secundaria obrigatoria é:

- lograr que o alumnado adquira os elementos básicos da cultura, sobre todo en aspectos humanístico, artístico, científico e tecnolóxico;
- desenvolver e consolidar hábitos de estudo e de traballo;
- preparalo para a incorporación a estudos posteriores e para a súa inserción no mundo laboral; e
- formalos para o exercicio dos seus dereitos e obrigas na vida como cidadáns e cidadás.

Para logralo hai que desenvolver no alumnado as seguintes capacidades:

- a) Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto ás outras persoas, practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e grupos, exercitarse no diálogo, afianzando os dereitos humanos e a igualdade de trato e de oportunidades entre mulleres e homes, como valores comúns dunha sociedade plural, e prepararse para o exercicio da cidadanía democrática.
  - *A organización da materia desenvolve estes aspectos, imprescindibles para unha óptima convivencia.*
- b) Desenvolver e consolidar hábitos de disciplina, estudo e traballo individual e en equipo, como condición necesaria para unha realización eficaz das tarefas da aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.
  - *Toda actividade física, independentemente do ámbito de actuación, esixe dos participantes disciplina e traballo importante para lograr os obxectivos previstos.*
- c) Valorar e respectar a diferenza de sexos e a igualdade de dereitos e oportunidades entre eles. Rexeitar a discriminación das persoas por razón de sexo ou por calquera outra condición ou circunstancia persoal ou social. Rexeitar os estereotipos que supoñan discriminación entre homes e mulleres, así como calquera manifestación de violencia contra a muller.
  - *Son moitas as diferenzas entre mozas e mozos, en ocasións favorables ás primeiras e noutras aos segundos, pero sempre evidentes. Moitas responden a condicionantes xenéticos e/ou biolóxicos. Adaptaremos as propostas ao alumnado xustificando en cada caso a razón do noso proceder.*

- d) Fortalecer as súas capacidades afectivas en todo os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como rexeitar a violencia, os prexuízos de calquera tipo e os comportamentos sexistas, e resolver pacificamente os conflitos.
- O evidente é que a práctica de actividade física e deportiva incide directamente no potencial motor das alumnas e os alumnos, pero tamén ten un papel moi importante no desenvolvemento das capacidades afectivas e de relación social.
- e) Desenvolver destrezas básicas na utilización das fontes da información para, adquirir novos coñecementos con sentido crítico. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente as da información e a comunicación.
- Pouco podemos aportar, pero colaboraremos ao propor pequenos traballos de indagación, tanto na internet coma na biblioteca do centro.
- f) Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en materias, así como coñecer e aplicar os métodos para identificar os problemas nos diversos campos do coñecemento e da experiencia.
- Cunha metodoloxía enmarcada na concepción construtiva da aprendizaxe, a resolución de problemas impónse como estilo na interacción co alumnado.
- g) Desenvolver o espírito emprendedor e a confianza en si mesmo, a participación, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades.
- A proposta de actividades basearase na resolución de problemas, e este estilo de ensinanza esixe alta implicación do alumnado na súa aprendizaxe.
- h) Comprender e expresar con corrección, oralmente e por escrito, na lingua galega e na lingua castelá, textos e mensaxes complexos, e iniciarse no coñecemento, na lectura e no estudo da literatura.
- Coa proposta de pequenos traballos de indagación contribuiremos, aínda que de modo marxinal, ao logro deste obxectivo.
- i) Comprender e expresarse en unha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada.
- Neste caso, a nosa contribución límitase ao emprego de certa terminoloxía específica nalgunha das linguas estranxeiras (especialmente a inglesa).
- l) Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e a historia propias e das outras persoas, así como o patrimonio artístico e cultural. Coñecer homes e mulleres que teñan realizado achegas importantes á cultura e á sociedade galega, ou a outras culturas do mundo.
- O deporte forma parte da cultura de todas as sociedades, e corresponde á

Educación Física narrar todo o relativo ás grandes xestas deportivas.

m) Coñecer e aceptar o funcionamento do propio corpo e o das outras persoas, respectar as diferenzas, afianzar os hábitos de coidado e saúde corporal, e incorporar a Educación Física e a práctica do deporte para favorecer o desenvolvemento persoal e social. Coñecer e valorar a dimensión humana da sexualidade en toda a súa diversidade. Valorar criticamente os hábitos sociais relacionados coa saúde, o consumo, o coidado dos seres vivos e o medio ambiente, contribuíndo á súa conservación e á súa mellora.

○ Este é o eixo sobre o que se vertebra a materia de Educación Física.

n) Apreciar a creación artística e comprender a linguaxe das distintas manifestacións artísticas, utilizando diversos medios de expresión e representación.

○ Co desenvolvemento dos contidos propios do *bloque 2 (actividades físicas artístico-expresivas)* imos contribuír á consecución deste obxectivo.

ñ) Coñecer e valorar os aspectos básicos do patrimonio lingüístico, cultural, histórico e artístico de Galicia, participar na súa conservación e mellora, e respectar a diversidade lingüística e cultural como dereito dos pobos e das persoas, desenvolvendo actitudes de interese e respecto cara ao exercicio deste dereito.

○ Os contidos propios do *bloque 4 (os xogos e as actividades deportivas)* contribúen ao logro deste obxectivo. Referímonos, fundamentalmente, aos xogos e deportes tradicionais e populares da comunidade autónoma galega.

o) Coñecer e valorar a importancia do uso da lingua galega como elemento fundamental para o mantemento da identidade de Galicia, e como medio de relación interpersoal e expresión de riqueza cultural nun contexto plurilingüe, que permite a comunicación con outras linguas, en especial as pertencentes á comunidade lusófona.

○ A materia de Educación Física impártese nos idiomas oficiais polo que é evidente que imos contribuír á consecución deste obxectivo.

## **2. Contribución ao desenvolvemento das competencias clave**

A *Recomendación 2006/962/EC*, de 18 de decembro de 2006, do Parlamento Europeo e do Consello define as competencias clave como aquelas que toda persoa precisa para a súa realización e o seu desenvolvemento persoal, así como para a cidadanía activa, a inclusión social e o emprego.

O *artigo 5.7 da Orde ECD/65/2015*, de 21 de xaneiro, sinala que todas as áreas e materias deben contribuír ao desenvolvemento das competencias clave.

A materia de Educación Física contribúe de xeito directo á consecución de catro competencias clave:

#### 4) Competencia de *aprender a aprender* (CAA).

Resolver problemas motrices con autonomía aplicando os novos coñecementos á resolución de novas situacións, é un dos grandes obxectivos da Educación Física.

A nosa materia ofrece recursos para a planificación de determinadas actividades físicas a partir dun proceso de experimentación. Unha Educación Física e deportiva sobre a base de situacións-problema, discusións polémicas, obradoiros, debates... pode contribuír a que o alumnado sexa capaz de regular a súa propia aprendizaxe e á vez estruturar e organizar a práctica no seu tempo libre.

#### 5) Competencias *sociais e cívicas* (CSC).

A Educación Física incorpora a capacidade de establecer dinámicas persoais e grupais, en situacións de cooperación e de oposición, preservando e fomentando os valores deportivos máis esenciais, que comportan a posta en práctica dun proxecto común e a aceptación de regras e normas establecidas polo grupo, así como o respecto aos materiais, á contorna e ás persoas participantes; que permiten establecer relacións construtivas e facilitan a integración do alumnado na sociedade.

O deporte é o resultado dun proceso histórico e cultural. Os códigos, significados e interpretacións que xerou esta evolución poden ser moi diverxentes entre si. Por iso, propónse unha Educación Física que ten en conta o espazo social en que se desenvolve e que ten como meta formar un alumnado activo, capaz de analizar con espírito crítico o conxunto de espectáculos, manifestacións, valores e actitudes que xiran arredor do deporte e da súa actualidade, seleccionando a información recibida e procesándoa, obtendo conclusións a partir da realización de análises persoais e achegándoo a unha cultura deportiva onde o deporte esta ao servizo das persoas e no que palabras como satisfacción, autonomía, confianza, esforzo, axuda e/ou traballo en equipo sexan un referente.

Esta competencia tamén relaciona o dereito de toda a cidadanía á saúde, coa promoción da actividade física no período escolar. A inactividade é un problema importante de saúde pública. A visión dunha mocidade sedentaria, con índices crecentes de obesidade e problemas de saúde realmente alarmantes establece como prioridade social a educación para a prevención de comportamentos de risco e a promoción da actividade física como base de cultivo de hábitos saudables.

#### 6) Competencia en *sentido de iniciativa e espírito emprendedor* (CSIEE).

As bases da identidade persoal edifícanse a partir de dous aspectos reguladores do ser humano, o corpo e o movemento. O modo de interactuar con outros e co medio realízase a partir da motricidade de cada quen.

En Educación Física, estas propostas oriéntanse dende tres aspectos: 1) a forma na

que se produce a interacción entre o profesorado e o alumnado, 2) a metodoloxía de traballo na aula, e, 3) as esixencias e retos da propia actividade.

A interacción na aula fai referencia á cooperación e participación do alumnado nas propostas que se desenvolven nesta e fóra dela. Inclúe formulacións de autoxestión ou coxestión da sesión ou a organización de propostas complementarias como xornadas deportivas, eventos singulares ou programacións específicas.

As metodoloxías seleccionadas condicionan o nivel de autonomía do alumnado. A metodoloxía debe ser utilizada en función da actividade e das características das persoas destinatarias. Con todo, as propostas máis creativas, máis exploratorias, máis autónomas, promoven unha formación máis individualizada e desenvolven unha maior capacidade de iniciativa persoal.

Doutra banda, as esixencias e os retos das tarefas con certa dificultade técnica ou o reto de mellorar o propio nivel de condición física implican situacións nas que o alumnado debe manifestar autosuperación e perseveranza; tamén responsabilidade e honestidade na aplicación das regras e capacidade de aceptación dos diferentes niveis de condición física e de execución motriz dentro do grupo.

#### 7) Competencia en *conciencia e expresións culturais* (CCEC).

A contribución da Educación Física a esta competencia cabe analizala en dous planos: o enriquecemento cultural que supón practicar e coñecer as actividades físicas e deportivas, e, a observación da actividade física e deportiva como unha forma artística, como elemento plástico.

O primeiro suposto implica apreciar, comprender e valorar as manifestacións culturais da motricidade humana, tales como os deportes, os xogos tradicionais, as actividades expresivas ou a danza, e consideralos como parte do patrimonio cultural dos pobos, algo que é necesario coñecer e preservar.

O segundo caso supón ensinar a ver e percibir os aspectos estéticos que poden existir dentro dun acto motor, en especial na observación de grandes competicións e encontros deportivos. Elasticidade, harmonía, expresividade, plasticidade... son palabras asinables a diversas especialidades e momentos deportivos.

De forma xenérica, contribúe ás demais:

#### 1) Competencia en *comunicación lingüística* (CCL).

Prodúcese de dúas formas diferentes.

A primeira, igual que no resto de materias, ofrecendo unha variedade de intercambios comunicativos e enriquecendo a capacidade comunicativa a través das expresións e o vocabulario específico que achega.

Ademais a comunicación, como factor básico da linguaxe, está unida á área de Educación Física polo uso do corpo como medio para expresar todo tipo de accións ou sensacións. Expoñer e dialogar estarían moi empobrecidos sen o significado que o corpo lles dá a estes conceptos.

2) Competencia *matemática* e competencias básicas en *ciencia e tecnoloxía* (CMCCT).

O cuantitativo no espacial e temporal, en distancias e traxectorias, está reflectido en moi diversos momentos e actos. O control do tempo, a toma do pulso, o ritmo en función da distancia, a regulación de esforzos, a ocupación espacial, son formas que se manexan habitualmente na nosa materia, ben polo coñecemento regulamentario, ben polas esixencias da propia práctica.

3) Competencia *dixital* (CD).

Posto que se van usar as TIC's para buscar, analizar e seleccionar información relevante, coa finalidade de elaborar documentos ou traballos propios e adecuados á súa idade, a Educación Física colabora na adquisición desta competencia.

### 3. *Relación cos bloques de contidos*

Os contidos organízanse ao redor de catro grandes bloques:

- a) *Bloque 1. Contidos comúns*: trata aspectos como a construción dunha sesión, o aseo persoal, a participación nas actividades propostas independentemente do propio nivel de execución, a resolución de conflitos mediante o diálogo e a aceptación das regras, posibilidades das actividades físico-deportivas como formas de ocio activo e de utilización responsable da contorna...
- b) *Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas*: aglutina aos contidos que teñen que ver coa interpretación e a execución de accións motrices, usando técnicas de expresión corporal, baile e outros recursos artísticos.
- c) *Bloque 3. Actividade física e saúde*: inclúe todos os aspectos relacionados coa saúde que se poden abordar dende a práctica da actividade física.
- d) *Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas*: tamén inclúe todos os tipos de actividades físico-deportivas desenvolvidas no medio natural.

Esta distribución busca organizar os contidos atendendo á configuración cíclica da ensinanza da materia, construindo uns coñecementos sobre outros, como unha estrutura de relacións observables, de maneira que se facilite a súa comprensión e aplicación en contextos cada vez máis enriquecedores e complexos.

Non implica unha organización pechada, xa que permite organizar os contidos de diferentes formas, adoptando a metodoloxía máis adecuada ás características tanto do alumnado como dos propios contidos.



Segundo o [Decreto 86/2015](#), do 25 de xuño, os contidos asociados aos criterios de avaliación de cada bloque por curso concretaranse na programación didáctica, de modo que cada centro poida determinalos segundo os recursos materiais e as instalacións de que dispón, ademais das características da contorna. Atendendo a isto, á hora de seleccionar os contidos teremos en conta os seguintes criterios xerais:

- a) [Vinculación cos obxectivos](#): adecuando os obxectivos curriculares ás posibilidades do centro e respecto aos condicionantes socio-culturais da zona.
- b) [Características psicolóxicas do alumnado](#): cabe propoñer aprendizaxes significativas que sexan motivadoras para o alumnado; así como seleccionar contidos que teñan unha evidente utilidade para o alumnado, de forma poida continuar coa práctica deportiva, de forma autónoma, unha vez rematada a vida académica.
- c) [Adecuación ao estado evolutivo](#): intentando respectar ao máximo as características do alumnado, tanto a nivel motor como psicolóxico.
- d) [Atender á estruturación lóxica da materia/contido](#): adecuando o grao de dificultade e intensidade en función da complexidade da tarefa e as posibilidades do alumnado; respectando os principios de continuidade, variedade e progresión; e considerando a formación do profesorado e as posibilidades do centro á hora de seleccionar as actividades.

#### 4. Relación entre os obxectivos xerais de etapa, contidos, criterios de avaliación, estándares de aprendizaxe avaliados e competencias clave

##### Segundo curso da ESO

Obxectivos xerais	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
<i>Bloque 1. Contidos comúns</i>				
b; m; g	B1.1. Fases de activación e recuperación na práctica da AF de carácter xeral e específica, en función da actividade que se realice.  B1.2. Selección e execución de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión.	B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de AF, en relación coas súas características.	EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de AF coa intensidade dos esforzos realizados.	CSC; CMCCT
			EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian a realizar, seguindo as orientacións dadas.	CSC; CAA
			EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e á AF.	CSC
m; n; a; b; c; d; l; g	B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.  B1.4. Papeis e estereotipos nas AF-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.  B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara a súa mellora.	B1.2. Recoñecer as posibilidades das AF-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación de outras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.	EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	CSC
			EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	CSC
			EFB1.2.3. Respecta ás demais persoas dentro da labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.	CSC
m; a; c; d; g; l; ñ	B1.6. Posibilidades da contorna próxima como lugar de práctica de AF-deportivas e recreativas.	B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as AF-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable da contorna.	EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece a súa contorna próxima para a realización de AF-deportivas.	CSC

	<p>B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</p> <p>B1.8. AF como elemento base dos estilos de vida saudable.</p> <p>B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</p>		<p>EFB1.3.2. Respecta a contorna e a valora como un lugar común para a práctica de AF-deportivas.</p>	CSC
			<p>EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a AF e o deporte na sociedade actual.</p>	CSC
m; n; g	<p>B1.10. Prevención de riscos nas AF-deportivas e artístico-expresivas, baseadas na análise previa das características destas.</p> <p>B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</p> <p>B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</p>	<p>B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación nas AF-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motrices que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</p>	<p>EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece a contorna para a realización de AF-deportivas axeitadas á súa idade.</p>	CSC; CSIEE
			<p>EFB1.3.2. Respecta a contorna e valóraa como un lugar común para a realización de AF-deportivas.</p>	CSIEE
			<p>EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relativos ao tratamento do corpo, as actividades de lecer, a AF e o deporte na sociedade actual.</p>	CSIEE
h; i; g; e; b; m; ñ; o	<p>B1.14. Tecnoloxías da información e da comunicación para buscar e seleccionar información relacionada coa AF e a saúde.</p>	<p>B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes adecuados á súa idade.</p>	<p>EFB1.4.1. Identifica as características das AF-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</p>	CD; CCL
			<p>EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección da contorna.</p>	CD; CCL
<i>Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas</i>				
n; m; b; g; l; d; ñ	<p>B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade.</p> <p>B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito</p>	<p>B2.1. Interpretar e producir accións motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.</p>	<p>EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</p>	CCEC
			<p>EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.</p>	CCEC

	individual. B2.3. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.		EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelos, adaptando a súa execución á dos compañeiros e das compañeiras.	CCEC
			EFB2.1.4. Realiza improvisacións de maneira individual como medio de comunicación espontánea.	CCEC
<i>Bloque 3. Actividade física e saúde</i>				
m; f; b; g	B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas AF-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo. B3.2. Efectos sobre a saúde da AF e a alimentación. B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a AF e a práctica deportiva. B3.4. Control da intensidade do esforzo a través da frecuencia cardíaca. B3.5. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde. B3.6. A AF e o seu efecto sobre a saúde. Criterios de selección de actividades para a realización dun plan de mellora da saúde.	B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motriz e os mecanismos de control da intensidade da AF, e aplicarlos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas AF-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	CMCCT
			EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de AF e alimentación co seu impacto na súa saúde.	CMCCT
			EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa AF sistemática, e coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.	CMCCT
			EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	CMCCT
			EFB3.1.5. Aplica con axuda procedementos para auto avaliar os factores da CF.	CMCCT
			EFB3.1.6. Identifica as características que debe ter a AF para ser considerada saudable, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	CMCCT; CAA

m; g; f; b	<p>B3.7. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</p> <p>B3.8. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</p> <p>B3.9. Ergonomía e hixiene postural na práctica de AF.</p> <p>B3.10. AF habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.</p>	<p>B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis relevantes dende a perspectiva da saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, mostrando unha actitude de auto esixencia no seu esforzo.</p>	<p>EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas dende un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</p>	CAA
			<p>EFB3.2.2. Alcanza niveis de CF saudables acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</p>	CAA
			<p>EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica de AF como medio de prevención de lesións.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de AF para a mellora da propia CF saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.</p>	CAA
<b>Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas</b>				
a; b; g; m	<p>B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</p> <p>B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes contornas.</p>	<p>B4.1. Resolver situacións motrices individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das AF-deportivas propostas, en condicións adaptadas.</p>	<p>EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.1.2. Auto avalía a súa execución de maneira básica con respecto ao modelo técnico formulado.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.</p>	CAA; CSIEE

			EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión nas contornas non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo segundo as súas posibilidades.	CAA; CSIEE
a; b; d; g; m	B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas facilitadas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.  B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.	B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis adecuadas en función dos estímulos máis relevantes.	EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das AF-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	CAA; CSIEE
			EFB4.2.2. Describe sinxelamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas AF-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	CAA; CSIEE
			EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que hai que ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	CAA; CSIEE
			EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións aportadas e a súa aplicabilidade a situacións semellantes.	CAA; CSIEE

#### Cuarto curso da ESO

Obxectivos xerais	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
<i>Bloque 1. Contidos comúns</i>				
b; g; m	B1.1. Deseña e realiza as fases de activación e recuperación, logo da análise da AF que se vaia realizar.	B1.1. Deseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de AF considerando a intensidade dos esforzos.	EFB1.1.1. Analiza a AF principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.	CSC

	B1.2. Fases de activación e recuperación como medio de prevención de lesións.		EFB1.1.2. Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.	CSC
			EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final dalgunha sesión, de maneira autónoma, acorde co seu nivel de competencia motriz.	CSC
a; b; c; d; g; m	B1.3. Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.	B1.2. Colaborar na planificación e na organización de eventos, campionatos ou torneos deportivos, prevendo os medios e as actuacións necesarias para a súa celebración e relacionando as súas funcións coas do resto de implicados/as.	EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	CSC
			EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais teña sido coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	CSC
			EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	CSC
a; b; c; d; e; g; m; ñ	B1.4. Valoración das AF, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos adecuados tanto dende o papel de participante como dende o de espectador/a.	B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.	EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferencias.	CSC
			EFB1.3.2. Valora a AF distinguindo as achegas que cada unha ten dende o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	CSC; CCEC
			EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto dende o papel de participante como dende o de espectador/a.	CSC

a; b; g; m	<p>B1.5. Primeiras actuacións ante as lesións máis comúns que poden manifestarse na práctica deportiva.</p> <p>B1.6. Protocolos básicos de primeiros auxilios.</p> <p>B1.7. Medidas preventivas sobre os riscos ou as lesións na realización de AF-deportivas.</p> <p>B1.8. Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.</p>	<p>B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de AF, tendo en conta os factores inherentes á actividade e previndo as consecuencias que podan ter as actuacións pouco coidadosas sobre a seguridade das persoas participantes.</p>	<p>EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.</p>	CSIEE
			<p>EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de AF.</p>	CSIEE
			<p>EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de AF-deportivas.</p>	CSIEE
a; b; c; d; g; m	<p>B1.9. Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo.</p> <p>B1.10. Técnicas de traballo en equipo.</p> <p>B1.11. Técnicas de traballo colaborativo.</p> <p>B1.12. Xogo limpo como actitude social responsable.</p>	<p>B1.5. Demostrar actitudes persoais inherentes ao traballo en equipo, superando as inseguridades e apoiando ás demais persoas ante a resolución de situacións descoñecidas.</p>	<p>EFB1.5.1. Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas aportacións nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.</p>	CSC
			<p>EFB1.5.2. Valora e reforza as aportacións enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.</p>	CSC
m; a; c; d; g; l; ñ	<p>B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas AF-deportivas e as relacionadas coa saúde.</p>	<p>B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.</p>	<p>EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á AF e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</p>	CD; CCL
			<p>EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para aprofundar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</p>	CD; CCL
			<p>EFB1.6.3. Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nas contornas apropiadas.</p>	CD; CCL



<i>Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas</i>				
b; e; g; h; i; m; ñ; o	B2.1. Creación de composicións artístico-expresivas individuais ou colectivas, con ou sen apoio dunha estrutura musical, incluíndo os elementos para a súa sistematización: espazo, tempo e intensidade.	B2.1. Compoñer e presentar montaxes individuais ou colectivas, seleccionando e axustando os elementos da motricidade expresiva.	EFB2.1.1. Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.	CCEC
			EFB2.1.2. Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando as compoñentes espaciais, temporais e, no seu caso, de interacción coas demais persoas.	CCEC
			EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, aportando e aceptando propostas.	CCEC
<i>Bloque 3. Actividade física e saúde</i>				
b; f; g; h; m	B3.1. Efectos negativos que determinados hábitos de vida e consumo teñen sobre a condición física e a saúde.  B3.2. Actividade física e saúde.  B3.3. Realización de exercicios para a consecución dunha óptima hixiene postural.  B3.4. Alimentación: repercusión na saúde e na AF.	B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os coñecementos sobre AF e saúde.	EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir a AF cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	CMCCT
			EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilidade coa compensación dos efectos causados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	CMCCT
			EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na CF e a saúde.	CMCCT
			EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e hidratación para a práctica de diferentes tipos de AF.	CMCCT

b; g; m	<p>B3.5. Valoración e toma de conciencia da propia condición física e da predisposición a melloralas.</p> <p>B3.6. Elaboración e posta en práctica dun plano de traballo que integre as capacidades físicas relacionadas coa saúde.</p> <p>B3.7. Valoración e aplicación de técnicas e métodos de relaxación e respiración de maneira autónoma, co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.</p> <p>B3.8. Métodos de avaliación da condición física en relación coa saúde.</p>	<p>B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando AF-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.</p>	EFB3.2.1. Valora o grado de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de AF.	CMCCT
			EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma AF co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	CMCCT
			EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de AF a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.	CMCCT
			EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	CMCCT
<i>Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas</i>				
a; b; g; m	<p>B4.1. Traballo dos fundamentos técnicos das AF-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas contrincantes, os regulamentos e a contorna da práctica.</p>	<p>B4.1. Resolver situacións motrices aplicando fundamentos técnicos nas AF-deportivas propostas, con eficacia e precisión.</p>	EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.	CAA; CSIEE
			EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas contrincantes, nas situacións colectivas.	CAA; CSIEE
			EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	CAA; CSIEE

a; b; c; d; g; m	<p>B4.2. Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas contrincantes, os regulamentos e a contorna da práctica.</p> <p>B4.3. Coñecemento e práctica de xogos e de deportes tradicionais de Galicia e da propia zona, así como do seu regulamento. Procura de información sobre variacións locais.</p>	<p>B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición nas AF-deportivas propostas, tomando a decisión máis eficaz en función dos obxectivos.</p>	<p>EFB4.2.1. Aplica oportuna e eficazmente estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións do adversario.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.2.2. Aplica oportuna e eficazmente estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valora as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.</p>	CAA; CSIEE
			<p>EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes na contorna.</p>	CAA; CSIEE
f; g; m	<p>B4.4. Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural.</p> <p>B4.5. Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas AF-deportivas no medio natural.</p> <p>B4.6. Realización de AF e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural.</p>	<p>B4.3. Recoñecer o impacto medioambiental, económico e social das AF-deportivas, reflexionando sobre a súa repercusión na forma de vida e na contorna.</p>	<p>EFB4.3.1. Compara os efectos das AF-deportivas na contorna en relación coa forma de vida nela.</p>	CSC; CMCCT
			<p>EFB4.3.2. Relaciona as AF na natureza coa saúde e a calidade de vida.</p>	CSC; CMCCT
			<p>EFB4.3.3. Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.</p>	CSC; CMCCT

## 5. Concreción do grao mínimo de consecución e dos instrumentos de avaliación para cada estándar de aprendizaxe available

### Segundo curso da ESO

Identificador de estándar	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
EFB1.1.1	Recoñece a estrutura dunha sesión de EF.	Proba escrita.
EFB1.1.2	Prepara a parte do quecemento específico dunha sesión do curso, tendo en conta os contidos que se van a realizar.	Lista de control; rúbrica.
EFB1.1.3	Practica actividades para a mellora das propias habilidades motrices.	Lista de control; rúbrica.
EFB1.2.1	Case sempre, amosa tolerancia e deportividade no papel de participante na iniciación ao baloncesto.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.2.2	Case sempre, colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas na iniciación ao baloncesto.	Lista de control; rúbrica.
EFB1.2.3	Case sempre, respecta aos demais na iniciación ao floorball, con independencia do seu nivel de destreza.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.3.1	Identifica algunha das posibilidades para a práctica de AF-deportivas na natureza que ofrece a contorna próxima.	Proba escrita.
EFB1.3.2	Case sempre, respecta a contorna.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.3.3	Analiza criticamente os estilos de vida consumistas no contexto social actual.	Rúbrica.
EFB1.4.1	Identifica as características das AF-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supoñer un elemento de risco relevante para a Covid-19.	Proba escrita.
EFB1.4.2	Coñece os protocolos para activar os servicios de protección contra a Covid-19.	Proba escrita.
EFB1.4.3	Aplica as medidas de seguridade propias das habilidades ximnásticas avanzadas.	Proba escrita; rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.5.1	Utiliza as TIC's para elaborar os traballos propostos.	Rúbrica.
EFB1.5.2	Expón o traballo sobre os estilos de vida consumistas no contexto social actual.	Rúbrica.
EFB2.1.1	Practica técnicas propias do teatro.	Proba práctica; rúbrica.
EFB2.1.2	Deseña, de xeito básico, unha coreografía de aerobic segundo o modelo facilitado.	Lista de control; proba práctica; rúbrica.
EFB2.1.3	Deseña, de xeito básico, unha coreografía de aerobic segundo o modelo facilitado.	Lista de control; proba práctica; rúbrica.
EFB2.1.4	Practica técnicas propias do teatro.	Proba práctica; rúbrica.
EFB3.1.1	Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas nalgunha das actividades propostas para a mellora da CF.	Proba escrita.
EFB3.1.2	Coñece a necesidade dunha correcta alimentación para a práctica da AF.	Proba escrita.
EFB3.1.3	Coñece algunha das principais adaptacións do organismo á AF sistemática.	Proba escrita.
EFB3.1.4	Modifica a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca.	Lista de control; rúbrica.

EFB3.1.5	Auto avalía con axuda algún dos factores da CF.	Proba práctica; rúbrica.
EFB3.1.6	Coñece algunha das prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	Proba escrita.
EFB3.2.1	Participa na mellora das capacidades físicas básicas.	Lista de control; rúbrica.
EFB3.2.2	Alcanza, como mínimo, niveis de CF superiores aos obtidos no curso anterior.	Proba práctica; rúbrica.
EFB3.2.3	Aplica algún dos fundamentos de hixiene postural na práctica das habilidades ximnásticas avanzadas.	Proba práctica; rúbrica.
EFB3.2.4	Coñece a importancia da práctica habitual de AF para a mellora da propia CF.	Proba escrita.
EFB4.1.1	Coñece as normas básicas das carreiras de orientación.	Proba escrita.
EFB4.1.2	Describe, dun xeito básico, os modelos técnicos das habilidades ximnásticas avanzadas.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.1.3	Describe, dun xeito básico, os modelos técnicos das habilidades ximnásticas avanzadas.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.1.4	Mellora o seu nivel na execución das accións técnicas propias das habilidades ximnásticas avanzadas respecto ao da valoración inicial.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.1.5	Pon en práctica técnicas básicas de orientación con mapa e compás.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.1	Practica os fundamentos técnicos e tácticos do bádminon.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.2	Pon en práctica aspectos básicos de organización de ataque e de defensa no bádminon.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.3	Discrimina os estímulos a ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de bádminon, para marcar punto.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.4	Valora a oportunidade das solucións aportadas no bádminon.	Proba práctica; rúbrica.

#### Cuarto curso da ESO

Identificador de estándar	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
EFB1.1.1	Relaciona a estrutura dunha sesión de EF coa intensidade dos esforzos realizados.	Proba escrita.
EFB1.1.2	Prepara quecementos segundo o contido que se vaia realizar, de forma autónoma.	Lista de control; rúbrica.
EFB1.1.3	Prepara quecementos segundo o contido que se vaia realizar, de forma autónoma.	Lista de control; rúbrica.
EFB1.2.1	Asume as funcións encomendadas na realización do traballo de xogos e deportes tradicionais e populares.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.2.2	Verifica o grao de cumprimento das súas funcións na realización do traballo de xogos e deportes tradicionais e populares.	Rúbrica.
EFB1.2.3	Presenta algunha proposta creativa de utilización de materiais no traballo sobre xogos e deportes tradicionais e populares.	Lista de control; rúbrica.
EFB1.3.1	Valora as intervencións das persoas participantes no torneo de bádminon, respectando os niveis de competencia motriz.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.3.2	Valora a utilidade do desenvolvemento dun torneo de bádminon no fomento das relacións coas demais persoas.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.3.3	Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos no desenvolvemento do torneo de bádminon.	Rexistro anecdótico; rúbrica.

EFB1.4.1	Coñece as condicións de práctica segura ao respecto da Covid-19.	Proba escrita.
EFB1.4.2	Identifica algunha das lesións máis frecuentes derivadas da práctica de AF.	Proba escrita.
EFB1.4.3	Describe os protocolos que deben seguirse ante unha situación de emerxencia producida pola Covid-19.	Proba escrita.
EFB1.5.1	Fundamenta os seus puntos de vista e as súas aportacións na organización do torneo deportivo de bádminton.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.5.2	Valora e reforza as aportacións enriquecedoras dos outros na organización do torneo deportivo de bádminton.	Rexistro anecdótico; rúbrica.
EFB1.6.1	Procura información sobre a situación actual dos xogos e deportes tradicionais e populares.	Rúbrica.
EFB1.6.2	Utiliza as TIC's para elaborar os traballos propostos.	Rúbrica.
EFB1.6.3	Expón o traballo sobre os xogos e deportes tradicionais e populares.	Rúbrica.
EFB2.1.1	Deseña unha coreografía de acrosport.	Proba práctica; rúbrica.
EFB2.1.2	Deseña unha coreografía de acrosport.	Proba práctica; rúbrica.
EFB2.1.3	Deseña unha coreografía de acrosport.	Proba práctica; rúbrica.
EFB3.1.1	Coñece os beneficios que para a saúde reporta a mellora do nivel de CF a nivel individual e colectivo.	Proba escrita.
EFB3.1.2	Aporta algún exemplo práctico onde o traballo de flexibilidade axude a compensar os efectos causados por actitudes posturais inadecuadas.	Proba escrita.
EFB3.1.3	Coñece os efectos do consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas sobre a CF.	Proba escrita.
EFB3.1.4	Valora a necesidade de alimentos e hidratación na organización do torneo deportivo de bádminton.	Lista de control; rúbrica.
EFB3.2.1	Valora o grao de implicación das capacidades físicas no desenvolvemento da CF.	Proba escrita.
EFB3.2.2	Practica de forma regular, sistemática e autónoma AF co fin de mellorar o nivel de CF.	Lista de control; rúbrica.
EFB3.2.3	Deseña un plan para a mellora da CF.	Rúbrica.
EFB3.2.4	Auto avalía os factores da CF acadando, como mínimo, niveis superiores aos obtidos no curso anterior.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.1.1	Completa un percorrido superando diversos obstáculos empregando as técnicas do parkour adecuadas.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.1.2	Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas contrincantes, no voleibol.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.1.3	Completa con éxito unha carreira de orientación coa axuda de mapa e compás.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.1	Participa nun torneo de bádminton, na modalidade de individuais.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.2	Participa nun torneo de bádminton, na modalidade de dobres.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.3	Participa nun torneo de bádminton, na modalidade de dobres.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.4	Participa nun torneo de bádminton, na modalidade de individuais.	Proba práctica; rúbrica.
EFB4.2.5	Xustifica as decisións tomadas no desenvolvemento dun	Proba práctica; rúbrica.

	torneo de bádminton, na modalidade de individuais.	
EFB4.2.6	Argumenta estratexias básicas para acadar a mellor posición na clasificación do torneo de bádminton, na modalidade de individuais.	Proba escrita.
EFB4.3.1	Analiza os efectos negativos das carreiras de orientación na contorna.	Proba escrita.
EFB4.3.2	Analiza os efectos beneficiosos para a saúde das carreiras de orientación.	Proba escrita.
EFB4.3.3	Respecta a contorna.	Rexistro anecdótico; rúbrica.

## SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN

A temporalización representa a adaptación das propostas didácticas ao calendario escolar, coa finalidade de organizar perfecta e adecuadamente cada unha das Unidades Didácticas do curso. Proporciona as pautas para a distribución e/ou ordenación de contidos e actividades a desenvolver na Unidade Didáctica, axustando a actividade de ensinanza e aprendizaxe ao tempo dispoñible.

O cálculo do tempo representa unha acción vital para poder tomar as decisións que comporta resolver a programación. Para calcular o tempo que dedicaremos a cada Unidade é preciso identificar o tempo dispoñible ao longo do curso. Sabendo que se imparten dúas sesións semanais de Educación Física, temos que: *horas anuais de Educación Física nun curso = 2 horas x nº de semanas do curso*.

Esta operación proporciona o tempo teórico de clase, pero raramente se dispón deste total, xa que hai unha serie de factores que fan que este se reduza en parte. Sabendo que o cálculo debe ser o máis realista posible para que a programación se axuste ás verdadeiras posibilidades, procederemos como segue: ás 36 semanas de clase teóricas restaremos tres (unha por trimestre) para imprevistos, multiplicándoas polas horas semanais de Educación Física, e así obtemos  $33 \times 2 = 66$  sesións reais. Programaremos, en consecuencia, 22 sesións para cada avaliación. Cabe destacar que a temporalización debe ser interpretada sempre coa máxima flexibilidade e como algo susceptible de modificación e adaptación.

En canto á secuenciación, programaremos Unidades Didácticas de desenvolvemento horizontal e vertical. As primeiras, pola singularidade dos seus contidos, parece máis oportuno traballalas ao longo de todo o curso. Terán presenza en todas as sesións aínda que dun xeito pouco significativo. As outras terán unha incidencia moi destacada na sesión pero dun modo moi puntual, é dicir, desenvolveranse de forma intensiva ao longo dunhas poucas sesións e unha vez rematadas non se volverán a traballar os seus contidos.

Ademais, en cada trimestre dedicaremos a primeira sesión para explicar con detalle os contidos a desenvolver no mesmo, e outras tres para a valoración dos resultados obtidos.

### 1. Secuenciación e temporalización das Unidades Didácticas

#### Segundo curso da ESO

Identificador de Unidade Didáctica	Unidade didáctica	Temporalización	
		Mes	Sesións
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento horizontal</i>			
UDH1	Os bos hábitos, o mellor punto de partida (II).	Todos	Todas
UDH2	Nunca en frío! (II).	Todos	Todas



<i>Unidades didácticas de desenvolvemento vertical</i>			
<i>Primeira avaliación</i>			
UDV1.1	A prevención, clave do éxito (II).	Setembro	3
UDV1.2	Familiarizámonos co traballo da condición física.	Outubro e novembro	12
UDV1.3	Descubrimos o teatro.	Decembro	3
<i>Segunda avaliación</i>			
UDV2.1	Progresamos coa ximnasia deportiva.	Xaneiro, febreiro, marzo e abril	6
UDV2.2	Familiarizámonos co aerobio.		6
UDV2.3	Iniciámonos no baloncesto.		6
<i>Terceira avaliación</i>			
UDV3.1	Familiarizámonos co bádminon.	Abril e maio	12
UDV3.2	Familiarizámonos coas carreiras de orientación.	Maio e xuño	6

### Cuarto curso da ESO

<i>Identificador de Unidade Didáctica</i>	<i>Unidade didáctica</i>	<i>Temporalización</i>	
		<i>Mes</i>	<i>Sesións</i>
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento horizontal</i>			
UDH1	Nunca en frío! (IV).	Todos	Todas
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento vertical</i>			
<i>Primeira avaliación</i>			
UDV1.1	A prevención, clave do éxito (IV).	Setembro	3
UDV1.2	Progresamos co parkour.	Outubro	6
UDV1.3	Deseñamos un plan para a mellora da condición física.	Novembro e decembro	9
<i>Segunda avaliación</i>			
UDV2.1	Iniciámonos no acrosport.	Xaneiro, febreiro, marzo e abril	6
UDV2.2	Organizamos un torneo de bádminon.		6
UDV2.3	Progresamos co voleibol.		6
<i>Terceira avaliación</i>			
UDV3.1	Disputamos un torneo de bádminon.	Abril e maio	8
UDV3.2	Descubrimos os xogos de antes.	Maio	4
UDV3.3	Corre, pero non perdas o Norte.	Maio e xuño	6

## METODOLOXÍA

A metodoloxía fai referencia ás decisións que toman profesorado e alumnado no proceso de ensinanza e aprendizaxe. Teñen que ver con aspectos como a selección da materia, o grao de participación do alumno/a e do profesor/a, a organización do grupo, a duración, o ritmo de aprendizaxe, as estratexias de ensinanza, os recursos didácticos...

Os principios didácticos que dirixen as propostas metodolóxicas fan referencia aos seguintes aspectos:

- *aprendizaxe significativa*: ofrece a posibilidade de ir ampliando coñecementos partindo do nivel de coñecementos que posúe cada quen;
- *aprendizaxe construtiva*: os métodos empregados facilitarán a actuación do alumnado para que se sinta partícipe do proceso e lle aporte algo novo;
- *aprendizaxe secuencial e progresiva*: a correcta aplicación das sucesivas fases na aprendizaxe das habilidades específicas e os movementos complexos é o camiño para acadar as mesmas con éxito;
- *diversificación dos métodos de traballo*: na actualidade non se concibe utilizar un único estilo de ensino, cada situación de ensinanza e aprendizaxe esixe a elección dunha metodoloxía específica;
- *aprendizaxe integral e global*: a nosa intervención contemplará tanto a mellora das habilidades motrices coma as aprendizaxes conceptuais e a adquisición de hábitos e actitudes transferibles a outras situacións da vida cotiá; e
- *aprendizaxe individualizada*: é básico respectar o nivel de desenvolvemento do alumnado, así como o ritmo particular de comprensión, análise e execución das tarefas propostas; garantindo, de ser preciso, as adaptacións necesarias para que todos/as poidan acadar o máximo desenvolvemento das súas capacidades.

A metodoloxía está suxeita ás características de alumnado, obxectivos, contidos, recursos... por iso non se define unha metodoloxía única; cada tarefa pode definir un método que mellor se adapte ao tipo de actividade, á tipoloxía de alumnado e ás circunstancias. Con todo, as propostas máis creativas, máis autónomas, máis exploratorias promoven unha formación máis individualizada e desenvolven unha maior capacidade de iniciativa persoal.

Unha EF edificada sobre a base de situacións problema, discusións polémicas, debates... pode contribuír a que o alumnado sexa capaz de regular a propia aprendizaxe e estruturar e organizar a práctica no tempo de lecer. Para isto cabe propoñer tarefas que propicien a resolución de problemas, organizar situacións onde se revelen contradicións,

buscar solucións posibles ante as actividades cooperativas ou de competición, individuais ou grupais presentadas e xulgar o proceso e non so o resultado final.

A flexibilidade, entendida como a necesidade de adaptarse a cada circunstancia específica, é unha das características básicas que debe guiar a metodoloxía; non obstante, é interesante definir unha liña metodolóxica para toda a programación.

### *Estilos de ensinanza*

Dentro do espectro dos estilos de ensinanza empregaranse os máis directivos, como o **mando directo**, con actividades dirixidas a aprendizaxes moi concretas e que precisan dun maior control por parte do/a docente. Doutra banda, a **asignación de tarefas** será moi empregada xa que permite adaptarse á heteroxeneidade da clase, así como ter a todo o alumnado traballando sincronicamente.

Os estilos menos directivos, como o **descubrimento guiado** ou a **resolución de problemas**, utilizaranse en moitas actividades nas que será o propio alumno ou alumna o/a responsable de construír as súas aprendizaxes, tomando como punto de partida a presentación por parte do/a docente dun obxectivo ou dun material, como no caso de actividades de expresión e/ou comunicación, ou en certos xogos.

O emprego de **tarefas definidas**, **seme definidas** e/ou **non definidas** en función dos estándares e das características do alumnado e dos contidos, axudará á variabilidade nos estilos de ensinanza.

### *Formas de conducir a clase*

O alumnado gañará importancia na dinamización da sesión dun modo progresivo. Así pois, inicialmente basearémonos en modos máis **instrutivos** de guiar a clase nos que será o profesorado quen tome a maior parte das decisións, motivando a alumnos e alumnas para a consecución de determinados logros iniciais e reforzando as súas actitudes positivas de aprendizaxe, para evolucionar cara un xeito máis **participativo** no que obxectivos e contidos serán acordados entre profesor/a e alumnos/as.

### *Método de práctica*

Óptase por dar prioridade á práctica **global**, con ou sen polarización da atención, aínda que en momentos puntuais recorreremos ao **analítico**.

### *Tipo de práctica*

A opción dominante será a práctica **concentrada**, é dicir, os contidos semellantes presentaranse sen intervalos e sen incluír outros no tempo que dura a aprendizaxe do anterior. Non obstante, en algún momento tamén se recorre á práctica **distribuída**; os contidos espállanse no tempo intercalados con outros.

## 1. Outras decisións metodolóxicas

### Tempos de práctica

É sabido o escaso tempo dispoñible para desenvolver os contidos da materia, polo que é vital maximizar o tempo de práctica efectiva. Así, a meirande parte das propostas basearanse na práctica masiva.

### Formación de grupos

A opción seleccionada é unha estratexia mixta que combine a libre decisión do alumnado coa decisión do profesorado, que propicie situacións de heteroxeneidade ou homoxeneidade segundo nos interese crear situacións de axuda e colaboración na aprendizaxe dentro do grupo, fomentar actitudes de cooperación, buscar a integración do alumnado, traballar situacións de competición en igualdade...

Entre outras, empregarase a organización en **gran grupo** (participación simultánea de todo o alumnado), en **grupo reducido** (división do alumnado en grupos de traballo adaptados ás necesidades e características particulares de cada alumno/a), en **parella** ou **individual** (cada quen ocupa un espazo e non establece relación nin comunicación algunha cos demais).

### Espazos de práctica

A ocupación racional do espazo será un aspecto a ter moi en conta nas sesións. Para elo prestaremos especial atención á distribución e colocación do material no espazo de práctica e á información previa que se lle transmita ao alumnado antes de cada actividade.

Con motivo da **COVID-19**, fomentarase a utilización de espazos ao aire libre (patios, zonas verdes...) fronte aos pechados (ximnasios e pavillóns), sempre que a climatoloxía o permita.

### Recursos materiais e didácticos

Pendente de actualizar o inventario de materiais do departamento.

## AVALIACIÓN

O *Decreto 86/2015*, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da *Ensinanza Secundaria Obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia* establece no artigo 21.3 que o profesorado avaliará tanto as aprendizaxes do alumnado como os procesos de ensino e a súa propia práctica docente, para o que establecerá indicadores de logro nas programacións didácticas.

A avaliación do alumnado basearase na constatación da progresiva adquisición dos estándares de aprendizaxe expresados no programa da materia.

A avaliación do proceso realizarase a partir da análise dos diferentes elementos que interveñen no proceso e dos intercambios que se producen, para determinar cales foron os resultados e empregalos como referencia para verificar si se lograron, e ata que punto, as intencións educativas. En outro caso, debe servir para adoptar as medidas necesarias para poder reconducir a situación e lograr os fins previstos.

A avaliación do proceso de ensino e da práctica docente é unha acción pouco cotiá, aínda sendo unha necesidade que debe contribuír á mellora da acción didáctica. Debe concibirse con criterios positivos e de orientación e estímulo; como un elemento básico da súa formación permanente.

Dende esta perspectiva, a avaliación desemprega dúas funcións básicas:

- *Pedagóxica*: incide na regulación dos elementos do proceso de ensino e aprendizaxe e que ten como finalidade o progresivo axuste pedagóxico.
- *Social*: garante o correcto resultado do proceso de ensino e aprendizaxe. Consiste en verificar ter acadado e ata que punto os obxectivos.

Para Blázquez (1993) as características que definen un modelo de avaliación orientado á toma de decisións son as seguintes: é externa ao proceso educativo, está incardinada no programa, non ten carácter punitivo, busca a aprendizaxe significativa, informa previamente e verifica o proceso.

No proceso de ensino e aprendizaxe hai varios momentos clave que dan senso e orientan a avaliación formativa, e constitúen os mecanismos que permiten a súa regulación: a avaliación inicial, a continua e a final.

### 1. *Avaliación inicial*

É o punto de partida e faise ao inicio dun proceso de ensinanza e aprendizaxe. A súa principal finalidade é a determinación dos esquemas de coñecemento precisos para os novos contidos de aprendizaxe. Así pois, nos primeiros días do curso vaise realizar unha proba específica para coñecer o grao de dominio dos contidos mínimos que se consideran

imprescindibles para construír sobre eles as novas aprendizaxes.

Para obter esta información empregarase un **instrumento de interrogación** deseñado polo departamento para tal fin. Ademais, na xuntanza de avaliación inicial utilizarase unha **escala de cualificación** coa que se pretende recompilar a maior información posible sobre as peculiaridades de cada alumno/a á hora de construír novas aprendizaxes, así como datos sobre o seu grao de integración no grupo.

Esta avaliación inicial non so facilita coñecemento do grupo como conxunto, tamén información sobre diversos aspectos individuais do alumnado. A partir desta poderemos:

- identificar ao alumnado que precisa unha maior atención ou individualización de estratexias no proceso de ensinanza e aprendizaxe:
- identificar as medidas organizativas a adoptar:
- establecer conclusións sobre as medidas curriculares que se vaian a adoptar, así como sobre os recursos que se van a empregar;
- definir o modo en que se van a avaliar os progresos destes; e
- concretar o modo en que se vai compartir a información sobre cada alumno e alumna co resto de docentes; en especial co titor.

## **2. Avaliación continua**

Formada por todas as comprobacións que se fan ao longo do proceso de ensinanza e aprendizaxe coa finalidade de conducir con éxito ese proceso. Os seus obxectivos son a regulación pedagóxica, a xestión de erros e o reforzo dos éxitos.

Ao longo do curso académico realizarase un mínimo dunha proba obxectiva por Unidade Didáctica, que busca comprobar o grao de competencia acadado polo alumnado na mesma, é dicir, o **resultado** conseguido. Esta información terá un peso do 50% na nota da avaliación. O outro 50% dependerá do **proceso**, entendido como a maneira en que cada alumno/a afronta a consecución dos obxectivos propostos (amosando actitudes de esforzo e superación persoal; participando activamente nos exercicios, xogos e deportes propostos nas sesións; cooperando cos compañeiros/as nas tarefas de clase e axudándose no proceso de aprendizaxe; respectando normas de clase e regras dos xogos e deportes practicados; respectando aos compañeiros/as, ao profesorado e ao material...).

Segundo os aspectos a valorar e o obxectivo, empregaranse diversos instrumentos de avaliación:

- **Instrumentos de experimentación**. Tratan de facer a avaliación o máis obxectiva posible, usando probas onde o suxeito é sometido a un proceso experimental semellante a unha situación de laboratorio. As máis representativas son os test e as probas de execución, onde se compara ao alumnado cun estándar.

- **Instrumentos de observación.** Deséñanse e desenvólvense partindo de situacións reais co alumnado. A subxectividade do observador ten unha especial incidencia pero buscan acercarse o máximo posible á obxectividade na observación dos comportamentos. Os máis útiles son: rexistro anecdótico, listas de control, escalas de cualificación e procedementos de verificación.

O **rexistro anecdótico** consiste na anotación e breve descrición dos feitos que de xeito destacado e non esperado aparecen no transcurso dos procesos de ensinanza e aprendizaxe. É pouco estruturado e escasamente sistemático.

As **listas de control** son frases referidas a condutas, accións... cuxa presenza ou ausencia se verificará mediante unha observación sistemática e metódica.

As **escalas de cualificación** buscan ordenar os comportamentos motores nun nivel dunha escala que pode ter varios, pero sempre con extremos definidos. Un responde á inexistencia do comportamento e o outro á mellor realización. Os niveis poden ser ordinais (non sempre gardan proporción, nin posúen mínimo e máximo), numéricos (sendo os intervalos iguais e con extremos definidos por 0 e 10), gráficos (sitúan o comportamento nun gráfico) ou descritivos (describe condutas especificando os distintos niveis). Un bo exemplo das escalas de cualificación son as **rúbricas**.

Os **procedementos de verificación** rexistran acontecementos que suceden nunha situación real. Parten duns parámetros cuantitativos de medición mais a súa interpretación debe ser cualitativa.

- **Instrumentos de interrogación.** Son aqueles onde o alumnado debe responder a unhas cuestións presentadas en formatos diferentes. Os tradicionais exames escritos ou orais son un claro exemplo desta tipoloxía, pero tamén o son as entrevistas, as probas de elección múltiple...

Son os instrumentos de observación os máis útiles para responder ás esixencias actuais.

Para lograr unha cualificación positiva é preciso cumprir as seguintes condicións:

- obter unha cualificación **media** dun mínimo de 5 puntos nos estándares traballados, tendo presente que esta se redondeará ao enteiro superior a partir das 5 décimas (así pois, unha nota media de 4,5 puntos ou máis décimas redondearase ao 5);
- obter unha cualificación igual ou superior a 5 puntos no **proceso**. No caso de obter unha cualificación inferior, a media da avaliación será de 4 se a nota media real é igual ou superior aos 5 puntos; en outro caso, a media será a nota real; e
- obter unha cualificación igual ou superior a 4 no **resultado**. No suposto de obter unha cualificación inferior, a nota da avaliación será de 4 de ser a nota media real igual ou superior aos 5 puntos; en outro caso, será a nota real a media da avaliación.

En aplicación do sinalado no artigo 21.2 do [Decreto 86/2015](#), do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da ESO e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia, onde se indica que a avaliación será **continua**, de non chegar ao aprobado nunha avaliación, quedará recuperada ao aprobar a seguinte. Neste suposto, a avaliación suspensa pasará a estar aprobada cun 5.

O alumnado que, como consecuencia de enfermidade e/ou lesión, non poidan participar no normal desenvolvemento das sesións, debe suplir este traballo con outros de carácter teórico-práctico equivalentes. A súa avaliación basearase nos resultados obtidos nas ditas probas, así como nas de carácter escrito propostas aos outros compañeiros e compañeiras. En caso de suspender unha avaliación, aplicarase o criterio de recuperación antes descrito.

## 2.1. Concreción dos procedementos de avaliación e da contribución á nota para cada UD

### Segundo curso da ESO

Unidade didáctica	Identificador de estándar	Procedemento de avaliación	%
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento horizontal</i>			
UDH1	EFB1.3.3	Rúbrica.	10%
	EFB1.5.1.; EFB1.5.2	Rúbrica.	
	EFB3.1.2	Proba escrita.	
UDH2	EFB1.1.1	Proba escrita.	10%
	EFB1.1.2; EFB1.1.3	Lista de control; rúbrica.	
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento vertical</i>			
<i>Primeira avaliación</i>			
UDV1.1	EFB1.4.1; EFB1.4.2	Proba escrita.	5%
UDV1.2	EFB1.5.1	Rúbrica.	15%
	EFB3.1.1; EFB3.1.3; EFB3.1.6; EFB3.2.4	Proba escrita.	
	EFB3.1.4; EFB3.2.1	Lista de control; rúbrica.	
	EFB3.1.5; EFB3.2.2	Proba práctica; rúbrica.	
UDV1.3	EFB2.1.1; EFB2.1.4	Proba práctica; rúbrica.	5%
<i>Segunda avaliación</i>			
UDV2.1	EFB1.4.3; EFB3.2.3	Proba escrita; rexistro anecdótico; rúbrica.	10%
	EFB4.1.2; EFB4.1.3	Proba práctica; rúbrica.	
UDV2.2	EFB1.5.1	Rúbrica.	10%
	EFB2.1.2; EFB2.1.3	Lista de control; proba práctica; rúbrica.	
UDV2.3	EFB1.2.1; EFB1.2.3	Rexistro anecdótico; rúbrica.	10%
	EFB1.2.2	Lista de control; rúbrica.	
<i>Terceira avaliación</i>			
UDV3.1	EFB1.5.1	Rúbrica.	15%



	EFB4.2.1; EFB4.2.2; EFB4.2.3	Proba práctica; rúbrica.	
	EFB4.2.4	Proba escrita; rúbrica.	
UDV3.2	EFB1.3.1; EFB4.1.1	Proba escrita.	15%
	EFB1.3.2	Rexistro anecdótico; rúbrica.	
	EFB4.1.5	Proba práctica; rúbrica.	

#### Cuarto curso da ESO

Unidade didáctica	Identificador de estándar	Procedemento de avaliación	%
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento horizontal</i>			
UDH1	EFB1.1.1	Proba escrita.	10%
	EFB1.1.2; EFB1.1.3	Lista de control; rúbrica.	
	EFB1.6.2	Rúbrica.	
<i>Unidades didácticas de desenvolvemento vertical</i>			
<i>Primeira avaliación</i>			
UDV1.1	EFB1.4.1; EFB1.4.2; EFB1.4.3	Proba escrita.	5%
UDV1.2	EFB4.1.1	Proba práctica; rúbrica.	10%
UDV1.3	EFB1.6.2; EFB3.2.3	Rúbrica.	15%
	EFB3.1.1; EFB3.1.2; EFB3.1.3; EFB3.2.1	Proba escrita.	
	EFB3.2.2	Lista de control; rúbrica.	
	EFB3.2.4	Proba práctica; rúbrica.	
<i>Segunda avaliación</i>			
UDV2.1	EFB1.6.2	Rúbrica.	10%
	EFB2.1.1; EFB2.1.2; EFB2.1.3	Proba práctica; rúbrica.	
UDV2.2	EFB1.3.1; EFB1.3.2; EFB1.3.3; EFB1.5.1; EFB1.5.2	Rexistro anecdótico; rúbrica.	10%
	EFB1.6.2	Rúbrica.	
	EFB3.1.4	Proba escrita; rúbrica.	
UDV2.3	EFB4.1.2	Rexistro anecdótico; rúbrica.	10%
<i>Terceira avaliación</i>			
UDV3.1	EFB1.3.3	Rexistro anecdótico; rúbrica.	10%
	EFB3.1.4	Lista de control; rúbrica.	
	EFB4.2.1; EFB4.2.2; EFB4.2.3; EFB4.2.4; EFB4.2.5	Proba práctica; rúbrica.	
	EFB4.2.6	Proba escrita	
UDV3.2	EFB1.2.1	Rexistro anecdótico; rúbrica.	10%
	EFB1.2.2; EFB1.6.1; EFB1.6.2; EFB1.6.3	Rúbrica.	
	EFB1.2.3	Lista de control; rúbrica.	
UDV3.3	EFB4.1.3	Proba práctica; rúbrica.	10%
	EFB4.3.1; EFB4.3.2	Proba escrita.	
	EFB4.3.3	Rexistro anecdótico; rúbrica.	

### 3. *Avaliación final*

Realízase sempre ao remate do proceso de ensinanza e aprendizaxe, tendo como finalidade comprobar si se conseguiron, e en que grao, os obxectivos propostos.

Obterá unha avaliación positiva o alumno/a que teña aprobadas as tres avaliacións, sendo a súa cualificación o resultado de calcular a media aritmética desas notas antes de aplicarlle o redondeo. Unha vez obtida a cualificación final, procederase a facer o redondeo correspondente tendo en conta que se subirá a nota ao enteiro superior a partir das 5 décimas (unha media de 4,5 puntos ou máis decimais redondearase ao 5).

O alumnado que non estea en disposición de obter unha avaliación final favorable na avaliación final ordinaria (que tal e como se recolle na *Orde do 20 de maio de 2022 pola que se aproba o calendario escolar para o curso 2022/23* se celebrará a partir do 5 de xuño de 2023), terá que facer unha proba final extraordinaria. Se consegue superala calcularase a media aritmética entre a nota global do curso e a obtida nesta proba, obtendo deste xeito a súa cualificación final:

- se o resultado do cálculo é igual ou superior a 5 puntos, a cualificación final do alumno/a será o que corresponda despois de realizar o redondeo pertinente;
- se o resultado do cálculo é igual ou inferior a 4,49 puntos, a cualificación final será de 5 puntos.

A proba final extraordinaria de avaliación contemplará unha ou varias probas prácticas, así como unha proba escrita. O contido destas versará sobre o traballado durante o curso e será axustado ás necesidades individuais de cada alumno/a, centrándose unicamente nos estándares non conseguidos e que provocaron o suspenso.

No período comprendido entre avaliación final ordinaria e a celebración da avaliación final extraordinaria:

- co alumnado que teña logrado unha cualificación positiva na avaliación final ordinaria, faremos actividades de consolidación e ampliación dos contidos traballados ao longo do curso, e;
- con que non tivera obtido unha avaliación positiva, desenvolveremos actividades de reforzo e repaso encamiñadas a facilitarlles superar a proba final extraordinaria.

### 4. *Recuperación e avaliación de pendentes*

O alumnado coa materia de Educación Física pendente terá dúas opcións para a súa recuperación:

- o alumnado cunha actitude positiva cara a materia, que se esforza día a día e vai aprobando o curso vixente, irá validando a parte práctica e unicamente terá que entregar un traballo cos contidos mínimos propios do nivel a recuperar por trimestre.

A cualificación final será a media aritmética das notas obtidas nestes traballos, sempre e cando sexa igual ou superior a 5 puntos. Se os traballos trimestrais non chegarán ao 5, pediráselle ao alumno/a en cuestión que os repita indicándolle que cambios debe facer para conseguilo;

- aquel cuxa actitude cara a materia no curso vixente sexa negativa e non vaia aprobando, non poderá validar ningunha parte da materia dos cursos pendentes. En consecuencia, deberá examinarse de todas as probas escritas e prácticas do nivel ou niveis a recuperar, tendo que superar as tres avaliacións do curso.

O profesor/a ao que corresponda facer a avaliación de pendentes, facilitará un programa de reforzo individualizado adaptado ás necesidades do alumnado.

No caso de ter superado as tres probas de avaliación cunha nota superior ao 5, a cualificación final será a media aritmética destas. No suposto de non superar algunha das dúas primeiras avaliacións, en lugar da proba para a terceira avaliación, terá que facer un exame de carácter global. Cando un alumno/a teña que facer este exame global, estará aprobado se obtén unha nota igual ou superior ao 5 na dita proba. Neste suposto, a cualificación final será igualmente a media aritmética das tres avaliacións tendo en conta que de ser inferior aos 5 puntos, redondearase como mínimo á dita nota.

## AVALIACIÓN DO PROCESO DE ENSINO E DA PRÁCTICA DOCENTE

A avaliación do proceso de ensino e da práctica docente é unha acción pouco cotiá, aínda sendo unha necesidade que debe contribuír á mellora da acción didáctica. Debe concibirse con criterios positivos e de orientación e estímulo; como un elemento básico da formación permanente do profesorado.

### 1. Indicadores de logro do proceso de ensino

Indicadores de logro	Escala			
	1	2	3	4
1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado.				
2. Logrouse crear un conflito cognitivo que favoreceu a aprendizaxe.				
3. Conseguiuse motivar para lograr a actividade intelectual e física do alumnado.				
4. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.				
5. Contouse coa implicación das familias no traballo do alumnado.				
6. Mantívose un contacto periódico coas familias.				
7. Adoptáronse as medidas curriculares adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.				
8. Adoptáronse as medias organizativas adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.				
9. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.				
10. Utilizáronse distintos instrumentos de avaliación.				
11. Dáselle un peso real á observación do traballo na aula.				
12. Valorouse adecuadamente o traballo colaborativo do alumnado.				

### 2. Indicadores de logro da práctica docente

Indicadores de logro	Escala			
	1	2	3	4
1. Para coñecer as características do alumnado?				
o Fixen unha avaliación inicial.				
o Revisei a información dos expedientes do alumnado.				
o Analicei os resultados da avaliación.				
2. Tiven en conta a diversidade ao organizar a sesión, os grupos...				
3. Din a cada alumno e/ou alumna a explicación que precisaba?				
o No traballo en gran grupo.				
o No traballo en pequeno grupo.				
o No traballo individual.				
4. Ao inicio de cada Unidade Didáctica expliquei ao alumnado?				
o Que ía avaliar.				
o Con que frecuencia realizaría a avaliación.				
o En base a que elementos realizaría a avaliación.				
5. Propuxen tarefas de diferente nivel en cada Unidade e exame?				
6. Utilicei diferentes tipos de proba?				

○ Probas prácticas.				
○ Probas escritas.				
○ Proba orais.				
○ Traballos individuais.				
○ Traballos grupais.				
7. Programei plans de recuperación en función dos resultados?				
8. Valorei a idoneidade das tarefas e dos recursos empregados?				
9. Na metodoloxía empregada:				
○ Utilicei ferramentas TIC.				
○ Propuxen actividades cara a aprendizaxe autónoma.				
○ Din moitas explicacións teóricas.				
10. Os exercicios propostos foron:				
○ Pechados, dirixidos...				
○ Abertos, diversos...				
○ Facilitaron o traballo cooperativo.				
11. En que invertín os 50' da hora lectiva?				
○ Conseguir silencio.				
○ Impartir teoría e explicacións.				
○ Responder preguntas, fomentar a participación...				
○ Observar o traballo do alumnado.				
○ Corrixir de maneira individual.				
12. Os criterios de avaliación están referidos a accións didácticas presentes na sesión.				
13. Para reflectir o desenvolvemento das competencias clave usei un número adecuado de tarefas competenciais.				
14. Os estándares de aprendizaxe tiveron presenza en diferentes actividades.				
15. Existen estándares alonxados dos contidos previstos.				
16. Resulta doado identificar o nivel de desenvolvemento de cada estándar de aprendizaxe.				

## AVALIACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Ao finalizar cada Unidade Didáctica e no remate de cada trimestre farase unha posta en común valorando os aspectos que se recollen na táboa seguinte, o que facilitará saber que correccións se deberían realizar no próximo curso para mellorar a programación.

<i>Indicadores de logro</i>	<i>Escala</i>			
	1	2	3	4
1. Adecuación do deseño das Unidades Didácticas.				
2. Adecuación da secuenciación e temporalización das Unidades.				
3. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación e temporalización previstas.				
4. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada Unidade.				
5. Adecuación do grao mínimo de consecución de cada estándar.				
6. Asignación a cada estándar do peso na cualificación.				
7. Vinculación do estándar a un ou varios instrumentos de avaliación.				
8. Fixación dunha estratexia metodolóxica común no departamento.				
9. Adecuación dos materiais didácticos empregados.				
10. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.				
11. Adecuación da proba de avaliación inicial.				
12. Adecuación das pautas xerais para a avaliación continua.				
13. Adecuación dos criterios de recuperación establecidos.				
14. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final.				
15. Adecuación dos criterios para a avaliación extraordinaria.				
16. Adecuación dos criterios para o seguimento de pendentes.				
17. Adecuación dos criterios para a avaliación de pendentes.				
18. Adecuación das probas de valoración, segundo o valor de cada estándar de aprendizaxe.				
19. Adecuación dos programas de apoio, recuperación... vinculados aos estándares.				
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 os criterios de avaliación, estándares e instrumentos de avaliación.				
23. Adecuación do seguimento e revisión da programación ao longo do curso.				
24. Contribución dende a materia ao desenvolvemento do plan lector de centro.				
25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.				

Observacións:

## MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A Lei Orgánica 8/2013, de 9 de decembro, para a Mellora da Calidade Educativa sinala no artigo 1.e) que un dos principios da educación é a *flexibilidade para adecuar a educación á diversidade de aptitudes, intereses, expectativas e necesidades do alumnado, así como aos cambios que experimentan o alumnado e a sociedade*.

A dita lei regula este concepto no Capítulo I do Título II (equidade da educación), relacionado coa atención á diversidade. Este tipo de necesidades abarca:

- Alumnado con **necesidades educativas especiais**. O que requira, por un tempo ou ao longo da escolarización, apoio e atención educativa específica derivada de discapacidade ou trastorno grave de conduta. A súa escolarización rexerese polo principio de normalización e inclusión, garantindo a non discriminación e a igualdade. Na nosa área, o exemplo máis claro é o do *alumnado con lesión*.
- Alumnado con **altas capacidades intelectuais**. Corresponde á Administración educativa adoptar as medidas precisas para identificar ao alumnado con altas capacidades intelectuais e valorar de xeito temperá as súas necesidades; así como adoptar plans de actuación axeitados a ditas necesidades.
- Alumnado con **integración tardía no sistema educativo**. A Administración garantizará unha escolarización deste alumnado acorde ás súas circunstancias, coñecementos, idade e historial académico, de xeito que se poida incorporar ao curso máis axeitado ás súas características e coñecementos previos, cos apoios oportunos, e así continuar con aproveitamento a súa educación.
- Alumnado con **dificultades específicas de aprendizaxe**. A Administración adoptará as medidas necesarias para identificar a este alumnado, valorando de forma temperá as súas necesidades.

A atención á diversidade enténdese como un conxunto de medidas planificadas para procurar situacións de aprendizaxe que favorezan a socialización e adquisición individual dos coñecementos precisos para desenvolverse e participar na sociedade.

As medidas de atención á diversidade divídense en organizativas e curriculares:

- as **organizativas** refírense ao xeito en que se estruturan os agrupamentos para conseguir a atención á diversidade. Son exemplos destas medidas os tipos de agrupamentos que cada profesor realiza co seu alumnado na aula, as sesións de recuperación e os agrupamentos específicos establecidos como apoio ás aprendizaxes básicas dos alumnos/as con dificultades xeneralizadas de aprendizaxe e os programas de ciclo adaptado (dirixidos ao alumnado con risco manifesto de

- abandono escolar ou con problemas de conduta); e
- as **curriculares** buscan posibilitar desenvolvementos curriculares diferentes segundo as posibilidades e necesidades do alumnado; e van da adecuación do currículo establecido no PCC aos reforzos educativos para atender ás dificultades xurdidas nun momento puntual do proceso ou á ACS (adaptación curricular significativa) para o alumnado con necesidades educativas especiais.

O departamento de Educación Física intenta garantir a atención á diversidade a través dun tratamento dos contidos no que se fomenta a valoración individual do alumnado, xa que temos por principio que cada un debe traballar segundo as súas posibilidades e limitacións. Ademais, habitualmente, explícanse dúas variantes para as tarefas propostas ofrecendo a posibilidade de realizar esta cun nivel de dificultade maior ou inferior ao proposto.

Nomeadamente, no caso de alumnos/as lesionados deseñárase unha alternativa de traballo que se axuste ás súas necesidades e lles permita acadar os obxectivos do curso en igualdade de condicións que o resto de compañeiros/as.



## CONCRECIÓN DOS ELEMENTOS TRANSVERSAIS

O artigo 4 do Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da ESO e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia sinala que os temas transversais son: 1) comprensión lectora, expresión oral e escrita, comunicación audiovisual e tecnoloxías da información e da comunicación, emprendemento e educación cívica e constitucional; 2) prevención da violencia; 3) espírito emprendedor e iniciativa empresarial; e 4) seguridade viaria.

O tratamento dos temas transversais non busca engadir un elevado número de contidos específicos, máis ben pretende que os contidos programados nas diversas Unidades Didácticas se impregnen o máximo posible da súa filosofía.

Son estratexias utilizadas moi frecuentemente en Educación Física os xogos con cambios de rol, dinámicas de grupo, situacións con valores en conflito, titoría entre iguais, lecturas relacionadas con valores no campo do exercicio e o deporte... Outro aspecto destacable é o feito de que o traballo da afectividade, a autoestima, a pertenza a un grupo, a iniciativa, o respecto aos demais e ás normas son unha constante. Todo isto contribúe ao desenvolvemento de varios dos temas transversais.

Relacionado coa educación cívica, prestaremos especial atención á adopción de hábitos relacionados coa saúde. É moi importante ter en conta que se estima que unha elevada porcentaxe do alumnado so participa en actividades físicas e deportivas no ámbito escolar, polo que a nosa materia debe ter unha presenza importante para compensar os efectos deste sedentarismo, que é un dos factores de risco con maior incidencia nas enfermidades máis comúns da sociedade actual.

## ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES

O departamento de Educación Física ten previsto desenvolver as seguintes actividades complementarias:

Etapa	Nivel	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
ESO	2º	x	x	Ruta sendeirismo
	4º	x	x	Ruta sendeirismo e volei-praia