

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

## Centro educativo

| Código   | Centro                        | Concello | Ano académico |
|----------|-------------------------------|----------|---------------|
| 15017880 | CPI Plurilingüe de Fonte-Díaz | Touro    | 2023/2024     |

## Área/materia/ámbito

| Ensinanza          | Nome da área/materia/ámbito | Curso   | Sesións semanais | Sesións anuais |
|--------------------|-----------------------------|---------|------------------|----------------|
| Educación primaria | Educación física            | 6º Pri. | 2                | 70             |

## Réxime

Réxime xeral-ordinario

| <b>Contido</b>  | <b>Páxina</b> |
|---|---------------|
| 1. Introducción   | 3             |
| 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias                                  | 5             |
| 3.1. Relación de unidades didácticas  | 7             |
| 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas   | 7             |
| 4.1. Concrecións metodolóxicas  | 77            |
| 4.2. Materiais e recursos didácticos  | 78            |
| 5.1. Procedemento para a avaliación inicial   | 78            |
| 5.2. Criterios de cualificación e recuperación  | 80            |
| 6. Medidas de atención á diversidade  | 83            |
| 7.1. Concreción dos elementos transversais  | 84            |
| 7.2. Actividades complementarias  | 86            |
| 8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro | 87            |
| 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora                                    | 88            |
| 9. Outros apartados   | 88            |

## 1. Introducción

A presente programación do curso académico 2023-2024 foi elaborada para o 6º nivel de Educación Primaria a través do programa PROENS e realizada en base á Concreción Curricular do centro, tendo en conta o Decreto vixente actual no que se establece o currículo de Educación Primaria.

Pretende ser unha programación globalizada que dea continuidade e relacione os contidos ao longo dos tres ciclos, de cara á consecución dos obxectivos marcados para a etapa, alcanzando así as competencias establecidas na lexislación vixente e nos distintos programas de formación do centro. dos nosos alumnos.

Por suposto, á hora de establecer este programa temos en conta non só o marco socioeconómico no que actuamos (característico do rural galego interior), senón tamén o patrimonio cultural das distintas parroquias de Touro (coas súas potencialidades para a nosa zona; por exemplo, no ámbito dos xogos populares ou das actividades físicas na natureza), así como as características do alumnado e as súas individualidades (para o que os mecanismos de avaliación inicial e de procedemento que especificamos no mesmo ).

O número de alumnos neste 6º curso é de 15: 8 alumnas e 7 alumnos.

As sesións de Educación Física son dúas neste 6º curso: Martes, de 15:15 a 16:05. Venres, de 9:45 a 10:35.

A docencia é da miña responsabilidade, como único especialista en Educación Física para a etapa de Educación Primaria actualmente no centro. Como en anos anteriores, o ximnasio e o material son compartidos co mestre de Educación Infantil que imparte Psicomotricidade nesa etapa, polo que tamén se realiza con el a coordinación didáctica e a dotación de materiais.

O noso centro desenvolve actualmente un programa de educación multilingüe. Dentro da distribución por ámbitos e linguas que foi acordada polo C.P.I. "Fonte Díaz" coa finalidade de optimizar as competencias lingüísticas do noso alumnado, a área de Educación Física na etapa de Educación Primaria impartirá este curso en castelán.

O C.P.I. Fonte Díaz conta coas seguintes instalacións habilitadas para uso deportivo:

- Ximnasio cuberto, con almacéns, vestiarios e servizos.
- Pista exterior cuberta, con mesas de ping-pong.
- Pistas de baloncesto, minibasket e fútbol ao aire libre.
- Xardíns e zonas de usos múltiples.
- Pavillón polideportivo (normalmente para uso da etapa de Secundaria).

O material de Educación Física foi renovado neste mesmo mes (setembro de 2023) cunha partida económica facilitada polo centro polo que, máis aló do desgaste normal do xa existente, atópase en bo estado. Por outra banda, temos acceso, como o resto das áreas de Educación Primaria, á aula polivalente, así como á aula de informática, material que se utilizou en cursos anteriores co fin de buscar información sobre diversos contidos relacionados coa saúde, a Educación Física e o deporte. Isto permitiunos traballar as TIC na nosa zona e favorecer que o alumnado aprenda a xestionar os seus coñecementos de forma autónoma a través da rede. Trátase de actividades específicas, desenvolvidas xeralmente para traballar contidos conceptuais ao inicio das unidades didácticas que o requiran. Neste curso seguiremos co seu uso.

Por outra banda, nas NOFC do C.P.I. "Fonte Díaz" existe unha normativa específica de convivencia e normas de uso tanto do ximnasio como dos patios, así como no que respecta ao uso do material da materia. Estas NOFC están dispoñibles para consulta. En canto ao ximnasio, extraemos o seguinte:

1. O uso do ximnasio en horario lectivo será preferente para as sesións curriculares de Educación Física do C.P.I. Fonte Díaz, con prioridade para o alumnado de Educación Primaria e Educación Infantil.

2. Para a sesión de Educación Física é preferente o uso das pistas deportivas limítrofes co ximnasio en horario lectivo, con independencia de que parte da sesión teña lugar no ximnasio ao mesmo tempo.

3. Ao remate de cada sesión de Educación Física, o profesorado responsable do grupo velará pola correcta recollida das instalacións para a seguinte sesión, depositando o material nos seus correspondentes contedores, salvo no caso de continuidade das sesións por parte do profesor, se é necesario dispor no ximnasio circuitos, rede de voleibol, porterías, etc.

4. O alumnado só poderá utilizar o ximnasio en horario lectivo acompañado do profesorado do centro. No que se refire ás actividades de Educación Física, o alumnado deberá levar roupa e calzado axeitado. De non ser o caso -especialmente o calzado-, o profesor poderá retirar ao alumno da sesión de Educación Física, tanto pola seguridade do alumno como polo bo estado das instalacións.

5. Debido aos posibles riscos que conleva a instalación, está prohibido que o alumnado suba aos enreixados, andeis, material de ximnasia, ou calquera outro material de Educación Física e/ou parte do ximnasio sen a orde do profesorado encargado da grupo. O alumnado que incumpra as normas básicas de seguridade no ximnasio poderá ser retirado da sesión, sentando o profesor nun dos bancos laterais do ximnasio.

6. O alumnado procurará manter a orde e o silencio no ximnasio, pola súa especial reverberación acústica. Se un alumno/a perturba gravemente o desenvolvemento da sesión nestes aspectos, o profesor poderá apartalo da sesión.

7. A utilización do material que se atopa no ximnasio propiedade do C.P.I. Fonte Díaz está suxeito a autorización ben do profesorado de Educación Física do centro ou do equipo directivo.
8. A comunidade educativa deberá velar polo correcto uso e estado do equipamento deportivo, así como do propio ximnasio, comunicando ao profesorado de Educación Física ou á dirección do centro calquera dano que se produza na súa reparación, valorando con carácter prioritario se existe risco. á seguridade no desenvolvemento das actividades físicas.
9. Queda prohibido comer no ximnasio, tanto en horario lectivo como no tempo libre. O profesorado responsable do ximnasio poderá expulsar aos alumnos que se atopen comendo nas instalacións, co fin de manter a limpeza e evitar a presenza de animais.
10. Deberase entrar no ximnasio co calzado axeitado, procedendo a secalo ou límpalo na entrada, para o que será necesario dispor dunha alfombra na entrada do ximnasio.
11. O alumnado que non poida realizar con normalidade a correspondente sesión de Educación Física estará sentado nun dos bancos laterais do ximnasio, a cargo do profesor de Educación Física. Para eximir da sesión, o alumnado deberá presentar o correspondente xustificante familiar e/ou médico.
12. O ximnasio permanecerá pechado ao alumnado en horario non lectivo, agás os adestramentos, ligas internas, ou actividades deportivas ben promovidas polo equipo docente (co acompañamento dun membro do claustro), ou pola A.N.P.A. centro (acompañado dos monitores correspondentes).
13. Os vestiarios do ximnasio están a disposición dos alumnos, que poderán utilizalos previa solicitude do profesorado encargado do grupo, como o aseo do ximnasio.
14. A participación do alumnado nas ligas e torneos deportivos do centro, tanto nos desenvolvidos no ximnasio como nos desenvolvidos nas pistas deportivas, está supeditada a que o alumno/a non sexa advertido pola mala conduta que nel participe. O profesorado poderá retirar da competición os alumnos sancionados polos seus titores, así como os que impidan o normal desenvolvemento dos partidos ou realicen accións violentas ou vexatorias nos xogos e deportes cara a outros alumnos e/ou profesores.
15. O ximnasio disporá dunha clínica de primeiros auxilios para atender o máis rápido posible feridas, golpes ou lesións derivadas da actividade física na propia instalación. O acceso ao dispensario médico é exclusivo do profesorado do centro.

A continuación repasamos algúns aspectos que tivemos en conta para adaptar a nosa programación ao contexto evolutivo do noso alumnado no marco do concello de Touro, do que procede maioritariamente o noso alumnado.

#### 1.1. Características da área de Educación Física:

A área de Educación Física é a encargada de transmitir os coñecementos, habilidades e habilidades relacionadas co corpo e o movemento, que son os eixos básicos de traballo na nosa área. Ademais, a Educación Física contribúe á consecución das distintas finalidades educativas da etapa de Educación Primaria como a socialización, a autonomía, as aprendizaxes instrumentais básicas, etc., e a mellora das posibilidades expresivas, cognitivas, comunicativas, lúdicas e de movemento.

Esta área debe procurar a adquisición da aprendizaxe e o desenvolvemento daquelas capacidades que melloren e incrementen as posibilidades de movemento do noso alumnado, melloren a súa motricidade, faciliten o coñecemento e comprensión da conduta motriz como organización funcional e significativa da conduta humana e permitan asumir actitudes, valores e normas en relación co corpo e o movemento. Esta adquisición e desenvolvemento debe estar ligado á propia experiencia motriz da persoa, e esta non só debe favorecer a exploración, o coñecemento, a expresión, a comunicación e a relación a través do movemento, senón tamén promover a reflexión sobre a súa finalidade, significado e efectos, así como a aceptación da propia realidade corporal e da dos demais, facendo fincapé no sentirse ben co propio corpo, atendendo as súas necesidades e utilizándoo adecuadamente.

As funcións asignadas ao movemento como axente educativo foron diversas; entre elas, destacamos:

- Función de coñecemento, porque o movemento é un instrumento cognitivo da persoa, tanto para coñecerse a si mesma, como medio de exploración.
- Función anatómico-funcional: mellorar as capacidades anatómicas da persoa.
- Función estética e expresiva: como medio de exploración e manifestación da sensibilidade e da capacidade creativa.
- Función comunicativa e de relación: mentres a persoa utiliza os seus movementos corporais e corporais para relacionarse cos demais.
- Función hixiénica, xa que a actividade física favorece a conservación e mellora da propia saúde e condición física, así como prevén determinadas enfermidades e disfuncións.
- Función agónica, xa que a persoa, mediante o movemento corporal, pode mostrar a súa habilidade, competir e superar dificultades.
- Función catártica e hedonista xa que as persoas, mediante o exercicio físico, liberan tensións, restablecen o seu equilibrio mental e gozan da súa corporalidade.
- Función de compensación, nese movemento compensa as restricións ambientais e o sedentarismo da sociedade

actual.

Cada unha destas funcións, dependendo das intencións educativas, tiveron un peso diferente no currículo escolar, e, a partir delas, as orientacións que a área de Educación Física levouse a cabo foron moi diversas, podendo atopar diferentes enfoques:

- Deportes, orientados á práctica de determinadas actividades sociais
- Ximnasia, dirixida á formación harmónica do corpo, con fortes compoñentes estéticos e hixiénicos.
- A psicomotricidade e a expresión corporal, que abordan o movemento como actividade do organismo no seu conxunto e como medio para desenvolver capacidades en diferentes ámbitos.
- A da condición física, que persegue o desenvolvemento das posibilidades anatómico-funcionais da persoa.

Cada un destes enfoques deu lugar a diferentes e específicas actividades, técnicas de movemento, formas de execución, métodos e sistemas de traballo para cada caso. Nós, no noso centro e para a etapa de Educación Primaria, recoñecemos a pluralidade destes enfoques, deixando cabida a todo tipo de prácticas e exercicios motrices sempre que contribúan á consecución dos obxectivos xerais da etapa e da área. Isto tradúcese en actividades que van dende o baile ata os deportes de equipo, dende o mimo ata os xogos populares, dende actividades na natureza ata as competicións deportivas e deportivas que cada ano organiza o noso colexio.

No noso traballo no C.P.I. "Fonte Díaz" de Touro facemos especial fincapé nas actividades grupais e colectivas, xa que observamos unha maior dispersión do alumnado con cada curso que pasa, cun xogo cada vez máis fragmentado nos seus lugares de orixe, cun déficit de convivencia lúdica e unha crecente confinamento no fogar no tempo libre, orientado ás novas tecnoloxías e á televisión, cunha progresiva falta de actividade que caracterizou historicamente o tempo libre no rural. Consideramos este traballo crucial, non só desde o punto de vista físico, senón tamén desde o punto de vista social e cultural, para favorecer a interacción como cidadáns de cara ao futuro, así como para recuperar tradicións lúdicas caídas en desuso. A este respecto, serán moi útiles as unidades didácticas orientadas a actividades na natureza, xogos populares e tradicionais e, por extensión, traballo en equipo.

#### 1.2. Características psico-socio-físicas do alumnado do terceiro ciclo de Primaria:

A nivel xeral, podemos dicir que é unha etapa de estabilidade emocional, poucas complicacións, boa saúde en xeral e gran rendemento intelectual. Están nunha etapa importante, xa que xa non son nenos, pero tampouco son adolescentes, unha fase da vida que semella que cada día se vai adiantando, o que tamén notamos no noso centro, sobre todo en 6º curso, algo que é reforzado pola convivencia no noso C.P.I. co alumnado -e, polo tanto, modelos de comportamento- da ESO. Por iso, ás veces conservan comportamentos moi infantís, pero noutras maniféstanse condutas máis propias dos adolescentes. A mosan unha notable autonomía e, con todo, impórtalle moito a oposición do grupo. Por iso, segundo os autores, este período denomínase "madurez infantil". Arredor dos 11 anos, o alumno é máis orixinal na súa forma de pensar e non só acumula datos, senón que é capaz de formular hipóteses explicando cousas. Tamén cara ao final da etapa hai unha certa aceleración no crecemento da memoria inmediata, da capacidade de fixación, coa que se pode afrontar o estudo de textos máis longos, que antes eran difíciles, e no caso da nosa materia, regras de xogos e deportes, así como conceptos relacionados coa saúde. Durante este período, a imaxinación sofre unha paralización no seu desenvolvemento e está dominada por certo afán de comprobar todo o seu coñecemento, aínda que ten un enorme interese polo afastado e extraordinario. O seu desenvolvemento motor segue mellorando, sobre todo na velocidade de execución dos movementos e na coordinación tanto global como óculo-motriz. Ao aumentar a eficacia do pensamento, tamén aumenta a fluidez dos movementos. É un momento ideal para perfeccionar a coordinación requirida nos xogos e predeportivos. Ademais, teñen a lateralidade totalmente desenvolvida. É capaz de facer movementos precisos, aínda que sen moita forza nin velocidade. Bo dominio segmentario. En canto á orientación espacial, pasará do espazo proxectivo a un espazo verdadeiro no que se respecten as proporcións e dimensións. Con respecto á orientación temporal, aos 12 anos estima duracións. O fenómeno social máis importante desta etapa de evolución é a aparición da 'pandilla'. Ademais, o trazo máis salientable é a socialización. Agrúpanse por afinidades e simpatías, emerxendo nos grupos os populares e dirixentes. É o máis axeitado para participar en xogos de equipo. Tamén se producen procesos de marxinación que son importantes para detectar e orientar. O ámbito da Educación Física é privilexiado neste sentido, podendo realizar labores de control da exclusión.

## 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

| Obxectivos  | CCL | CP | STEM | CD | CPSAA | CC  | CE  | CCEC    |
|---|-----|----|------|----|-------|-----|-----|---------|
| OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, practicando regularmente actividades físicas e deportivas e adoptando comportamentos que potencien a saúde física, mental e social, así como medidas de responsabilidade individual e colectiva durante a práctica motriz para interiorizar e integrar hábitos de actividade física sistemática que contribúan ao benestar.   |     |    | 2-5  |    | 2-5   |     | 3   |         |
| OBX2 - Adaptar os elementos propios do esquema corporal, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e as destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións, para dar resposta ás demandas de proxectos motores e de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria.                   |     |    | 1    | 3  | 4-5   |     |     |         |
| OBX3 - Desenvolver procesos de autorregulación e interacción no marco da práctica motriz, con actitude emprática e inclusiva, facendo uso de habilidades sociais e actitudes de cooperación, respecto, traballo en equipo e deportividade, con independencia das diferenzas etnoculturais, sociais, de xénero e de habilidade dos participantes, para contribuír á convivencia social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa. | 1-5 |    |      |    | 1-3-5 | 2-3 |     |         |
| OBX4 - Recoñecer e practicar diferentes manifestacións lúdicas, físico-deportivas e artístico-expresivas propias da cultura motriz, valorando a súa influencia e as súas achegas estéticas e creativas á cultura tradicional e contemporánea, para integralas nas situacións motrices que se utilizan regularmente na vida cotiá.   |     | 3  |      |    |       | 3   |     | 1-2-3-4 |
| OBX5 - Valorar diferentes medios naturais e urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con eles, comprendendo a importancia da súa conservación desde un enfoque sustentable e adoptando medidas de responsabilidade individual durante a práctica de xogos e actividades físico-deportivas, para realizar unha práctica eficiente e respectuosa coa contorna e participar no seu coidado e mellora.                                      |     |    | 5    |    |       | 2-4 | 1-3 |         |

**Descrición:**

### 3.1. Relación de unidades didácticas

| UD | Título                                   | Descrición  | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|--|---|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 1  | Comezamos o derradeiro curso de Primaria | Presentación, normas, actividades cooperativas. Avaliación Inicial.   | 6              | 3          | X        |          |          |
| 2  | Unha vida saudable.                      | Hábitos saudables, alimentación e hixiene postural. Esquema corporal. Prevención de lesións e Primeiros auxilios. | 15             | 3          | X        | X        | X        |
| 3  | Deportes I: bádminton                    | Habilidades motrices básicas de lanzamentos e recepcións a través de bádminton predeportivo                       | 6              | 5          | X        |          |          |
| 4  | Deportes II: atletismo                   | Capacidades físicas básicas a través das diversas modalidades do atletismo.                                       | 6              | 5          | X        |          |          |
| 5  | Deportes III: voleibol                   | Voleibol  | 8              | 6          | X        |          |          |
| 6  | Comba, parkour e circuítos               | Habilidades motrices básicas (saltos e desprazamentos)  | 6              | 5          | X        |          |          |
| 7  | Velocidade                               | Capacidades Físicas Básicas (velocidade)  | 6              | 6          |          | X        |          |
| 8  | Exprésate!                               | Expresión Corporal  | 6              | 5          |          | X        |          |
| 9  | Deportes paralímpicos                    | Goalball  | 8              | 5          |          | X        |          |
| 10 | Deportes Alternativos I                  | Béisbol   | 6              | 5          |          | X        |          |
| 11 | Acrosport                                | Capacidades físicas básicas (coordinación e equilibrio)   | 5              | 5          |          |          | X        |
| 12 | Deportes Alternativos II                 | Golf  | 8              | 5          |          |          | X        |
| 13 | Os xogos históricos de Touro             | Xogos populares e tradicionais  | 7              | 6          |          |          | X        |
| 14 | Unha contorna para facer exercicio       | Actividades no medio natural.   | 7              | 6          |          |          | X        |

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

| UD | Título da UD                             | Duración |
|----|--|----------|
| 1  | Comezamos o derradeiro curso de Primaria | 3        |

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

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | %   |
|--|--|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |     |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.  |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.   |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa  |    |     |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.  | TI | 100 |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |     |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices.   |    |     |
| CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles. |    |     |



| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade  |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade  |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.   | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa   |    |   |
| CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.  | Adapta as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria. |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                    |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade       |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |

| <b>Criterios de avaliación</b>   | <b>Mínimos de consecución</b>   | <b>IA</b> | <b>%</b> |
|--|---|-----------|----------|
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.   |           |          |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |           |          |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices.  |           |          |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |           |          |
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |           |          |
| CA6.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.   | Adapta as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria. |           |          |

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

| <b>Contidos</b>  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> </ul> |

## Contidos

- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respetto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Estruturação temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.
- Previsión de riscos de accidente durante a práctica no medio natural e urbano: valoración previa e actuación.

| <b>Contidos</b>   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.</li> <li>- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.</li> <li>- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.</li> </ul> |

| <b>UD</b> | <b>Título da UD</b> | <b>Duración</b> |
|-----------|---------------------|-----------------|
| 2         | Unha vida saudable. | 3               |

| <b>Criterios de avaliación</b>   | <b>Mínimos de consecución</b>  | <b>IA</b> | <b>%</b> |
|--|--|-----------|----------|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,  | TI        | 100      |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                  |           |          |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |           |          |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |           |          |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade.                         |           |          |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |           |          |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,  |           |          |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices                  |    |   |
| CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.   | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                      |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                      |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.      | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade.                        |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.     | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.   | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                   |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.     |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                      |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.     |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,   |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices                  |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |

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

## Contidos

## Contidos

- Saúde física:
- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Impacto dos alimentos ultraprocesados e das bebidas pouco saudables.
- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respetto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer)
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima. ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.



### Contidos

- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou *ixogo limpo*.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.
- Transporte activo e sustentable: bicicletas, patíns, patinetes.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD          | Duración |
|----|-----------------------|----------|
| 3  | Deportes I: bádminton | 5        |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución   | IA | %   |
|---|--|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                          |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.         |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.   |    |   |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.   |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.  |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.  | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación   |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.  |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.  | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.        |    |   |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas  |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                           |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.             |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.  |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.  |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.   |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participa activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual.   |    |   |
| CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |   |

| <b>Criterios de avaliación</b>  | <b>Mínimos de consecución</b>  | <b>IA</b> | <b>%</b> |
|---|--|-----------|----------|
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices |           |          |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.   | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |           |          |

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

| <b>Contidos</b>  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Deporte profesional: dimensión social.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.</li> <li>- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.</li> <li>- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.</li> <li>- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.</li> <li>- Toma de decisións:</li> </ul> |

## Contidos

- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
  - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
  - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD           | Duración |
|----|------------------------|----------|
| 4  | Deportes II: atletismo | 5        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.                           | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.  |    |   |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   |    |   |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa   |    |   |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.   |    |   |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,   |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade   |    |   |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                               |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.   | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación.                      |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.        |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.   | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                           |    |   |



| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.   |    |   |
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.  |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade   |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.   |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participa activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual.   |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física  |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.                          | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,   |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Deporte profesional: dimensión social.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.</li> </ul> |

## Contidos

- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou ἔξογο λιμποῦ.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD           | Duración |
|----|------------------------|----------|
| 5  | Deportes III: voleibol | 6        |

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

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |     |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                         |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.        |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |     |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.             | TI | 100 |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas.                                 |    |     |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |     |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                         |    |     |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                               |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                              |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.   | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.        |    |   |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.    | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.   |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                  |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.    |    |   |
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas                         |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade .                    |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.    |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación. | Participa activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual. |    |   |
| CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valora o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas                          |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,                 |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.           | Aplica principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.                                       |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> </ul> |

## Contidos

- Deporte profesional: dimensión social.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
  - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
  - Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
  - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
  - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
  - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
  - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
  - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
  - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
  - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.



| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto de fairplay ou òxogo limpož.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.</li> <li>- Deportes olímpicos e paralímpicos, historia e institucións asociadas aos xogos olímpicos e paralímpicos.</li> <li>- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.</li> </ul> |

| UD | Título da UD               | Duración |
|----|----------------------------|----------|
| 6  | Comba, parkour e circuítos | 5        |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,   |    |     |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                           |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.          |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   | TI | 100 |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.              |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,  |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                          |    |   |
| CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                                |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                                |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |   |
| CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.   | Adapta as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano.   |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                   |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade      |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                       |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.     |    |   |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,                           |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices. |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.   | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |

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

| Contidos   |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.</li> <li>- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.</li> <li>- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.</li> <li>- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.</li> <li>- Toma de decisións:</li> </ul> |

## Contidos

- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
  - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou en superficies inestables.
  - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
  - Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
  - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
  - Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
  - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
  - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
  - Concepto de fairplay ou *ixogo limpo*.
  - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
  - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
  - Previsión de riscos de accidente durante a práctica no medio natural e urbano: valoración previa e actuación.
  - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.
  - Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|--------------|----------|
| 7  | Velocidade   | 6        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.                           | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.         |    |   |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   |    |   |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.             |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                         |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                               |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                               |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.        |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                           |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.             |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.         |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade                               |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.                                       |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.             |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.</li> </ul> |



## Contidos

- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Estruturação temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|--------------|----------|
| 8  | Exprésate!   | 5        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.                           | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.          |    |   |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquire hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |   |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |   |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.              |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                          |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                               |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                               |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquire un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |   |
| CA3.4 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical, e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.  | Reproduce e crear composicións con ou sen soporte musical, e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas.  |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.          |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respecta as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                            |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,              |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identifica e aborda condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia,          |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolve proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                               |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participa en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convive mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,  |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participa activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas. |    |   |
| CA5.7 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.   | Reproduce e crea composicións con ou sen soporte musical, e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas.   |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñece os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integra os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.  |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adopta medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> </ul> |

## Contidos

- Saúde social:
  - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
  - Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.
  - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
  - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
  - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
  - Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
  - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
  - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
  - Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
  - Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
  - Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
  - Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
  - Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
  - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
  - Estruturação temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
  - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
  - Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
  - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
  - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou ἔξογο λιμποῶ.
  - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.

|   |
|---|
| <b>Contidos</b>   |
| - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos. |

| UD | Título da UD          | Duración |
|----|-----------------------|----------|
| 9  | Deportes paralímpicos | 5        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                              |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.             |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa.     |    |     |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.                  |    |     |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto. |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                          |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                               |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                               |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.             |    |   |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                                 |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.                  |    |   |
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto. |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia.             |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                                   |    |   |



| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.                  |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual.              |    |   |
| CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                              |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |    |   |
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |

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

## Contidos

- Saúde física:
- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.
- Deporte profesional: dimensión social.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Estruturação espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estruturação temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).</li> <li>- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.</li> <li>- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.</li> <li>- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.</li> <li>- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.</li> <li>- Concepto de fairplay ou xogo limpo.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.</li> <li>- Deportes olímpicos e paralímpicos, historia e institucións asociadas aos xogos olímpicos e paralímpicos.</li> <li>- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.</li> </ul> |

| UD | Título da UD            | Duración |
|----|-------------------------|----------|
| 10 | Deportes Alternativos I | 5        |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,                  |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa   |    |   |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,   |    |   |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,   |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,   |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.  |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.  | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas  |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación,  |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                              |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.  | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas  |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia,        |    |   |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas  |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación,  |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                            |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,   |    |   |
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia,  |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.  |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,   |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual.   |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,   |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,   |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas  |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Deporte profesional: dimensión social.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> </ul> |

## Contidos

- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
  - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
  - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
  - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
  - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
  - Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
  - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou *łxogo limpoł*.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de).
- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amateur e profesional.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.



| UD | Título da UD | Duración |
|----|--------------|----------|
| 11 | Acroport     | 5        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                  |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade                          |    |     |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |    |     |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |     |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices,                  |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.   | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade.      |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación.               |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade.      |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación.               |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade.                         |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación.               |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                     |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade.      |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.                                       |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.             |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación.          |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> </ul> |

## Contidos

- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou en superficies inestables.
- Estruturação temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD             | Duración |
|----|--------------------------|----------|
| 12 | Deportes Alternativos II | 5        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                  |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade.                         |    |     |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |    |     |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas.                          |    |     |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.   | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                  |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                       |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.   | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                       |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas   |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade.                         |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                     |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |    |   |
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas.                          |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                       |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |



| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.     |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual. |    |   |
| CA5.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.   | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas.                         |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.   |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                 |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física,   |    |   |
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.   | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas  |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> </ul> |

## Contidos

- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
  - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
  - Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.
- Deporte profesional: dimensión social.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
  - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
  - Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
  - Respetto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
  - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
  - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
  - Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
  - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
  - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
  - Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.</li> <li>- Xestión emocional: autoestima. ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.</li> <li>- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.</li> <li>- Concepto de fairplay ou xogo limpo.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: sexismo no deporte amador e profesional.</li> <li>- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.</li> <li>- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.</li> </ul> |

| UD | Título da UD                 | Duración |
|----|------------------------------|----------|
| 13 | Os xogos históricos de Touro | 6        |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                          |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia,         |    |     |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  |    |     |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.             |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,   |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices                          |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                              |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                              |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia,        |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.   |    |   |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,  |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia,   |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.   |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación,   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade,  |    |   |
| CA5.5 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.   | Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas. |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física,  |    |   |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.   | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.</li> <li>- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.</li> <li>- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.</li> <li>- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.</li> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.</li> <li>- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.</li> </ul> |

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.</li> <li>- Estruturación temporal e espazo-temporal e percepción de duración, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.</li> <li>- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).</li> <li>- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.</li> <li>- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.</li> <li>- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.</li> <li>- Concepto de fairplay ou <i>ixogo limpo</i>.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de</li> <li>- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural.</li> <li>- Coñecemento e execución de bailes e danzas populares de Galicia, de España e do mundo.</li> <li>- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.</li> </ul> |

| UD | Título da UD                       | Duración |
|----|------------------------------------|----------|
| 14 | Unha contorna para facer exercicio | 6        |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.  | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                  |    |     |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.  | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.   |    |   |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.  | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade.                    |    |   |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. |    |   |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.                                       |    |   |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices              |    |   |
| CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.   |    |   |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                  |    |   |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.  | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.                                   |    |   |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.  |    |   |



| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                       |    |   |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.  | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas.  |    |   |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.   | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade                          |    |   |
| CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.   | Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano.   |    |   |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.  | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas   |    |   |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.  | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo.                     |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade.      |    |   |
| CA5.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero, e evitando activamente a súa reprodución.   | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. |    |   |
| CA5.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade.                       |    |   |
| CA5.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.  | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación.   |    |   |
| CA5.4 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade       |    |   |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.   | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física.  |    |   |
| CA6.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.  | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica das actividades motrices.                  |    |   |
| CA6.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.  | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física.  |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA6.4 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. |    |   |
| CA6.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.   | Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano.                                  |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Impacto dos alimentos ultraprocesados e das bebidas pouco saudables.</li> <li>- Educación postural en accións motrices específicas.</li> <li>- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica de actividade física.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.</li> <li>- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.</li> <li>- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.</li> <li>- Utilización adecuada e coidado do material, dos espazos e das instalacións na práctica da actividade física.</li> <li>- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.</li> <li>- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.</li> <li>- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á</li> </ul> |

## Contidos

- calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer)
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou en superficies inestables.
- Estrutura espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estrutura temporal e espazo-temporal e percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima. ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.
- Transporte activo e sustentable: bicicletas, patíns, patinetes.
- Previsión de riscos de accidente durante a práctica no medio natural e urbano: valoración previa e actuación.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

#### 4.1. Concrecións metodolóxicas

A nivel global, seguirase unha metodoloxía construtivista que nos achegue á realidade e ás diferenzas dos alumnos, tentando que as actividades formuladas se relacionen significativamente coas súas posibilidades, limitacións e necesidades, coa fin de axudarlles no proceso de construción integral da túa persoa. Dentro este enfoque global, e tratando de superar algunhas das carencias do enfoque construtivista, escollemos tamén por un enfoque sociocrítico da docencia, facendo fincapé nunha crítica grupal e no coñecemento da actividade física contextualizada neste marco de reflexión e emancipación grupal e persoal. Neste sentido, unha reflexión sobre a súa contorna inmediata e sobre o seu contexto global, obtendo conclusións que nos permitan coñecelo actuando en consecuencia dende o crítica democrática. Estes aspectos, loxicamente, cómpre levarlos a cabo con outras áreas, como proceso de reflexión interdisciplinar construído.

A metodoloxía nas sesións tentará ser globalizadora, participativa e lúdica: animará ao alumnado ao descubrimento, á exploración e á creatividade desde as súas posibilidades e limitacións. Dependendo do obxectivo de traballo de cada sesión podemos traballar cos seguintes métodos:

- Dirixido: con alta intervención docente, que podería identificarse como 'mando directo'.
- Semidirixido: con menor intervención do profesor, o que podemos considerar como 'descubrimento guiado'.
- Non dirixido: onde o profesor ten menos importancia no desenvolvemento da sesión, aínda que debe ser que propón actividades e estímulos moi ben calculados para que o alumno actúe individualmente ou en grupo mediante a busca. Segundo os distintos momentos de aprendizaxe, empregaremos as distintas metodoloxías posibles, aínda que as últimas se corresponden mellor co que se propón na reforma educativa e co meu ideal educativo como docente, no sentido de que lle permite ao alumno unha maior autonomía na aprendizaxe, ao tempo que permite, combinado co traballo en grupo, crear coñecemento de forma democrática e contextualizada, na liña sociocrítica expresada previamente.

A metodoloxía que propoño nesta programación é unha metodoloxía activa, xa que estes métodos permiten un ensino en relación co mundo do alumnado. Baséase nos seus intereses, reivindicando a súa iniciativa, imaxinación e reflexión sobre a adquisición de coñecementos adaptados ao seu nivel de desenvolvemento motriz e cronolóxico. Para levar a cabo esta metodoloxía activa, como profesional neste campo debo orientar a miña intervención baixo o seguinte pautas: mellorar o xogo, fomentar o contacto coa realidade, espertar a imaxinación, centrarse no progreso, perdendo a preocupación pola corrección estrita, afeccionándose e motivando cara á Educación Física.

Nas miñas clases partimos do nivel de coñecemento do alumno, utilizando como metodoloxía principal o xogo. O tempo dedicado á aprendizaxe dependerá das dificultades que xurdan durante a mesma. Ao longo do desenvolvemento das unidades didácticas porei en funcionamento diversos métodos dependendo da actividade que se vaia realizar; a maioría deles serán métodos de ensino a través da busca que podemos resumir como unha síntese as seguintes directrices xerais:

- A tarefa marcada polo profesor debe ser un reto para o alumno.
- O obxectivo a acadar debe ser alcanzable para o alumno.
- A dificultade motora ten que ser importante, mais non frustrante.
- Tarefas principalmente en forma de xogo.
- Deberase proporcionar información suficiente por parte do profesor.
- Potenciarase a consecución de resultados susceptibles de autoavaliación para que o alumno avalíe as súas capacidades e o seu progreso.
- Terase en conta o reforzo do material didáctico impreso e audiovisual.

Proporase ao alumnado que deseñe e desenvolva por si mesmo, en equipo, xogos e actividades de Educación Física. Para que coñezan mellor as dinámicas de materia, o profesor verbalizará e fará fincapé nas partes que compoñen a sesión e nos principios xerais das sesións de Educación Física. Trátase dun método de traballo xa implantado nos cursos anteriores con bos resultados, xa que permite avaliar os coñecementos que o alumnado ten da sesión de Educación Física, tanto na súa estruturación como no seu desenvolvemento.

Ademais, e como en cursos anteriores, unha sesión de Educación Física ao mes (preferentemente, a seguinte ao deseño de xogos en equipos) dedicarase ao deporte libre e/ou ao repaso das actividades desenvolvidas na unidade didáctica, podendo o alumnado elixir libremente o xogo ou deporte a realizar, coa condición de que implica unha actividade física e/ou creativa co material de Educación Física. Deste xeito, permitimos aos alumnos practicar as actividades deportivas que máis se relacionan con eles, podendo dispor de terreos de xogo e material que noutros momentos de tempo libre non poden utilizar xuntos (ao compartir os patios co resto da Primaria, con Educación Infantil e coa ESO), o que adoita ser moi gratificante para eles. Nestas sesións, o profesor axuda ao alumnado que o

requira, distribúe o material, arbitra ou anima ao alumnado está a desenvolver actividades físicas, evitando a pasividade e os conflitos na organización das tarefas de forma autónoma polo alumnado. A experiencia dos últimos anos é, neste sentido, moi positiva, confirmando principalmente o desenvolvemento dos xogos de socialización nos primeiros cursos (1º, 2º e 3º), mentres que nos cursos superiores (4º, 5º e 6º) tenden a practicar os xogos e deportes que constitúen as unidades didácticas que coinciden con ese día de xogo libre. Polo tanto, neste 6º curso de Primaria tenden ás actividades predeportivas.

Se o tempo o permite, e como en cursos anteriores, procederemos a sesións de sendeirismo pola contorna do centro, facendo fincapé no coñecemento transferible, especialmente coas áreas de linguas e ciencias.

## 4.2. Materiais e recursos didácticos

| Denominación |
|--------------|
|--------------|

Estes materiais e recursos didácticos (xunto co que, doutra natureza, se poida incorporar ao longo do curso) cumprirán as seguintes funcións no proceso de ensino-aprendizaxe:

1. Función de apoio á aprendizaxe: os materiais favorecen a interiorización dos contidos dun modo eficaz e significativo dentro do proceso de adquisición de aprendizaxe.
2. Función estruturadora: axudan á hora de ordenar e estruturar toda a información que reciben.
3. Función motivadora, para o cal serán adaptados a cada curso.

Os recursos e materiais empregados nas sesións de Educación Física cumpren distintas finalidades, sendo as máis relevantes as seguintes:

- Son un medio entre a teoría impartida e a práctica deportiva.
- Motivan ao alumnado á hora de realizar as tarefas.
- Favorecen a comunicación e a comprensión entre o alumnado.
- Son un elemento auxiliar eficaz.
- Posibilitan a autoinstrución.
- Son unha guía para as aprendizaxes.
- Permitir avaliador ao alumnado.

En función da U.D e sesión a impartir, se utilizarán uns materiais e recursos diferentes. Deben estar acordes coas actividades a realizar. O material dependerá do propósito co que se vai traballar, polo que será preciso analizar: a idade, as capacidades e o entorno, entre outros.

Tamén teremos en conta para a ensinanza da área dos recursos que nos ofrece a comunidade e o entorno, e que igualmente serán empregados cando así se considere.

## 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación realizarase sobre todos os elementos que poidamos controlar como variables do proceso educativo, pero sobre todo sobre a figura do alumno e do profesor. Entre as pautas de avaliación que pretendemos seguir para este curso 2023-2024 atopamos:

- Avaliación personalizada do alumnado, observando a progresión dentro das capacidades individuais de cada un.
- Ter en conta a asistencia, a vestimenta, o material e a actitude/disposición positiva na aula de Educación Física.
- Realizar o seguimento do proceso de aprendizaxe, mediante o uso de diferentes técnicas e rexistros.
- Realización de diversas probas conceptuais e motoras.
- Comprobación dos criterios de avaliación. Esta avaliación global e continua debe desenvolverse en tres momentos básicos: avaliación inicial, avaliación avaliación procesual, e sumativa ou final, onde se recollen as anteriores para mellorar a práctica educativa e, ao final do curso, tomar unha decisión final sobre a promoción de cada alumno. Procurarase, na medida do posible, avaliar as sesións mediante unha breve reflexión final sobre elas, seguindo o modelo estruturante da sesión Santos Berrocal.

## 1. AVALIACIÓN DO ALUMNO:

Seguindo a división da taxonomía tradicional das catro áreas presentes na Educación Física: cognitiva, afectiva, social e motriz, estas áreas serán obxecto da avaliación, tendo en conta que o motor é o diferencial da nosa zona.

- Ámbito cognitivo: coñecemento dos obxectivos da EF e a forma de conseguilos; coñecemento de estratexia e tácticas predeportivas; coñecemento do funcionamento do corpo en movemento; coñecemento de técnicas e ensinanzas de ximnasia, deportes e hixiene.
- Ámbito actitudinal e afectivo: disposición; aceptación de valores; preferencias cara a diversas actividades físico; autoconceito e estima persoal.
- Ámbito social: Actitudes ante as regras sociais; participación en actividades colectivas; integración a grupo, capacidade de liderado.
- Área motora: Constitución morfolóxica; desenvolvemento do sistema orgánico; habilidades motrices: perceptivas, motriz e expresiva, básica e específica; eficiencia e desenvolvemento de calidades.

## 2. INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN:

### 2.1. AVALIACIÓN DA ÁREA CONCEPTUAL.

- a) Probas prácticas: nestas, o alumno deberá realizar unha tarefa aplicando unha serie de normas, criterios ou principios como, por exemplo, dirixir un quecemento, arbitrar un partido, axudar a corrixir a execución dun compañeira. Valórase a correcta aplicación destas normas e principios e son ben aceptados polo estudantes.
- b) Traballos escritos: pode ser un instrumento moi útil á hora de polarizar cara a temas de grande interese parte do alumno e directamente relacionada coa actividade que se desenvolve. A súa aplicación está enfocada aos últimos cursos. No noso caso, aplicarase aos xogos populares e tradicionais, como vía para que o alumno investigue a súa contorna e recolla información. Estarán suxeitos, como os instrumentos anteriores, ao seu uso para avaliar e cualificar o alumno.

### 2.2. AVALIACIÓN DA ÁREA ACTITUDINAL.

Son instrumentos destinados a avaliar as actitudes e os intereses do alumnado, facendo referencia a aspectos individuais e colectivos.

- a) Autoavaliación: pódese realizar mediante diversas técnicas que van dende cuestionarios pechados a entrevistas e exposicións abertas. Poden ter presenza máis ou menos significativa na nota, pero permitirannos avaliar o proceso analizando a evolución da actitudes e intereses dos estudantes.
- b) Estudo do grupo: detección das relacións que se producen no grupo polas especiais características das sesións de Educación Física.
- c) Sociogramas: estudo das relacións sociais.
- d) Opinións do profesorado: recollidas nas actas e axendas de aula, con incidencias disciplinarias e outras aspectos relacionados co desenvolvemento das clases. Estas anotacións repercutirán na nota do estudantes.

### 2.3. AVALIACIÓN DA ÁREA MOTORA.

Instrumentos de avaliación relacionados coas condutas motrices do alumno.

- a) As probas: medio obxectivo con idénticas condicións para todos. Os seus resultados pódense analizar diferentes formas segundo as comparacións resultantes da proba nunha poboación de referencia. Podemos atopar tantos tipos como condutas motrices humanas queremos medir: probas antropométricas, probas de condición física, probas de habilidades perceptivo-motrices, probas de habilidades deportivas, etc. As probas son adecuado especialmente cando se fan medicións cuantitativas.
- b) Observación: o seu máximo aproveitamento prodúcese na avaliación de aspectos do ámbito afectivo ou actitudinal. En a área motora para a valoración de condutas difíciles de cuantificar numericamente pero que representan unha parte importante da materia.
- c) Listas de verificación: son listas de frases que expresan comportamentos positivos ou negativos, secuencia de accións, etc., ante as cales o examinador indique a súa ausencia ou presenza.
- d) Escalas de verificación: non só se observa a presenza ou ausencia da tarefa, senón que tamén se valora a execución mediante sentenza.

Concretamente, na avaliación das unidades didácticas a desenvolver avaliarase a cada alumno, como no resto das áreas, de forma personalizada, para o que será necesario partir das posibilidades e das experiencias de cada alumno, observando cal foi a súa progresión persoal, sen tomar como referencia a todo o grupo.

A avaliación será continua e sistemática; ao mesmo tempo, concreta e delimitada, non se pode observar todos os alumnos nunha única sesión de xeito promenorizado. En cada sesión tentarei delimitar un número de alumnos e destacar o actitudes tanto positivas como negativas nas sesións.

## AVALIACIÓN INICIAL

No inicio do curso realizaremos unha avaliación inicial para coñecer o nivel de competencia motriz dos nosos

alumnos/as; especialmente, no 1º curso de Educación Primaria. Esta primeira avaliación do curso que se levara a cabo durante as sesións do mes de setembro e que nos permitirá obter un diagnóstico inicial estará composta por:

- Ficha médica de cada alumno.
- Circuitos e actividades que comprendan os seguintes contidos:
  - Estructuración espazo-temporal: correr por unha sucesión de aros, desprazarse en función dun ritmo marcado.
  - Coordinación e equilibrio: manter a posición sobre un só apoio un tempo determinado, alternar saltos sobre un banco (pernas abertas, pes xuntos), botar un balón.
  - Habilidades básicas: lanzamento e recepción dun balón, salto de altura e lonxitude.
  - Habilidades xenéricas: conducción e botes cun balón nun recorrido establecido.
  - Capacidades físicas: Resistencia (5 min), Velocidade (30 m), axilidade (circuíto), forza de tren inferior (salto horizontal), flexibilidade (flexión de tronco).
  - Expresión e comunicación corporal: axustar movementos a un ritmo dado, xogos de mímica.

En consecuencia, todo centro ten que estar en condicións de:

- 1.º Adaptarse ás características individuais e sociais de cada alumno ou alumna.
- 2.º Ofrecer unha cultura común, respectando as peculiaridades de cada cultura propia.
- 3.º Adoptar unha metodoloxía que favoreza a aprendizaxe de todo o alumnado na súa diversidade.
- 4.º Partir dunha avaliación inicial do alumnado en cada núcleo de aprendizaxe que permita detectar os seus coñecementos previos, para facilitar a significatividade dos novos contidos que se deben aprender.

Como consecuencia da obrigatoriedade do ensino, xorde a escola comprensiva, que ofrece un mesmo currículo básico para todos os alumnos e todas as alumnas minimizando as súas diferenzas a través do principio de igualdade de oportunidades, co fin de compensar así as desigualdades sociais. Ademais, expónse como proporcionar unha resposta educativa axeitada a un colectivo de estudantes con necesidades de formación moi diversas, escolarizados dentro dun mesmo centro educativo e cun currículo, en parte, común.

Esta proposta trata de promover a escola comprensiva mediante as seguintes estratexias:

- 1.ª Adoitar organizacións flexibles dentro do aula, con respecto cara aos principios básicos de organización e funcionamento dos grupos, practicando estratexias inter e intragrupoais, para potenciar o traballo con grupos heteroxéneos de alumnos e alumnas.
- 2.ª Realizar as adaptacións curriculares necesarias para asegurar que se poida manter unha escola na que teñan cabida todos, sexan cales sexan as súas necesidades educativas ou intereses persoais específicos.

## 5.2. Criterios de cualificación e recuperación

### Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

| Unidade didáctica     | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 | UD 9 | UD 10 |
|-----------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| Peso UD/<br>Tipo Ins. | 6    | 15   | 6    | 6    | 8    | 6    | 6    | 6    | 8    | 6     |
| Táboa de indicadores  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100  | 100   |

| Unidade didáctica     | UD 11 | UD 12 | UD 13 | UD 14 | Total |
|-----------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Peso UD/<br>Tipo Ins. | 5     | 8     | 7     | 7     | 100   |
| Táboa de indicadores  | 100   | 100   | 100   | 100   | 100   |

### Criterios de cualificación:



Para determinar a nota do alumnado, débense establecer uns criterios de cualificación que se relacionen directamente cos criterios de avaliación. Estes criterios permitirán identificar se o alumnado progresa adecuadamente, é dicir, se desenvolven as capacidades de diferentes ámbitos ou se necesita mellorar nalgúns aspectos. Todo alumnado ten dereito a unha avaliación o máis obxectiva posible e debe coñecer claramente o sistema de avaliación de forma que o/a alumno/a teña control sobre a aprendizaxe e a avaliación. Débense variar os instrumentos de avaliación para obter información desde diferentes fontes, e desta forma orientar o proceso e realizar axustes sempre que sexa necesario. A avaliación ideal debe estar centrada no alumnado. E isto significa que non vale a mesma avaliación para todos porque non todos aprenden da mesma forma. Algúns poden pensar que temos que facer unha avaliación para cada neno/a, pero se traballas por niveis poderemos identificar o nivel do alumnado e a partir de aí preparar a avaliación.

Para determinar a cualificación do alumno, débense establecer criterios de cualificación relacionados cos directamente cos criterios de avaliación. Estes criterios permitirán identificar se o alumnado está progresando correctamente; É dicir, se desenvolven capacidades en distintos ámbitos ou se precisan mellorar nalgúns áreas. aspectos.

#### CRITERIOS DE AVALIACIÓN DO ALUMNADO DE SEXTO CURSO:

- É consciente da súa postura en calquera situación, así como do control postural en situacións de equilibrio dinámico.
- Leva sempre roupa axeitada cando realiza actividades físicas.
- Cumpre as normas de hixiene corporal por iniciativa propia.
- Utiliza o material e adopta as medidas necesarias para evitar accidentes.
- Recoñece e utiliza o quecemento e a relaxación como elementos básicos da actividade física.
- Regula o seu esforzo físico nos xogos e na práctica da actividade física.
- Intenta mellorar en calquera tipo de actividade física, consciente das súas posibilidades.
- Resolve satisfactoriamente problemas motrices que impliquen tres variables: tempo, espazo e elementos aos que se debe atender.
- Utiliza quendas para resolver problemas motores.
- Domina os movementos e utilízalos correctamente.
- Domina os saltos e utilízalos correctamente.
- Toma decisións sobre problemas motrices no menor tempo posible.
- Tira, intercepta ou golpea móbiles en calquera posición con elementos que dificulten a acción.
- Aumento global das capacidades físicas básicas.
- Móvese en ambientes descoñecidos con soltura e confianza nas súas posibilidades e limitacións físicas e de movemento.
- Participa sempre por iniciativa propia en calquera actividade física, mostrando aceptación cara aos demais e superando pequenas frustracións.
- Mantén unha actitude deportiva, aceptando todas as regras do xogo e o que isto supón.
- Utiliza estratexias de xogo, participando na súa organización.
- Coñece as normas dos distintos deportes e practícaaas.
- Interese por coñecer a diversidade de actividades deportivas, coidando os materiais e coñecendo os espazos onde se practican.
- Recoñece a mímica, a danza e a dramatización como linguaxe corporal e utilízalas para comunicarse cos demais, coñecendo tamén outros recursos expresivos do corpo.
- Envía e comprende mensaxes mediante o movemento corporal.
- Realizar coreografías e estruturas rítmicas.

Concreción dos criterios de avaliación do alumnado de terceiro ciclo nunha relación de capacidades perceptivo-motrices que requiriremos para superar a etapa:

1. Identifica e nomea as partes dunha sesión de Educación Física.
2. Recoñece as partes dereita e esquerda dun mesmo, dos demais e do espazo.
3. Equilibra nun pé cos ollos pechados durante máis de 8 segundos.
4. É capaz de avanzar nun banco en posición invertida.
5. Pode reproducir figuras xeométricas coas mans segundo un modelo.
6. É capaz de reproducir unha secuencia rítmica tocando a man sobre a superficie dunha mesa.
7. Pasa o balón co teu compañeiro a máis de tres metros de distancia, cunha, dúas mans ou regate.
8. Golpea e intercepta móbiles golpeando cunha raqueta.
9. Pode saltar ritmicamente, alternando o apoio dun pé e outro.
10. Salta á corda continuamente.
11. Lanza un balón pequeno a máis de 10 metros.
12. Salta verticalmente dende de pé cos dous pés xuntos 20 cm.

13. Pode correr 30 metros en 7 segundos.

14. Mantén unha carreira a velocidade moderada durante polo menos 5 minutos.

No caso do alumnado que, por razóns da orde que sexa, non asista a clase ou non realice actividades físicas en máis do 50% das sesións, terá a cualificación de "Non avaliado", considerándose non superados os contidos do curso correspondente. Se é necesario un certificado médico dos titores do estudante, enténdese que ausencia do alumno é de motivo médico. En todo caso, procurárase promover actividades físicas que o alumno poida desenvolver sen deterioro da súa lesión ou impedimento físico.

#### COMO AVALIAR AO NOSO ALUMNADO?

A avaliación será criterial, interpretando os resultados en función do alumno/a e avaliando o seu propio progreso, é dicir, o resultado obtido do individuo comparárase con outros resultados obtidos polo mesmo nas mesmas actividades ou probas.

Ao ser unha programación didáctica para 6º curso empregaremos instrumentos cualitativos, sendo polo tanto unha avaliación baseada en técnicas de observación.

Rexistraremos diariamente o que acontece nas sesións, empregando diferentes instrumentos de avaliación:

- ESCALAS DE VALORACIÓN: cada U.D. inclúe a escala que se aplicará nela.

- REXISTRO ANECDÓTICO: reflectiranse acontecementos que sexan significativos a efectos de avaliación do alumnado, así como calquera feito ou incidencia da sesión que nos poida servir como autoavaliación.

- LISTAS DE CONTROL: consiste nunha serie de ítems referidos a características, accións e actividades, nas que se indicará simplemente se se realizan ou non.

- RÚBRICAS: instrumento de medición no que a través dos CA prescritos se establecen uns estándares por niveis, mediante a disposición de escalas, que permiten determinar a calidade da execución en tarefas específicas.

- COAVALIACIÓN: o alumnado será o responsable de avaliar aos seus compañeiros en aspectos e accións definidas polo docente.

- TEST MOTORES: miden as cualidades físicas básicas que posúe o alumnado para realizar unha actividade física.

- LUDOGRAMAS: permite observar e representar o rol dos xogadores; e contabilizar accións (por exemplo, o número de pases que fai).

- SOCIOGRAMA. permitiranos coñecer as relacións sociais que existen dentro dos membros do grupo.

#### CANDO SE AVALÍA?

##### 1- AVALIACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliarase cada unha das Unidades Didácticas sobre 10, empregando diversos instrumentos de avaliación. Para isto, tomaremos de referencia os criterios de avaliación xunto cos seus mínimos de consecución establecidos para cada unha das UD do apartado 3.3. Avaliación das Unidades Didácticas desta programación.

##### 2- AVALIACIÓN DO TRIMESTRE:

Para avaliar cada trimestre teremos en conta as Unidades Didácticas levadas a cabo en cada un dos trimestres.

A nota do trimestre será o resultado da nota ponderada acadada polo alumno/a en cada UD, sempre tendo en conta a % de peso que ten esa UD no punto 3.1. Relación das Unidades Didácticas desta programación.

#### Curso 2023/2024:

##### 1º TRIMESTRE (6 UD - 34%):

- UD. 1: 14% = equivalente a un 1,4 da nota 1º trimestre.

- UD. 2(I): 16% = equivalente a un 1,6 da nota 1º trimestre.

- UD. 3: 16% = equivalente a un 1,6 da nota 1º trimestre.

- UD. 4: 17% = equivalente a un 1,7 da nota 1º trimestre.

- UD. 5: 20% = equivalente a un 2 da nota 1º trimestre.

- UD. 6: 17% = equivalente a un 1,7 da nota 1º trimestre.

Nota do 1º trimestre (suma das UD da 1 á 6)= 10

##### 2º TRIMESTRE (5 UD: 33%):

- UD. 7: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.

- UD. 8: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.

- UD. 9: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.

- UD. 10: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.

- UD. 2(II): 16% = equivalente a un 1,6 da nota 2º trimestre.

Nota do 2º trimestre (suma das UD da 7 á 10 e 2(II))= 10

### 3º TRIMESTRE (5 UD: 33%):

- UD. 11: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.
  - UD. 12: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.
  - UD. 13: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.
  - UD. 14: 21% = equivalente a un 2,1 da nota 2º trimestre.
  - UD. 2(III): 16% = equivalente a un 1,6 da nota 2º trimestre.
- Nota do 3º trimestre (suma das UD da 11 á 14 e 2(III))= 10

### 3. AVALIACIÓN FINAL DO CURSO (NOTA ORDINARIA) :

A nota da avaliación final ou ordinaria será o resultado da % de peso da UD marcada no apartado 3.1 Desenvolvemento das Ud. desta programación didáctica. Onde cada unha das Unidades Didácticas ten marcado a % de peso que supón o seu contido neste curso.

Baseándonos nisto as notas que o alumnado tivo en cada un dos trimestres suporán a seguinte porcentaxe da nota final.

Curso 2023/2024:

- 1º TRIMESTRE (6 UD): 34% equivalente a un 3,4 da nota final
- 2º TRIMESTRE (5 UD): 33% equivalente a un 3,3 da nota final
- 3º TRIMESTRE (5 UD): 33% equivalente a un 3,3 da nota final
- ORDINARIA (suma das 14 UD): 100% equivalente a 10.

### **Criterios de recuperación:**

Para o alumnado que non superen o grao de consecución mínima dos CA estableceremos as seguintes premisas:

- 1.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito progresivo quedarán superados cando na seguinte avaliación sexan acadados.
- 2.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito non progresivo proporánselle actividades ao longo do curso nas distintas UD para que o alumnado supere ditos Criterios de Avaliación.

## **6. Medidas de atención á diversidade**

O alumnado con necesidades educativas especiais que precise de certo apoio e atención educativa específicos derivados de discapacidade ou trastornos graves de conduta recibirá, seguindo a lexislación educativa vixente, as medidas curriculares e organizativas oportunas que aseguren o seu adecuado progreso, dentro dos principios de inclusión e normalidade. En Educación Primaria podemos realizar reforzos educativos ou adaptacións curriculares que se desvíen significativamente dos contidos e criterios de avaliación do currículo, dirixida a estes alumnos. Aínda que a súa solicitude irá precedida dunha avaliación das súas necesidades, tal e como se indica recollida na Orde do 31 de outubro de 1995. Desenvolverase a proposta curricular específica resultante, procurando o máximo das súas competencias básicas, cos obxectivos e criterios de avaliación fixados no dito adaptacións, as referencias para a avaliación e promoción do alumno.

Do mesmo xeito, realízase un seguimento daqueles alumnos con necesidades temporais derivadas de problemas de asma, alerxias, lesións, etc.

### MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE:

A área de Educación Física seguirá, como o resto das áreas, as liñas xerais de actuación que son establecidos no proxecto educativo do centro en relación coa atención á diversidade do alumnado. Se ben cómpre sinalar algunhas medidas máis concretas que debemos aplicar nas nosas clases para atender adecuadamente á diversidade do alumnado. Deste xeito, as seguintes liñas de rendemento:

- Utilizar xogos sinxelos que lles dean confianza e axuden á súa desinhibición e participación.
- Variar os agrupamentos intentando que interactúen o máximo posible.
- Facer explicacións e demostracións claras e concisas para facilitar a comprensión do alumnado das tarefas, buscando a participación do resto dos compañeiros neste traballo.
- Propor actividades variadas que axuden a crear unha imaxe axustada do seu corpo, valorando e respectando as diferenzas individuais.
- Establecer axudas, tanto propias como para o demais alumnado, para aqueles que presenten maior dificultade, así como as variacións nos exercicios que sexan necesarias.
- Expoñer as medidas de seguridade necesarias para que as actividades se desenvolvan nun clima de confianza e participación óptimo.

- Utilizar criterios de homoxeneidade en canto a talla e peso ao realizar actividades que implican tracción, empurrar, agarres...
- Establecer as variantes ou exercicios que sexan necesarios para adaptar estas actividades ao nivel de competencia motora do alumnado.
- Darlle protagonismo a aqueles estudantes menos integrados.
- Dispoñer de material diverso para abordar os posibles problemas que o alumnado poida ter no manexo dos materiais. eles mesmos e expoñer as medidas de seguridade necesarias.

#### SITUACIÓN ACTUAL DO GRUPO DE 5º CURSO DE EDUCACIÓN PRIMARIA:

Consultouse co seu titor, e non se atopan dificultades nin problemas que impidan o normal desenvolvemento das sesións de Educación Física, máis aló de cuestións puntuais. Asemade, o grupo xa tivo docencia conmigo mesmo en 4º e non existen situacións que precisen da adaptación de obxectivos, contidos ou metodoloxía.

### 7.1. Concreción dos elementos transversais

|  | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 |
|--|------|------|------|------|------|------|------|------|
| ET.1 - Comprensión Lectora   | X    | X    |      |      |      |      |      |      |
| ET.2 - Expresión Oral e Escrita  | X    | X    |      |      |      |      |      |      |
| ET.3 - Educación emocional e en Valores  | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    |
| ET.4 - Igualdade entre Homes e Mulleres  | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    |
| ET.5 - Educación Vial  |      |      | X    |      |      |      |      |      |
| ET.6 - Educación Ambiental   |      |      | X    | X    |      |      | X    |      |
| ET.7 - Educación Para a Saúde  | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    |
| ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico   | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    |
| ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia. | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    | X    |

|  | UD 9 | UD 10 | UD 11 | UD 12 | UD 13 | UD 14 |
|--|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ET.1 - Comprensión Lectora   |      | X     | X     |       | X     | X     |
| ET.2 - Expresión Oral e Escrita  |      | X     | X     |       | X     | X     |
| ET.3 - Educación emocional e en Valores  | X    | X     | X     | X     | X     | X     |
| ET.4 - Igualdade entre Homes e Mulleres  | X    | X     | X     | X     | X     | X     |
| ET.5 - Educación Vial  |      |       |       |       |       | X     |
| ET.6 - Educación Ambiental   |      |       |       |       | X     | X     |
| ET.7 - Educación Para a Saúde  | X    | X     | X     | X     | X     | X     |
| ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico   | X    | X     | X     | X     | X     | X     |
| ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia. | X    | X     | X     | X     | X     | X     |

**Observacións:**

A Educación Primaria, pretende proporcionar ao alumnado unha educación que lle permita afianzar o seu desenvolvemento persoal e o seu propio benestar; desenvolver as habilidades sociais, a creatividade e a afectividade; lograr que adquiren os elementos básicos da cultura, e formalo para o exercicio dos seus dereitos e das súas obrigacións na vida como cidadáns.

Desta forma, tanto en Educación Infantil como en Educación Primaria, a actuación do profesor e a relación que se establece entre el e o alumno reviste unha gran relevancia; por iso, os principios nos que se fundamentan os temas transversais deben inspirar en toda a actividade docente e, do mesmo xeito deben ser traballados conxuntamente coas familias para que os nenos e nenas non vivan actuacións contraditorias entre o ámbito escolar e familiar. Para conseguir o anteriormente exposto, faise necesaria a presenza dos temas transversais no currículo.

Hai que sinalar, que os temas transversais impregnan gran parte dos contidos das áreas. Son prescritivos e non aparecen no currículo como disciplinas separadas senón impregnado todo o labor educativo na que todo o profesorado de todos os niveis e etapas educativos está involucrado.

Ditos temas poden definirse como contidos basicamente actitudinais, que exercen influencia no comportamento conductual do noso alumnado. Son valores importantes tanto para o desenvolvemento integral e persoal dos alumnos, como para o desenvolvemento dunha sociedade democrática, respectuosa co medio e tolerante.

Baseándonos na lei educativa actual e na concreción no Decreto de Currículo de Ed. Primaria traballaremos os elementos transversais presentados neste apartado.

Asemade, no curso 2023-2024 o C.P.I. Fonte Díaz de Touro ten como tema para todo o centro "O bosque", que tamén será tido en conta a hora do traballo nos temas transversais, especialmente nas unidades didácticas e actividades do terceiro trimestre.

## 7.2. Actividades complementarias

| Actividade                               | Descrición   | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|--|--|----------|----------|----------|
| O Samagosto: Samaín e Magosto.           | Actividades lúdicas tradicionais no patio do centro con castañas organizadas polo mestre de Eduación Física.   | X        |          |          |
| Día da non violencia de xénero           | Xogos cooperativos sen discriminación e información sobre modelos discriminatorios no deporte.   | X        |          |          |
| Día da Paz                               | Realizarase unha xornada de xogos cooperativos.  |          | X        |          |
| Día da muller                            | Xogos cooperativos sen discriminación e información sobre modelos discriminatorios no deporte.   |          | X        | X        |
| Día mundial do medio ambiente            | Actividades físicas na contorna do colexio, valorando esta contorna como lugar de estímulos para o exercicio físico e o xogo.  |          |          | X        |
| Saída lúdico-deportiva de final de curso | No terceiro ciclo, seguindo a tradición do centro, realizarase unha saída a una illa do litoral galego (Cíes ou Ons) e alí se desenvolven actividades lúdicas e deportivas.  |          |          | X        |
| Plan Proxecta: Aliméntate ben.           | Ao longo do curso, incidirase nas relacións entre alimentación e condición física; destacadamente nas unidades didácticas relacionadas coa saúde; así como se participará no reparto de froita desde a asignatura nos recreos. | X        | X        | X        |

### Observacións:

Ao longo do curso levaranse a cabo as actividades complementarias aprobadas na Programación Xeral Anual do C.P.I. Fonte Díaz, quedando abertas as posibles actividades complementarias e extraescolares que xurdan ao longo do curso, sempre que se consideran tanto seguras como en liña cos obxectivos formulados na presente programación.

Estas novas actividades serán aprobadas seguindo a normativa vixente.

De entre as actividades complementarias que este ano reconece a nosa PXA no C.P.I. Fonte Díaz seleccionamos as sete antes indicadas, por ser aquelas nas que a nosa área ten unha participación máis activa, ademais de que gardan relación directa coas actividades motrices da asignatura.

### 8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro

| <b>Indicadores de logro</b>  |
|--|
| Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico   |
| Planificación: axeitada en número e duración das actividades, nivel de dificultade, interese para o alumnado, significatividade no proceso de ensino-aprendizaxe, obxectivos ben definidos,...               |
| Contidos: secuenciación, estruturación e organización dando unha visión xeral de cada tema (que teñen que aprender, que é importante, etc.).   |
| Metodoloxía empregada  |
| Alumnado: conseguíuse motivalo, espertar a súa curiosidade, participación activa,...   |
| Metodoloxía: aberta e flexible; agrupamentos; métodos e estilos de aprendizaxe, adaptarda ás características do alumnado e as circunstancias que xordan durante a práctica educativa.                        |
| Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos   |
| Materiais: foron atractivos, suficientes, accesibles para todo o alumnado,...  |
| Medidas de atención á diversidade  |
| Atención á diversidade: pártese do nivel de desenvolvemento do alumnado e respéctanse as súas características individuais.   |
| Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais   |
| Interdisciplinabilidade: Planificación da propia área de forma coordinada co resto do profesorado (xa sexa por nivel, ciclo, equipos educativos e profesorado de apoio).                                     |
| Elementos Transversais: as sesións traballan implicitamente temas transversais ( comprensión lectora; resolución de problemas; igualdade; educación ambiental, para a saúde, para a paz, cívica e moral,...) |

#### Descrición:

Farase unha valoración do proceso para ir realizando axustes, se fose preciso.

Trimestralmente usaranse indicadores de logro, para comprobar se o noso proceso docente está a seguir as directrices programadas e se é necesario facer modificacións no mesmo para mellorar a nosa actuación e conseguir unha maior coherencia co contexto educativo concreto no que a levamos a cabo, atendendo ás necesidades e intereses do alumnado.

Para a valoración dos indicadores de logro empregaremos instrumentos de avaliación como as escalas de observación.

## 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

As programacións didácticas deben incluír mecanismos de revisión, avaliación e modificación en relación cos resultados académicos e procesos de mellora. O mestre de Educación Física, polo tanto, ao remate do curso e unha vez revisados os resultados académicos, a avaliación docente e a avaliación do proceso de ensino - aprendizaxe, tomará as posibles medidas conducentes á mellora deses resultados realizando unha análise en profundidade da programación didáctica.

Estas propostas de mellora tamén serán recollidas na memoria final, así como os contidos que foi preciso engadir, eliminar ou modificar con respecto á programación prevista.

A programación é un documento co que guiarse día a día na realidade da aula polo que continuamente hai que reflexionar sobre a súa adecuación a cada grupo-clase ou a cada alumno ou alumna e se é necesario modificala en función dos feedback recibidos e dos resultados obtidos.

Será revisada trimestralmente xunto ca avaliación do alumno/a, avaliación do docente e avaliación do ensino - aprendizaxe.

Aspectos susceptibles de analizar como parte da revisión, avaliación e modificación da programación didáctica:

- Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
- Adecuación da secuenciación e temporalización das unidades didácticas.
- O desenvolvemento da programación respondeu a secuenciación e temporalización previstas.
- Aplicación metodoloxía didáctica acordada.
- Adecuación da secuencia de traballo na aula.
- Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
- Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado
- Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
- Adecuación dos programas de apoio, recuperación.
- Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
- Grao de desenvolvemento das actividades extraescolares e complementarias previstas.
- Adecuación dos mecanismos para informar as familias sobre criterios de avaliación.
- Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
- Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
- Grao de integración das TICs no desenvolvemento da materia.

## 9. Outros apartados