



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA 3º


E.S.O.

**Departamento de Educación Física
C.P.I. PLURILINGUE VIRXE DE MONTE**

ÍNDICE XERAL

1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN	4
2. OBXECTIVOS DA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA	8
3. CONTRIBUCIÓN DA MATERIA AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE	9
4. ELEMENTOS CURRICULARES. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES DA MATERIA ...	14
4.1. CONTIDOS DISTRIBUÍDOS POR TEMAS.....	20
4.2. TEMPORALIZACIÓN.....	24
4.3. MÍNIMOS ESIXIBLES PARA UNHA AVALIACIÓN POSITIVA	25
4.4. PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	30
5. METODOLOXÍA	31
6. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS.....	33
7. CRITERIOS SOBRE A AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN.....	34
7.1. PERÍODOS DE AVALIACIÓN	34
7.1.1. <i>Avaliación Ordinaria</i>	34
7.1.2. <i>Avaliación Extraordinaria</i>	36
7.2. CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN	37
8. INDICADORES PARA AVALIAR O PROCESO DO ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE	49
9. PROGRAMA DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DE MATERIAS PENDENTES...50	50
9.1. MATERIA DURANTE O CURSO	50
9.2. MATERIAS PENDENTES DOUTROS CURSOS	51
10. PROGRAMAS ESPECÍFICOS PERSONALIZADOS PARA O ALUMNADO REPETIDOR	51
11. PROCEDEMENTOS PARA A REALIZACIÓN DA AVALIACIÓN INICIAL.....	52
12. PROGRAMAS ESPECÍFICOS PERSONALIZADOS PARA O ALUMNADO REPETIDOR	53
13. MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE	53
13.1. ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES INTELECTUAIS	54
14. ELEMENTOS TRANSVERSAIS DA PROGRAMACIÓN.....	55
14.1. PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN EN VALORES.....	55
14.2. TRATAMENTO DO FOMENTO DA LECTURA	56
14.3. TRATAMENTO DO FOMENTO DAS TICS.....	57
14.4. TRATAMENTO DO FOMENTO DA CONVIVENCIA NO CENTRO.....	57

14.5.	CONTRIBUCIÓN DA MATERIA AO PROXECTO LINGÜÍSTICO.....	57
15.	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES	58
16.	PROCEDEMENTOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN.....	58



1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN

A materia de Educación Física ten como finalidade principal que o alumnado alcancen a competencia motriz, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa no seu medio e coas demais, que permite que o alumnado supere os problemas motores propostos tanto nas sesión de Educación Física como na súa vida cotiá; sempre actuando de forma coherente e en concordancia co nivel de desenvolvemento psicomotor, e outorgándolle especial sensibilidade á atención á diversidade nas aulas, utilizando estratexias inclusivas e procurando a integración dos coñecementos, os procedementos, as actitudes e as emocións que se vinculan á conduta motora.

A competencia motriz, malia non estar recollida como unha das competencias clave, é fundamental para o desenvolvemento destas, nomeadamente o das competencias sociais e cívicas, de aprender a aprender, de sentido de iniciativa e espírito emprendedor, de conciencia e expresións culturais, da competencia matemática e as competencias básicas en ciencia e tecnoloxía e, en menor medida, da de comunicación lingüística e da competencia dixital. O traballo por competencias integra un coñecemento de base conceptual, outro relativo ás destrezas e, por último, un con grande influencia social e cultural, que implica un conxunto de valores e actitudes.

O presente currículo de Educación Física mantén a coherencia e a homoxeneidade coa etapa de educación primaria, nas etapas da ESO e do bacharelato, entendendo a materia como un continuo, tanto nos seus contidos como nas aprendizaxes que debe conseguir o alumnado ao longo de todas as etapas do sistema educativo.

Na educación secundaria obrigatoria e no bacharelato o alumnado utilizará o seu potencial motor á vez que desenvolve todas as súas capacidades. Isto implica mobilizar toda unha serie de coñecementos, habilidades motrices, actitudes e valores en relación co corpo, en diversas situacións de ensino e aprendizaxe, nas que a experiencia individual e colectiva permita adaptar a conduta motriz a diferentes ámbitos, conseguindo que o alumnado sexa un suxeito activo, responsable da xestión do seu estilo de vida saudable.

Nestas etapas educativas, a Educación Física debe permitir incrementar e mellorar o seu compromiso motor, sempre adecuado ás súas posibilidades, e desenvolver as habilidades motrices específicas con complexidade crecente á medida que se progresa nos sucesivos cursos.

As propias actividades axudarán, ademais, a desenvolver a relación coas demais persoas, o respecto, a atención especial á igualdade de xénero, entendendo as diferenzas relativas ás capacidades psicofísicas entre as rapazas e os rapaces, os condicionantes dos estereotipos sociais, a colaboración,

o traballo en equipo, o xogo limpo, a resolución de conflitos, o recoñecemento do esforzo para lograr metas, a aceptación de regras establecidas e o desenvolvemento da iniciativa individual.

Educación Física, tanto na etapa de ESO coma no bacharelato, terá como fin estratéxico introducir o alumnado cara a práctica de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, nas que poida manter un papel de practicante activo ao longo da súa vida, tendo en conta as novas formas de prácticas motrices que xorden na sociedade actual, moitas delas vinculadas ao contorno próximo do alumnado pola motivación intrínseca que representan.

Cómpre salientar os xogos e os deportes tradicionais galegos, que, xunto coas danzas e os bailes propios de Galicia, supoñen un elemento importante de transmisión do noso patrimonio artístico e cultural, ademais de fomentar as relacións interxeracionais.

As propostas didácticas deben incorporar a reflexión e a análise dos procesos de ensino e aprendizaxe, co fin de facilitar estratexias de transferencia dos coñecementos a outras situacións.

Para facilitar a concreción curricular de Educación Física establécense dez criterios de avaliación para o primeiro ciclo da ESO, que abrangue os tres primeiros cursos, doce para o cuarto curso da ESO e nove para o primeiro curso de bacharelato, criterios que establecen os resultados que se deben conseguir por medio dos estándares de aprendizaxe. Estes permitirán definir os resultados das aprendizaxes e concretarán, mediante accións, o que o alumnado debe saber e saber facer na materia de Educación Física. Estes estándares están graduados e secuenciados ao longo de todas as etapas e, unha vez finalizadas estas, todos eles deberán estar alcanzados e consolidados.

Os contidos preséntanse distribuídos en catro grandes bloques:

- **Bloque 1. Contidos comúns.**
- **Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas.**
- **Bloque 3. Actividade física e saúde.**
- **Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas.**

Esta distribución non determina métodos concretos; unicamente responde a unha forma de organizar os contidos dun xeito enlazado atendendo á configuración cíclica do ensino da materia, construíndo uns coñecementos sobre os outros, como unha estrutura de relacións observables, de maneira que se facilite a súa comprensión e aplicación en contextos cada vez máis enriquecedores e complexos. Tampouco implica unha organización pechada, xa que permite organizar os contidos de diferentes formas, adoptando a metodoloxía máis adecuada ás características tanto do grupo de alumnos e alumnas como dos propios contidos.

Os contidos do **bloque común**, pola súa natureza transversal, traballaranse ao longo do curso de xeito integrado cos contidos do resto dos bloques, dado que trata aspectos como a construción das fases dunha sesión, o aseo persoal, a participación nas actividades físicas independentemente do propio nivel de execución, a resolución de conflitos mediante o diálogo e a aceptación das regras establecidas, as posibilidades que presentan as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno, o control de riscos, o desenvolvemento da iniciativa individual e de hábitos de esforzo, as actitudes, a confianza, o uso adecuado dos materiais e dos espazos, e a integración das tecnoloxías da información e da comunicación.

O **bloque segundo** trata os contidos que teñen que ver coa interpretación e a execución de accións motrices, utilizando técnicas de expresión corporal, baile e outros recursos artísticos.

O **terceiro bloque** inclúe todos os aspectos relacionados coa saúde que se poden abordar desde a práctica da actividade física, segundo as recomendacións de diversos organismos de ámbito internacional, estatal e autonómico.

No bloque **dos xogos e as actividades deportivas** tamén están incluídos todos os tipos de actividades físico-deportivas desenvolvidas no medio natural.

Os contidos asociados aos criterios de avaliación de cada bloque en cada curso serán concretados nas programacións didácticas, de xeito que cada centro docente poida determinalos en función das instalacións e dos recursos materiais dos que dispón, ademais das características do contorno onde se localiza. Estes contidos serán diferentes nos primeiros cursos, para que o alumnado poida iniciarse nunha grande variedade de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas. Nos últimos cursos estes contidos poderán ser perfeccionados sobre a base das aprendizaxes anteriores.

Como consecuencia de todo o anterior, establécese unha serie de orientacións metodolóxicas para a materia que favorecerán un enfoque competencial, así como a consecución, a consolidación e a integración dos estándares por parte do alumnado:

- Educación Física nestas etapas terá un carácter eminentemente práctico e vivencial.
- A asimilación das aprendizaxes e a adaptación ao traballo do alumnado en Educación Física aconsella a distribución das dúas sesións semanais en diferentes días.
- A selección dos contidos e das metodoloxías activas e contextualizadas debe asegurar o desenvolvemento das competencias clave ao longo destas etapas.
- O uso de estruturas de aprendizaxe cooperativa posibilitarán a resolución conxunta das tarefas e dos problemas, e potenciarán a inclusión do alumnado.
- O profesorado deseñará diferentes tipos de tarefas e secuencias adaptadas aos niveis, ás formas e aos ritmos de aprendizaxe dos alumnos e das alumnas, co obxecto de atender á

diversidade na aula e personalizar os procesos de construción das aprendizaxes. Débese potenciar o uso dunha variedade de materiais e recursos o máis ampla posible, considerando especialmente a integración das tecnoloxías da información e da comunicación desenvolvidas nos últimos tempos en diferentes ámbitos da Educación Física.

- Favoreceranse metodoloxías que teñan a súa base na descuberta guiada, a resolución de problemas, o traballo por retos e proxectos, e a cooperación, tendo presente o desenvolvemento da creatividade do alumnado.
- Deberá procurarse a implicación das familias como un factor clave para facer dos alumnos e das alumnas auténticos suxeitos activos dunha xestión cada vez máis autónoma e comprometida da súa saúde, mediante a adquisición de hábitos de vida saudables.

Finalmente, é necesaria unha axeitada coordinación entre o equipo docente sobre as estratexias metodolóxicas e didácticas que se utilicen co alumnado. Os departamentos didácticos, logo dunha reflexión, deben formular con criterios consensuados unha estratexia metodolóxica común para desenvolver ao longo do proceso de ensino e aprendizaxe do alumnado, considerando, ademais, que a promoción da práctica diaria de deporte e o exercicio físico por parte dos alumnos e das alumnas durante a xornada escolar debe formar parte do seu desenvolvemento integral.

2. OBXECTIVOS DA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA

Esta materia contribuirá a conseguir os obxectivos da Educación Secundaria Obrigatoria, de maneira que o alumnado poida desenvolver as capacidades que lle permitan:

a) Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto ás demais persoas, practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e os grupos, exercitarse no diálogo, afianzando os dereitos humanos e a igualdade de trato e de oportunidades entre mulleres e homes, como valores comúns dunha sociedade plural, e prepararse para o exercicio da cidadanía democrática.

b) Desenvolver e consolidar hábitos de disciplina, estudo e traballo individual e en equipo, como condición necesaria para unha realización eficaz das tarefas da aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.

c) Valorar e respectar a diferenza de sexos e a igualdade de dereitos e oportunidades entre eles. Rexeitar a discriminación das persoas por razón de sexo ou por calquera outra condición ou circunstancia persoal ou social. Rexeitar os estereotipos que supoñan discriminación entre homes e mulleres, así como calquera manifestación de violencia contra a muller.

d) Fortalecer as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como rexeitar a violencia, os prexuízos de calquera tipo e os comportamentos sexistas, e resolver pacificamente os conflitos.

e) Desenvolver destrezas básicas na utilización das fontes de información, para adquirir novos coñecementos con sentido crítico. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente as da información e a comunicación.

f) Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en materias, así como coñecer e aplicar os métodos para identificar os problemas en diversos campos do coñecemento e da experiencia.

g) Desenvolver o espírito emprendedor e a confianza en si mesmo, a participación, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades.

h) Comprender e expresar con corrección, oralmente e por escrito, na lingua galega e na lingua castelá, textos e mensaxes complexas, e iniciarse no coñecemento, na lectura e no estudo da literatura.

i) Comprender e expresarse nunha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada.

l) Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e da historia propias e das outras persoas, así como o patrimonio artístico e cultural. Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes á cultura e á sociedade galega, ou a outras culturas do mundo.

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

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

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

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

3. CONTRIBUCIÓN DA MATERIA AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE

A contribución da materia de Educación Física ao desenvolvemento das *competencias clave* dependerá en grande medida do tipo de actividades seleccionado; é dicir, da metodoloxía empregada.

Neste sentido, a **comunicación lingüística (CCL)** a aportación desta materia prodúcese de dúas formas diferentes, dado que a educación física é unha encrucillada de diversas linguaxes. Algunhas sonlle propias e outras son compartidos. A primeira, do mesmo xeito que no resto das materias, ofrecendo unha variedade de intercambios comunicativos e enriquecendo a capacidade comunicativa a través das expresións e o vocabulario específico que achega. Ademais a comunicación, como factor básico da linguaxe, está unida á área de educación física polo uso do corpo como medio para expresar todo tipo de accións ou sensacións. Co corpo transmítense ademáns, afectos, estados de ánimos, posturas, sinais... que configuran as bases da linguaxe corporal. escoitar, expoñer e dialogar estarían moi empobrecidos sen a significatividade que o corpo lles dá a estes conceptos. A comunicación xestual, a utilización de ritmos e danzas, a respiración e, en xeral, as técnicas de dominio corporal.

A **competencia matemática e as competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)**, a contribución da educación física á adquisición da competencia matemática prodúcese a través do desenvolvemento de diversos contidos específicos da educación física e a partir doutros de carácter transversal. O cuantitativo no espacial, no temporal, nas distancias e traxectorias, está reflectido en moi diversos momentos e actos. O control do tempo, a toma de pulsacións, o ritmo en función da distancia, a regulación de esforzos, a ocupación espacial, son formas que se manexan habitualmente en educación física, ben polo coñecemento regulamentario, ben polas exixencias da propia práctica. Cabe destacar tamén a súa influencia no manexo de ferramentas e máquinas específicas de Educación Física.

A **competencia dixital (CD)** desenvolverase co emprego constante das tecnoloxías da información e da comunicación para procurar e almacenar información e para obter e presentar datos.

Para que o alumnado poida **aprender a aprender (CAA)**, aprender a resolver problemas motores de forma autónoma, aplicar os coñecementos á resolución de novas situacións, é un dos grandes obxectivos da educación física. Aprender a aprender en educación física tamén implica desenvolver habilidades para o traballo en equipo en diferentes actividades deportivas e expresivas colectivas e a adquisición de aprendizaxes técnicas, estratéxicas e tácticas que sexan xeneralizables para varias actividades deportivas.

Do mesmo xeito, as **competencias sociais e cívicas (CSC)** Nesta materia se incorpora a capacidade de establecer dinámicas persoais e grupais a través do propio corpo, en situacións de cooperación e de oposición, preservando e fomentando os valores deportivos máis esenciais, que comportan a posta en práctica dun proxecto en común e a aceptación de regras e normas establecidas polo grupo na práctica de xogos ou deportes, así como o respecto aos materiais, ao contorno e ás persoas participantes. As habilidades asociadas á interacción con outras compañeiras e compañeiros implican, xa que logo, a integración de diferentes saberes (sociais e deportivos) que permiten establecer relacións construtivas e facilitan a integración do alumnado na sociedade e/ou no grupo. O deporte é o resultado dun proceso histórico e cultural. Os códigos, interpretacións e significados que xerou esta evolución poden ser moi diverxentes entre si. Por iso, propónse unha educación física que ten en conta o espazo social en que se desenvolve e que ten como norte formar un alumnado activo, capaz de analizar con espírito crítico o conxunto de espectáculos, manifestacións, valores e actitudes que xiran arredor do deporte e da súa actualidade, seleccionando a información recibida e procesándoa, obtendo conclusións a partir da realización de análises persoais e achegándoo a unha cultura deportiva na cal o deporte estea ao servizo do ser humano e no que palabras como satisfacción, autonomía, confianza, esforzo, axuda ou traballo en equipo sexan un referente que se vaia seguir. Por iso, a práctica e a organización de actividades deportivas colectivas propóñense cun carácter aberto, de pacto, e esixe a aceptación das diferenzas e limitacións das persoas participantes e a asunción por parte de cada integrante das súas propias responsabilidades. Esta competencia tamén relaciona o dereito que toda a cidadanía ten á saúde coa promoción da actividade física no período escolar. A inactividade física é un problema importante de saúde pública. A visión dunha mocidade sedentaria, observadora deportiva e afastada da práctica motora, con índices crecentes de obesidade e problemas de saúde realmente alarmantes establece como prioridade social a educación para a prevención de comportamentos de risco e a promoción da actividade física como base de cultivo de hábitos saudables.

O **sentido de iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)** a educación física promove de forma singular a consecución das bases da identidade persoal, edificándoas a partir de dous dos aspectos reguladores do ser humano, o corpo e o movemento. A forma de interaccionar con outras persoas e co medio realízase a partir da diferenciada motricidade de cada quen. E é aí, na disposición persoal para a acción, onde se afirma a súa base de identificación. O ensino das diferentes propostas motoras, dos xogos e deportes, das actividades no medio natural ou do desenvolvemento

da condición física e a expresión corporal oriéntanse cara á formación dun ser autónomo capaz de anticipar, percibir, decidir, relacionar, executar e reflexionar sobre as súas actuacións e de transferir o traballo na aula a outros espazos persoais de recreación e tempo libre. Estas propostas, que fomentan o sentido de iniciativa e espírito emprendedor, oriéntanse en educación física, basicamente, desde tres campos: dende a forma de producirse a interacción entre o profesorado e o alumnado, desde a metodoloxía de traballo na aula e desde as exigencias e os retos da propia actividade. A interacción na aula fai referencia ao clima existente, á cooperación e participación das alumnas e dos alumnos nas propostas que se desenvolven na aula e fóra dela.

As metodoloxías seleccionadas condicionan o nivel de autonomía do alumnado. A metodoloxía debe ser utilizada en función da actividade e das características das persoas destinatarias. Con todo as propostas máis creativas, máis autónomas, máis individualizadas, máis exploratorias, promoven unha formación máis individualizada e desenvolven unha maior capacidade de iniciativa persoal. Doutra banda, as exigencias e os retos das tarefas con certa dificultade técnica ou enfrontarse á mellora do propio nivel de condición física, implican situacións en ~~que o alumnado debe manifestar autosuperación, perseveranza e actitude positiva;~~ responsabilidade e honestidade na aplicación das regras e capacidade de aceptación dos diferentes niveis de condición física e de execución motriz dentro do grupo.

E a **conciencia e as expresións culturais (CCEC)** a educación física contribúe en dous planos diferentes. O primeiro plano vén definido polo enriquecemento cultural que supón para o alumnado a práctica e o coñecemento das actividades físicas e deportivas. O segundo plano vén determinado pola observación da actividade física e deportiva como unha forma artística, como elemento plástico.

No primeiro caso, esta competencia supón apreciar, comprender e valorar as manifestacións culturais da motricidade humana, tales como os deportes, os xogos tradicionais, as actividades expresivas ou a danza, e consideralos como parte do patrimonio cultural dos pobos, algo que é necesario coñecer e preservar. Contribúese a adquirir esta competencia facilitando o acceso do alumnado á historia literaria e visual da educación física, ao coñecemento dos seus momentos máis singulares e a unha reflexión e valoración crítica sobre a súa transcendencia no contexto cultural en que teñen/tiveron lugar.

Noutro sentido, contribúe coa adquisición dunha actitude aberta e respectuosa ante o fenómeno deportivo como espectáculo e ante as manifestacións lúdicas, deportivas e de expresión corporal propias doutras culturas, proponendo fomentar unha visión crítica ante a violencia no deporte ou outras situacións contrarias á dignidade humana que nel se producen.

A educación física ten un carácter creativo ao que se contribúe mediante a exploración e utilización das posibilidades e recursos expresivos do corpo e o movemento. Desenvólvese esta competencia ensinando a ver e a percibir os aspectos estéticos que poden existir dentro dun acto motor, especialmente na observación das grandes competicións e encontros deportivos. Elasticidade, expresividade, harmonía, plasticidade, son palabras asinables a diversas especialidades e momentos deportivos. A súa aplicación farase a través do desenvolvemento das habilidades perceptivas e da experimentación sensorial, especialmente a través da realización de propostas rítmico- expresivas, individuais ou grupais e da visualización de actividades deportivas ou de expresión corporal de alto nivel.

4. ELEMENTOS CURRICULARES. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES DA MATERIA

Os estándares de aprendizaxe *son especificacións dos criterios de avaliación* que permiten definir os resultados de aprendizaxe, e que concretan o que o alumno debe saber, comprender e saber facer en cada materia; deben ser observables, medibles e avaliáveis e permitir graduar o rendemento ou logro alcanzado. Para esta materia temos a seguinte concreción:

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
<ul style="list-style-type: none"> ▪ b ▪ m ▪ g 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.1. Control da intensidade do esforzo adaptado a cada fase da sesión de actividade física. ▪ B1.2. Deseño e execución de forma autónoma de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión, tendo en conta o seu nivel de partida. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. ▪ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual. ▪ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CMCCT ▪ CSC ▪ CSC
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ n ▪ a ▪ b ▪ c ▪ d ▪ l ▪ g 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. ▪ B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico -deportivas e artístico -expresivas, como fenómeno social e cultural. ▪ B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico -deportivas e artístico -expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. ▪ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. ▪ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CSC ▪ CSC
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ a 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico -deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico -deportivas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
<ul style="list-style-type: none"> ▪ c ▪ d ▪ g ▪ l ▪ ñ 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. ▪ B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable. ▪ B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde. 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valoar como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ n ▪ g 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas. ▪ B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. ▪ B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSIEE ▪ CSC
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSIEE
<ul style="list-style-type: none"> ▪ h ▪ i ▪ g ▪ e ▪ b ▪ m ▪ ñ ▪ o 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde. ▪ B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CD ▪ CCL
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CD ▪ CCL
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas				
<ul style="list-style-type: none"> ▪ n ▪ m ▪ b 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. ▪ B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CCEC
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CCEC

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
<ul style="list-style-type: none"> ▪ g ▪ l ▪ d ▪ ñ 	artístico-expresivas de xeito individual e colectivo. <ul style="list-style-type: none"> ▪ B2.3. Realización de bailes e danzas de carácter recreativo e popular. 		prefixado.	
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CCEC
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CCEC
Bloque 3. Actividade física e saúde				
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ f ▪ b ▪ g 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico- deportivas e artístico- expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo. ▪ B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación. ▪ B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva. ▪ B3.4. Adestramento: intensidade, volume e densidade do esforzo, e a súa relación cos sistemas metabólicos de obtención de enerxía. ▪ B3.5. Control da frecuencia cardíaca cara á mellora dos factores da condición física. ▪ B3.6. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde. ▪ B3.7. Elaboración e posta en práctica dun programa básico para a mellora da condición física saudable. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico - deportivas e artístico- expresivas traballadas no ciclo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CMCCT ▪ CSC
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ g 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B3.8. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoesixencia no 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
<ul style="list-style-type: none"> ▪ f ▪ b 	coa saúde. <ul style="list-style-type: none"> ▪ B3.9. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais. ▪ B3.10. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas. ▪ B3.11. Técnicas básicas de respiración e relaxación. ▪ B3.12. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida. 	seu esforzo.	desenvolvemento.	
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				
<ul style="list-style-type: none"> ▪ a ▪ b ▪ g ▪ m 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. ▪ B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. ▪ B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes ámbitos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico -deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoesixencia e superación. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
<ul style="list-style-type: none"> ▪ a 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B4.4. Execución de habilidades motrices técnico - 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
<ul style="list-style-type: none"> ▪ b ▪ d ▪ g ▪ m 	tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos. <ul style="list-style-type: none"> ▪ B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos. 	colaboración ou colaboración- oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.	tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico- deportivas de oposición ou de colaboración -oposición propostas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico- deportivas de oposición ou de colaboración- oposición seleccionadas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración -oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> ▪ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CAA ▪ CSIEE

4.1. CONTIDOS DISTRIBUÍDOS POR TEMAS

Tema 1: A sesión de Educación Física

1. Partes da sesión de Educación Física
2. Normas básicas de funcionamento no pavillón e nos vestiarios
3. Datos bioantropométricos e médicos
4. Exercicio físico e beneficios
5. Sedentarismo e perigos
6. Hixiene básica antes e despois do exercicio

Tema 2: Quecemento autónomo

1. Concepto de quecemento
2. Obxectivos
3. Factores a ter en conta
4. Tipos de quecemento: o quecemento xeral autónomo e específico
5. Volta a calma

Tema 3: Bases para un plan de mellora de Actividade Física

1. Condición física e sistemas orgánicos
2. Principios elementais dos sistemas orgánicos
 - a. Sistema circulatorio
 - b. Sistema respiratorio
 - c. Sistema muscular
 - d. Sistema óseo articular
 - e. Sistema nervioso
3. Cambios que se producen nos diferentes sistemas ca práctica de actividades físicas
4. Tipos de planes para mellora da capacidade física
 - i. Plan aeróbico
 - ii. Plan anaeróbico
5. Planificación anual: programa de mellora das capacidades físicas
6. Partes dunha sesión
7. Fatiga
8. Exemplos de sesións nunha planificación anual

Tema 4: Condición física

1. Concepto
2. Capacidades Físicas:

- a. Resistencia (aeróbica, de baixa intensidade)
 1. Conceptos a ter en conta para o seu desenvolvemento
 2. Tipo de esforzo: aeróbico e anaeróbicos. Intensidade baixa, media e alta. Control da intensidade ca frecuencia cardíaca.
 3. Beneficios do desenvolvemento da resistencia aeróbica e anaeróbica
 4. Test para medir a resistencia aeróbica e anaeróbica
 5. Métodos de adestramento
- b. Forza(forza – resistencia)
 1. Concepto
 2. Tipo de forza: forza – resistencia
 3. Beneficios do desenvolvemento da forza
 4. Test para medir a forza
 5. Métodos de adestramento
- c. Velocidade
 1. Concepto
 2. Tipo de velocidade: (reacción, xestual e desprazamento)
 3. Factores que determinan a velocidade
 4. Test para medir a velocidade
 5. Métodos de adestramento
- d. Flexibilidade
 1. Concepto
 2. Factores dos que depende a flexibilidade
 - a. Mobilidade articular
 - b. Elasticidade e extensibilidade muscular
 3. Test para medir a flexibilidade
 4. Métodos de desenvolvemento da flexibilidade
3. Cualidades motrices
 - a. Equilibrio
 - b. Coordinación
4. Factores condicionantes
5. Desenvolvemento das capacidades físicas e cualidades motrices en relación a idade.
6. Probas de avaliación das diferentes capacidades físicas e cualidades motrices

Tema 5: Combas. Axilidade e coordinación

1. Cualidades motrices
 - a. Equilibrio
 - b. Coordinación
 - c. Axilidade
2. Factores condicionantes
3. Desenvolvemento das cualidades motrices en relación a idade.
4. Probas de avaliación das diferentes cualidades motrices
5. Circuitos da axilidade con combas
6. Motricidade e movementos coordinados, explosivos e rítmicos con combas

Tema 6: Deportes colectivos con invasión de campo: Balonman

1. Características comúns os deportes colectivos
2. Concepto
3. Principios estratéxicos comúns para os deportes de invasión
4. Recursos técnico tácticos básicos
5. Balonman
 - a. Regulamentación, instalación e materiais
 - b. Recursos técnico- tácticos específicos do Balonman
 - i. Posición básica
 - ii. Pase
 - iii. Bote
 - iv. Recepción
 - v. Desprazamento sen balón
 - vi. Lanzamento a portería
 - vii. Finta
 - viii. Desmarque
 - ix. Marcaxe
 - x. Contraataque
 - xi. bloqueo
 - xii. Organización táctica colectiva de ataque e de defensa

Tema 7: Lacrosse

1. Regulamento, instalacións e materiais
2. Recursos técnico – tácticos básicos
 - a. Presa do implemento
 - b. Desprazamentos
 - c. Pases
 - d. Recepcións
 - e. Lanzamentos e tiros
3. O xogo e a toma de decisións

Tema8: Aerobic

1. Concepto
2. Técnicas de execución
 - a. Posición correcta
 - b. Normativa de uso da plataforma
 - c. Estrutura do ciclo
3. Estratexias
 - a. Marcha
 - b. Paso básico
 - c. Paso xeonllo
 - d. Xeonllo
 - e. Araña

Tema 9: Deportes de cancha colectivo dividido por unha rede:Voleibol

1. Concepto
2. Regulamentación, instalacións e materiais
4. Recursos técnico – tácticos básicos
 - a. En ataque:
 - i. saque
 - ii. finta
 - iii. toque de dedos
 - iv. remate
 - b. en defensa:
 - i. posición básica defensiva
 - ii. toque de antebrazos

- iii. bloqueo
- iv. caídas e planchas
- 5. Organización táctica colectiva en ataque y defensa
- 6. O xogo e a toma de decisións

Tema 10: Floorball

- 1. O regulamento básico
- 2. O campo. Líneas, áreas e dimensións
- 3. Os desprazamentos
- 4. O porteiro: Regulamentación específica e respecto pola integridade física
- 5. Técnica básica
- 6. Fundamentos tácticos para a iniciación neste deporte

Tema11: Habilidades específicas: Deportes alternativos

- 1. Palas
 - a. Regulamento básico, instalación e materiais
 - b. Recursos técnico . tácticos básicos
- 2. Pinfuvote
 - a. Regulamento básico, instalación e materiais
 - b. Recursos técnico . tácticos básicos
- 3. Indiacá
 - a. Regulamento básico, instalación e materiais
 - b. Recursos técnico . tácticos básicos
- 4. Xogos de precisión con frisbee

4.2. TEMPORALIZACIÓN

Considerando que a materia ten 2 sesións semanais, o total de sesións no curso estará en torno ás 64 sesións. En torno ao 5% das sesións perderíanse por diversos motivos, quedándonos as seguintes sesións efectivas por avaliación:

	Avaliación	Número de sesións
	Primeira avaliación	24

	Segunda avaliación	22
	Terceira avaliación	18

A partir de todo isto, establécese a seguinte **temporalización da materia**:

Avaluación	Bloque temático		Temporalización	
Primeira avaliación	Bloque 1: Contidos comúns a Educación Física	Tema 1: A sesión de Educación Física	2	24 sesiónes
		Tema 2: Quecemento autónomo	2	
	Bloque 3: Actividade Física e saúde	Tema 3: Plan de mellora Cap físicas	12	
		Tema 4 : Condición Física		
	Bloque 1: Contidos comúns a Educación Física	Tema 5: Combas. Axilidade e coordinación	4	
		Actividades varias	2 sesiónes	
Exames práctico/teóricos		2 sesiónes		

Avaluación	Bloque temático		Temporalización	
Segunda avaliación	Bloque 4: Os xogos e as Actividades Deportivas Bloque 2: Actividades físicas artístico-expresivas	Tema 6: Balonman	3	22 sesiónes
		Tema 7 : Lacrosse	5	
		Tema 8: Aeróbic	8	
		Actividades varias	2 sesiónes	
		Exames prácticos	4 sesiónes	

Avaluación	Bloque temático		Temporalización	
Terceira avaliación	Bloque 2 : Actividades Físicas Artístico-expresivas	Tema 9: Voleibol	5	18 sesiónes
		Bloque 4: Os xogos e as Actividades Deportivas	Tema 10: Floorball	
	Tema 11: Deportes alternativos	5		
	Actividades varias	1 sesiónes		
	Exames prácticos	2 sesiónes		

4.3. MÍNIMOS ESIXIBLES PARA UNHA AVALIACIÓN POSITIVA

Os mínimos esixibles para unha avaliación positiva na materia en relación aos estándares de aprendizaxe, son os seguintes:

Tema 1: A sesión de Educación Física

EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados

EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.

EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.

EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.

EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.

EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.

Tema 2: Quecemento autónomo

EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual

Tema 3: Bases para un plan de mellora de Actividade Física

EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.

EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.

EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.

Tema 4: Capacidades físicas. Cualidades Motrices

EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.

EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.

EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.

EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.

EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.

Tema 5: Combas. Axilidade e coordinación

EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.

EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.

EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento

Tema 6: Deportes colectivos con invasión de campo: Balonman

EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.

EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas

EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.

EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.

EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.

EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.

EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.

Tema 7: Lacrosse

EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas

EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.

EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición .

EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición..

EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.

EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.

Tema8: Aerobic

EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos

EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.

EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.

EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.

EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.

EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.

Tema 9: Deportes de cancha colectivo dividido por unha rede: Voleibol

EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.

EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas

EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.

EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.

EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.

EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.

EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.

Tema 10: Floorball

EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.

EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas

EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.

EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.

Tema 11: Deportes alternativos

EFB1.2.2. Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas.

EFB1.3.1. Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico - deportivas.

EFB1.3.2. Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.

EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses.

EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas.

EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo.

EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición.

4.4. PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

A avaliación levarase a cabo tendo en conta os diferentes elementos que constitúen o currículo, centrándonos sobre todo nos estándares de aprendizaxe, que *permiten definir os resultados de aprendizaxe, e que concretan o que o alumnado debe saber, comprender e saber facer en cada materia.*

Para avaliar a materia poderanse utilizar os seguintes instrumentos:

- Instrumentos de medición (test motores de avaliación de habilidades e probas de condición física)
- Instrumentos de observación (Listados de control, rexistros da frecuencia de acontecementos,...)
- Instrumentos de interrogación (cuestionarios...).

- Exames ou probas escritas, podendo ser tipo test ou de preguntas teóricas a desenvolver
- Probas orais.
- Traballos de recollida de información e de investigación individuais ou feitos en grupo.
- Ficha de asistencia e puntualidade.
- Anotacións procedimentais derivadas da observación directa, con saídas didácticas, capacidade organizativa, presentación de traballos...
- Valoración do interese mostrado na materia, do comportamento, da integración no grupo de traballo, creatividade e investigación persoal.
- Outros datos de interese derivados da observación directa.

5. METODOLOXÍA

Ante a situación de pandemia provocada polo COVID-19, e en previsión dos distintos escenarios que se poidan producir ao longo do curso, alternando a docencia presencial coa non presencial, a maioría das actividades que se levarán a cabo poderanse desenvolver nos distintos escenarios (presencial, semipresencial e/ou non presencial).

En consecuencia, o uso das TIC será un recurso didáctico que collerá máis importancia na materia. Para a posta en práctica desta programación utilizarase a **aula virtual do centro**, que ofrece un amplo abanico de posibilidades, permitindo desde algo básico como un repositorio de recursos para o alumnado, ata un uso máis completo como espazo de aprendizaxe (formación en rede que permite ao alumnado interactuar entre si, acceder aos contidos, realizar tarefas e actividades con seguimento do profesorado, tanto na aula presencial como virtual).

Ao longo do curso poderanse levar a cabo diversos tipos de actividades:

Actividades con diferente grao de complexidade, de tal maneira que poidan ser realizadas partindo de distintos niveis. Así mesmo, dependendo do momento de ensinanza-aprendizaxe seleccionaranse **Actividades de presentación - motivación, de avaliación de coñecementos previos, de desenvolvemento dos distintos contidos, de consolidación, de síntes e- resume, de reforzo e de ampliación.**

Propiciar unha aprendizaxe significativa a partir dunhas **experiencias previas que permita a transferencia a outras situacións posteriores**. Para iso debemos secuenciar as actividades de forma coherente buscando a funcionalidade.

Impulsar as **relacións entre iguais fomentando a cooperación** coa organización de tarefas estimulantes en grupo, distribuíndo as responsabilidades individuais e evitando calquera tipo de discriminación.

Fomentar a autonomía, a iniciativa persoal, a creatividade, a responsabilidade, a actitude crítica e a competencia de aprender a aprender a través da planificación de programas de actividade física partindo dun estado inicial valorado e tendo en conta os condicionantes do contorno.

Favorecer o desenvolvemento persoal e social a través da actividade física e do deporte buscando actividades significativas e satisfactorias para as persoas.

Fomentar a adquisición de sensibilidade e respecto polo medio natural mantendo unha actitude responsable cara á súa protección a través da realización de actividades na natureza.

Promover a **utilización das novas tecnoloxías** para informarse, comunicarse e avanzar nos coñecementos propios das ciencias da actividade física e do deporte.

Promover a aprendizaxe desde un punto de vista construtivista, activo, levado a cabo polos propios alumnos e alumnas como principais protagonistas e co persoal docente como guía.

En canto a **organización do espazo** realizarase potenciando a máxima optimización, (tanto o propio de educación física como o común) adaptando a súa utilización as características do grupo - clase. *Terase como marco de actuación o Protocolo Covid no referente aos espazos e a garantir a saúde do alumnado*

Na **organización e mantemento do material** establecerase un marcado fincapé no uso adecuado e coidadoso para favorecer o seu mantemento. *Atenderase ao fixado no protocolo Covid no referente ao uso seguro e hixiénico do material*

A **organización do tempo**, nas clases será de 50', *este tempo verase mermado polo cumprimento do protocolo covid.*

Respecto a **organización dos grupos**, e convinte utilizar distintas modalidades de traballo, pero *por motivos de seguridade non se poderá traballar naquelas formacións nas que exista contacto físico reiterado e non se cumpran as distancias interpersoais (protocolo Covid)*

En resumo, trataremos de que o alumnado desenvolva as competencias básicas que lle permitan constituírse en persoas autónomas, capaces de aprender por si mesmas, contribuíndo á súa **capacidade** de tomar decisións responsables sobre cuestións relacionadas coa actividade física e a saúde e a xestión activa do tempo libre.

6. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS

“Existirá material elaborado polo profesorado da materia, xunto con enlaces, videotutoriais, presentacións, etc., colgados na aula virtual do centro.”

O ensino desta materia realizarase no Polideportivo, que será a aula do grupo, e algúns casos nas aulas de informática ou multimedia segundo os contidos que se queiran traballar. Outros recursos que se poden utilizar son a proxección de películas de vídeo, a proxección de transparencias co retroproxeccionador.

O alumnado precisará o seguinte material individual:

- Roupa ou indumentaria deportiva adecuada (chándal, e camisetas de cambio).
- Calzado deportivo adecuado.
- Mochila e utensilios de hixiene (toalla, xel de baño, chancas).
- Caderno para apuntes e realización de actividades escritas, nos casos de que se solicite.
- Bolígrafo, lapis e goma.
- Materiais reciclados e autoconstruídos polos propios alumnos, de ser o caso
- Soportes musicais propios para traballo rítmico, se o pide a profesora
- Patíns e proteccións para actividades de esvaramento, se fose o caso

Material específico para a **parte práctica** da materia:

Balóns de fútbol, baloncesto, voleibol, balonmán.

Pelotas de goma espuma, tenis, volantes de bádminton.

Raquetas de bádminton.

Colchonetas, quitamedos.

Reuters, minitramps, potros, plintos, caballo de saltos, bancos suecos...

Compás.

Picas, balóns medicinais.

Vallas, discos.

Conos, aros, cordas.

Redes de bádminon, voleibol, postes.

Canastras de baloncesto.

Porterías de fútbol.

Petos.

Chifres e cronómetros.

Infladores de balóns (manual e eléctrico).

Encerado.

Todo este material será tratado respectando as medidas hixiénico sanitarias que marca o protocolo covid adaptado os centros educativos en xeral e á materia de Educación física en particular.

7. CRITERIOS SOBRE A AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN

7.1. PERÍODOS DE AVALIACIÓN

7.1.1. Avaliación Ordinaria

Ao longo do curso realizaranse tres sesións de avaliación, unha por cada trimestre. A última destas avaliacións coincidirá coa avaliación final ordinaria do mes de xuño.

A avaliación levarase a cabo tendo en conta os diferentes elementos que constitúen o currículo, é dicir, **as competencias básicas, os obxectivos, os contidos , criterios de avaliación e estándares de aprendizaxe.**

A avaliación consistirá nun proceso dinámico, continuo e sistemático enfocado cara os trocos da conduta dos alumnos, para así axustar a nosa intervención pedagóxica ás características e necesidades dos alumnos.

Se realizará **unha avaliación inicial** que permita motivar e adecuar as intencións aos coñecementos previos e ás necesidades dos alumnos, mediante procedementos de observación.

Ó **longo do proceso de ensino**, se observará o que acontece, para ir axustando a nosa actuación mediante avaliación formativa. Será importante a observación e a valoración do proceso que cada alumno segue para conseguir obxectivos previstos, mediante unha avaliación subxectiva mediante procedementos de observación, como o rexistro anecdótico, listas de control, escalas...

Ó **finalizar o proceso**, se usará a avaliación sumativa para coñecer o grao de consecución dos obxectivos didácticos plantexados, por medio dunha avaliación obxectiva utilizando un procedemento de experimentación como o exame escrito e/ou unha proba de execución sobre os contidos tratados en cada momento. Sobre a proba de execución utilizarase ao mesmo tempo, un procedemento de observación como unha lista de control para verificar a presenza ou non de determinadas condutas nos alumnos en situacións concretas.

Así mesmo, terase presente o esforzo que realizan os alumnos para conseguir os obxectivos buscados.

Se establece que os alumnos para superar unha unidade didáctica deberán superar tanto a proba de observación da lista de control con un mínimo de puntos (a determinar en cada lista de control) así como a proba escrita con un mínimo de 5 puntos, nos casos das unidades didácticas nas que se requira.

O alumno que abandone algún dos anteriores apartados, non sumará a restante puntuación, aínda sendo esta superior a cinco puntos.

Os alumnos que por calquera motivo presenten **baixa parcial ou total** da práctica de E.F., **unha vez presentado o xustificante ou certificado médico** correspondente, valorarase da seguinte forma:

- Se a baixa é durante un largo período de tempo, os contidos do tema ou unidade didáctica serán avaliados a través dun exame teórico e/ou a presentación dun traballo relacionado co tema impartido
- Un exame observacional sobre o exame práctico dos compañeiros/as.
- Cubrir unha ficha de clase sobre a práctica que levan a cabo os compañeiros/as.
- Traballo individual sobre un contido e seguindo todas as instrucións do docente.
- Os alumnos que no realicen a práctica un ou varios días (enfermidade, non traer a vestimenta ou calzado adecuado, retraso, etc ...), realizaranse tarefas ou actividades alternativas valorables na súa avaliación final ou trimestre.

Os documentos ou xustificantes oficiais serán:

Xustificante médico de asistencia ao centro de saúde ou hospital

Xustificante médico que describa a lesión e impedimentos que ésta ocasiona no transcurso normal do currículo, exercicios contraindicados, recomendacións, xunto coa especificación do período temporal da lesión.

Xustificante de asistencia a calquera outro organismo ou administración pública ou privada.

Xustificante oficial de xustificante de faltas ou puntualidades do instituto debidamente asinado polos pais ou titores legais (este xustificante non exime de entregar igualmente o xustificante oficial expedido polo organismo o que se asistiu)

Referente os alumnos que requiran avaliación para alumnos exentos da práctica terán que superar as probas escritas e traballos suplementarios propostos en cada caso.

7.1.2. Avaliación Extraordinaria

Poderán facer:

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

- B- Un exame teórico-práctico: esta proba constará dunha parte teórica e unha parte práctica.
 - . Unha proba teórica dos contidos vistos ao longo do curso. Estes contidos teóricos incluírían os apuntes dados na asignatura e o dito nas explicacións durante as clases ao longo do curso (esta parte valerá un 50% da nota)

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

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

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

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

Esta convocatoria extraordinaria terá lugar tamén no mes de xuño

7.2. CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

Neste curso existirán varios procedementos que se poderán levar a cabo para avaliar ao alumnado, dos cales poderanse realizar de maneira presencial ou telemática segundo a situación sanitaria o estableza.

Cada procedemento terá a súa ponderación na obtención final da cualificación de cada avaliación. Ademais, segundo se trate de ensino presencial ou a distancia, tamén terá unha ponderación diferente. A continuación indícanse as distintas ponderacións:

ESCENARIO PRESENCIAL

Instrumento de avaliación	Ponderación
----------------------------------	--------------------

<p style="text-align: center;">Parte procedimental</p> <p>Probas prácticas:</p> <p>Valorarase a través de fichas de control... os niveis de adquisición das capacidades físicas, das habilidades coordinativas, utilización das axudas aos compañeiros, aplicación das indicacións da técnicas e tácticas dos deportes, o manexo e uso adecuado do material deportivo, do pavillón e dos vestiarios, o respecto das normas de seguridade, etc ...</p>	<p>30%</p>
<p style="text-align: center;">Parte conceptual</p> <p>Probas escritas:</p> <p>Todas as cuestións irán numerados, e indicarse, se procede, valoración de cada un, o tempo para a realización da proba, etc...</p> <p>Probas orais:</p> <p>Terase en conta a capacidade discursiva, o rigor científico, a linguaxe utilizada, etc...</p> <p>Traballos feitos individualmente:</p> <p>Terase en conta a calidade dos textos e das ilustracións, a variedade das fontes, o rigor científico, a entrega no prazo indicado, a capacidade de análise e síntese, a capacidade crítica, etc...</p> <p>Traballos feitos en grupo:</p> <p>Valorarase a calidade dos textos e das ilustracións, a variedade das fontes, o rigor científico, a entrega no prazo indicado, a participación no grupo, a capacidade discursiva da exposición, etc...</p>	<p>30%</p>
<p style="text-align: center;">Parte actitudinal</p> <p>Traballo na aula: Terase en conta a realización das</p>	<p>40%</p>

<p>actividades e tarefas propostas, a atención prestada, a aplicación das orientacións dadas, a colocación e recollida do material, a participación en todo tipo de formacións individuais ou grupais, o respecto ás normas da clases, a curiosidade e interese pola materia, a creatividade e investigación persoal, etc...</p>	
--	--

O alumnado terá que acadar as seguintes porcentaxes/puntuación nos seguintes apartados para aprobar a asignatura:

. Parte conceptual: 30% . O mínimo esixible necesario para facer media neste apartado é de un 50% do 30%, é dicir, 1,5 puntos de 3 puntos.

. Parte procedimental: 30% . O mínimo esixible necesario para facer media neste apartado é de un 50% do 30%, é dicir, 1,5 puntos de 3 puntos.

. Parte actitudinal-comportamental: 40%. O mínimo esixible necesario para facer media neste apartado é de un 50% do 40%, é dicir, 2 puntos de 4 puntos.

No caso de que o alumnado acade o mínimo esixible en cada unha das tres partes, aplicarase a fórmula para calcular a nota da avaliación presencial.

No caso de non acadar a porcentaxe mínima esixible en algún ou varios dos apartados, non se aplicará a fórmula para calcular a nota da avaliación presencial, e ésta quedará como sigue:

. Si o alumno/a suspende unha parte e aproba dúas, sacará un 4 de nota na avaliación presencial.

. Si o alumno/a suspende dúas partes e aproba unha, sacará un 2 ou un 3 na avaliación presencial.

. Si o alumno/a suspende as tres partes e non aproba ningunha, sacará un 1 ou un 2

Procedementos de avaliación	Peso na cualificación	Escenario
		Telemático
Probas escritas: Todas as preguntas ou problemas irán numerados, e indicarse, se procede, a valoración de cada un, o desconto por faltas de ortografía, o tempo para a realización da	40%	20%

proba, etc...		
Probas prácticas: Valorarase o manexo do ordenador, o manexo das ferramentas informáticas, o respecto das normas de seguridade, etc...		10%
Probas orais: Terase en conta a capacidade discursiva, o rigor científico, a linguaxe utilizada, etc...		10%
Traballos feitos individualmente: Terase en conta a calidade dos proxectos, dos textos e das ilustracións, a variedade das fontes, o rigor científico, a entrega no prazo indicado, a capacidade de análise e síntese, a capacidade crítica, etc...	40%	30%
Traballos feitos en grupo: Valorarase a calidade dos proxectos, dos textos e das ilustracións, a variedade das fontes, o rigor científico, a entrega no prazo indicado, a participación no grupo, a capacidade discursiva da exposición, etc...		10%
Traballo na casa: Terase en conta a realización dos “deberes”, a presentación do caderno de clase, as preguntas que se formulan, o respecto ás normas da clases, a curiosidade e interese pola materia, a creatividade e investigación persoal, a orixinalidade, etc...	20%	20%

Estes procedementos poderán ser realizados, tanto de maneira presencial como virtual, dependendo dos distintos escenarios que establezan as autoridades sanitarias e educativas (presencial, semipresencial e/ou non presencial). No caso de que un determinado procedemento se realizase sempre de maneira presencial, a ponderación desta parte presencial será do 100%, e viceversa se se producira todo de maneira telemática.

En canto aos traballos feitos en grupo ou individualmente, ou o traballo na aula (ou na casa cando a actividade presencial quede suspendida), toda produción ou traballo entregado polo alumnado que presente indicios de ser copiado ou de elaboración non propia levará unha cualificación de cero (0).

A nota da avaliación obterase mediante a seguinte fórmula:

$$X = 0,3 \times P + 0,3 \times C + 0,4 \times A$$

onde:

- P: Parte procedimental.
- C: Parte conceptual.
- A: Parte actitudinal.

No caso de que nunha avaliación non se realizara ningunha proba (escrita, práctica ou oral) aplicaríase aos traballos realizados (individual ou en grupo), unha ponderación do 80%, e viceversa, polo que a nota calcularíase da seguinte maneira:

$$x = 0,8 \times T + 0,2 \times A$$

onde:

- T: Nota media dos **traballos** realizados, tanto individualmente como en grupo ou nota media das **probos** realizadas.
- A: Nota do traballo na aula.

Considérase que o alumnado supera unha avaliación cando a nota final, unha vez aplicada a ponderación a cada instrumento de avaliación, alcanza un 5.

Superarase a materia cando a media aritmética das cualificacións finais de cada avaliación sexa como mínimo un 5. Non se utilizará o redondeo nin para obter a cualificación de cada avaliación, nin da nota final da materia.

O alumnado que o desexe poderá solicitar a realización dunha proba final (escrita e/ou práctica) que recolla os contidos de todo o curso. O obxectivo desta proba poderá ser superar a materia suspensa porque a media aritmética das avaliacións é menor que 5, ou ben mellorar a nota da convocatoria ordinaria.

CONTIDOS CONCEPTUAIS

Exames con preguntas tipo test, curtas ou de desenvolvemento sobre os contidos vistos na clase. Supoñen o **30% da nota final de cada avaliación.**

CONTIDOS PROCEDIMENTAIS

Supoñen o **30% da nota final de cada avaliación**. Poderá valorarse mediante:

-REALIZACIÓN DAS TAREFAS ESIXIDAS DURANTE AS SESIÓNS (traballo diario).

-APLICACIÓN CORRECTA DA PARTE TEÓRICA NA PRÁCTICA: O profesor/a na parte teórica explicará unha serie de contidos que os alumnos/as terán que ser capaces de levalos á práctica correctamente.

-PROBAS DE TIPO PRÁCTICO: Que se realizarán ou non en función de cada unidade didáctica. Neste caso pedirase a execución correcta dunha serie de circuítos e/ou execucións físico-técnico-tácticas sobre os contidos desenvolvidos nas clases.

A nota deste apartado obterase logo de sumar as notas dos subapartados mencionado, sempre que se dean en igual proporción.

Os alumnos/as que xustificadamente non poidan facer a parte procedimental terán:

- Un exame observacional sobre o exame práctico dos compañeiros/as.
- Cubrir unha ficha de clase sobre a práctica que levan a cabo os compañeiros/as.
- Traballo individual sobre un contido e seguindo todas as instrucións do docente.

A non realización da práctica, en todo caso, deberá estar acompañada dun XUSTIFICANTE MÉDICO.

Os documentos ou xustificantes oficiais serán:

- . Xustificante médico de asistencia ao centro de saúde ou hospital
- . Xustificante médico que describa a lesión e impedimentos que ésta ocasiona no transcurso normal do currículo, exercicios contraindicados, recomendacións, xunto coa especificación do período temporal da lesión.

. Xustificante de asistencia a calquera outro organismo ou administración pública ou privada.

. Xustificante oficial de xustificante de faltas ou puntualidades do instituto debidamente asinado polos pais ou titores legais (este xustificante non exime de entregar igualmente o xustificante oficial expedido polo organismo o que se asistíu)

CONTIDOS ACTITUDINAIS

Neste apartado teremos en conta a relación que se establece entre os compoñentes do grupo, o profesor/a e o ámbito; e se esta relación se pode mellorar fomentando calquera tipo de iniciativa de tipo individual ou colectiva en canto á participación (como organizador ou como participante) nas actividades que se poidan realizar ao longo do curso académico.

Supoñen o **40% da nota final de cada avaliación**. Dentro destes criterios valoraremos:

ASISTENCIA, PUNTUALIDADE, TRABALLO, ESFORZO, INTERÉS, ATENCIÓN, PARTICIPACIÓN, CONSTANCIA,...

HIXIENE DIARIA: Os alumnos/as deberán cambiar como mínimo a camiseta logo de cada sesión. É obrigatorio traer un estoxo con máscara de recambio nunha pequena mochila ou bolsa de tela. Recomendable cambiar tamén os calcetíns.

ROUPA E CALZADO AXEITADO PARA A PRÁCTICA DEPORTIVA:

Os alumnos/as deberán traer obrigatoriamente roupa deportiva: traer a vestimenta deportiva implica que ésta debe cumprir unha serie de características:

. Debe estar ben colocada no seu sitio (cintura) para que a roupa interior non sexa visible.

. O chandal ou vestimenta deportiva non pode ser de tiro baixo, aínda que sexa de marca deportiva.

- . Non traer pantalóns vaqueiros elásticos en forma de mallas nen mallas de vestir.
- . As camisetas preferiblemente de algodón, térmicas ou non, de manga curta ou longa pero non de tirantes e que non sexan curtas véndose o abdomen.
- . Non levar gorras no interior das instalacións e fora usalas sempre coa autorización do docente, no caso de excesivo frío ou calor.
- . Accesorios de roupa de abrigo (guantes, bragas de pescozo...) deberán ser deportivos e autorizados polo docente.
- . No caso das mozas musulmanas, non usar chals longos para enroscar a cabeza e o pescozo e sí utilizar a súa prenda deportiva correspondente (hijab). Non usar chilabas nin prendas longas ata os xeonllos que impide a correcta práctica deportiva.

Calzado deberá ser o adecuado para a práctica deportiva:

- . Zapatillas deportivas axeitadas e correctamente atadas para realizala práctica deportiva (de cordóns).
- . Non vale calquera zapatilla deportiva, debe cumprir tres características básicas: amortiguación, flexibilidade e transpiración). Non valen as zapatillas de vestir para andar pola rúa. As zapatillas, para poder entrar nas instalacións deportivas, terán que estar limpas na zona de contacto coa instalación.
- . Cando o alumno/a non traia a vestimenta deportiva, esté lesionado, sea expulsado na propia clase ás bancadas ou se negue a facela práctica, terá que escribir de forma detallada a sesión de clase que fan os seus compañeiros/as , entregándoa a limpo na seguinte sesión de clase.
- . Asemesmo, os alumnos/as lesionados virán coa vestimenta e zapatillas deportivas ás instalacións deportivas, cumprindo igualmente todas as normas. Tamén será obrigatorio para todo o grupo clase, sen excepción, cumprir todas as normas durante as clases ou exames teóricos.

ASPECTOS RELATIVOS Á SEGURIDADE: Tanto do propio alumno/a como dos seus compañeiros. Serán sancionados coa baixada da nota ou con medidas disciplinarias os seguintes comportamentos:

- . Non acatar as normas de seguridade establecidas no protocolo Covid do centro e da asignatura de E.F. despois de un ou dous avisos, será penalizado con un apercibimento ou falta de orden por escrito e da correspondente falta grave ou moi grave na materia. Ver anexo
- . Comportamento perigoso, irrespectuoso, agresivo, etc... facendo perigar a propia integridade, a dos compañeiros/as ou a do profesor/a.
- . Agresións, insultos, ameazas, expresarse mal e con palabras malsoantes, falar indebidamente ou cando non proceda; facer xestos ou ruídos de forma despectiva a os compañeiros/as ou profesor/a.
- . Facer caso omiso das indicacións do profesor/a, desobedecendo.
- . Dirixirse de forma incorrecta ó profesor/a ou compañeiros/as.
- . Comer ou beber na clase calquera alimento ou bebida, doce ou chuchería sen permiso da profesor/a (Comer chicle en clase).
- . Utilizar o material ou as instalacións deportivas de forma perigosa ou indebida facendo perigar a propia integridade, a dos compañeiros ou a do profesor/a.
- . Non se poderá facela práctica con complementos de moda tipo: pearcings, aneis, pulseras, cadeas, pendentos, reloxos, etc., que sexan visibles ou non e que podan supor un perigo para o alumno/a, compañeiros/as e profesor/a. Se o traen, o profesor/a pedirá ó alumno/a que os retire e si por algunha situación excepcional non se pode retirar, éste deberá taparse. Se o alumno/a se nega tanto a unha como a outra cousa das mencionadas, o docente non lle deixará realizala parte práctica, tendo que escribirla clase que fan os compañeiros/as e tendo a correspondente baixada da nota na parte procedimental e actitudinal.
- . Os alumnos/as con pelo ou flequillo longo, terán que levalo recollido e fora da cara, sendo ésta visible xa que antes e agora máis, co uso da máscara, dificulta aínda máis a visibilidade e supón un perigo para o alumnado.

- . Non usar ningún tipo de maquillaxe nas clases.
- . Recomendable levar as uñas curtas, tanto de mans coma de pes. No caso de que un alumno/a teña as uñas excesivamente longas que supoñan un perigo para os demais, o profesor/a pedirá que estas se corten ou se asean, e valorará se o alumno/a fai ou non a práctica.
- . Uso obrigatorio de gafas ou outro aparato necesario para corrixir deficiencias sensoriais.

OUTROS ASPECTOS RELATIVOS Á ASIGNATURA:

- . Se algún alumno e collido copiando nun exame poderá serlle suspendido o exame desa avaliación e como consecuencia a avaliación correspondente.
- . Non presentarse aos exames teóricos escritos, teóricos orais ou a exames prácticos sen unha xustificación oficial, será motivo de suspenso.
- . Non entregar nas datas previstas a memoria detallada das sesións da clase práctica ou os traballos, tanto para o alumno/a expulsado, lesionado, como aquel que non trae a vestimenta deportiva ou que se nega a facela práctica.
- . Asemesmo, os alumnos/as lesionados virán coa vestimenta e zapatillas deportivas ás instalacións deportivas, cumprindo igualmente todas as normas. Tamén será obrigatorio para todo o grupo clase, sen excepción, cumprir todas as normas durante as clases ou exames teóricos.
- . Os alumnos/as lesionados con xustificación médica, non poderán xogar nen realizar actividade deportiva nos recreos nen durante o período lectivo, por razóns de responsabilidade e de seguridade.
- . Os alumnos/as lesionados, con algún tipo de afección ou enfermidade que non traian o certificado médico, despois de ser requerido polo profesor/a, non poderán realizar a parte procedimental da asignatura e tampoco serán considerados oficialmente alumnos/as lesionados. Isto suporá a baixada da nota na parte práctica e actitudinal.

- . O abandono da materia sen ningún tipo de xustificación será considerada unha falta moi grave.
- . Os traballos individuais que sexan voluntarios por parte dos alumnos/as será puntuado cun máximo de 0,15 puntos na parte actitudinal e ata un máximo de 0,15 na parte conceptual; sempre e cando se cumpran as indicacións do/a docente, esté ben presentado e entregado no prazo previsto.
- . Non traer o material obrigatorio que solicite o profesor/a tanto para a clase práctica como a teórica ou exames: libreta, folios, apuntes ou bolígrafo.
- . Interrumpir de forma reiterada o traballo diario de clase; perxudicando o dereito dos compañeiros/as ó estudo e ó desenrolo dunha clase normal así como o dereito do profesor/a a impartir a clase con normalidade.
- . Participar pero de forma moi pasiva e negativa nas clases: non realizando as tarefas da sesión impostas, non respetando ás persoas que participan na actividade, non axudar ao compañeiro/a a realizar as tarefas, non axudar á colocación e recollida do material necesario, irse da clase sen permiso, irse da clase cando soa o timbre e irse sen permiso cando o profesor/a está falando ou rematando a clase.
- . Esforzarse e portarse ben só na terceira avaliación (tendo a primeira e a segunda avaliación suspensas); considerando este tipo de actitude negativa e pasiva, de pouco esforzo e constancia e incluso, falta de respecto á asignatura, tendoa en conta como unha falta moi grave.
- . Uso do teléfono móbil prohibido durante a clase; á entrada e saída en vestuarios, levalo no bolsillo durante a práctica deportiva; telo visible ou encendido no período lectivo, suporá unha falta moi grave; salvo que por razóns pedagóxicas o permita o profesor/a.

FALTAS DE ASISTENCIA, PUNTUALIDADE E LESIÓNS SEN XUSTIFICAR:

- Asistencia, puntualidade: non se permitirá que o alumno/a supere un máximo de 3 sesións sen realizar por avaliación, ben por non asistencia ou falta de puntualidade, lesión ou indisposición leve (finxida ou non) sen xustificar correcta e oficialmente, xa que será considerada unha falta moi grave.

O alumno para poder xustificar de maneira correcta as faltas de asistencia, puntualidade ou lesión, deberá presentar obrigatoriamente ó profesor/a de Educación Física o xustificante oficial, antes de entregalo ao titor/a, nun prazo máximo de 3 días dende que o alumno volta ó centro.

Os documentos ou xustificantes oficiais serán:

- . Xustificante médico de asistencia ao centro de saúde ou hospital

- . Xustificante médico que describa a lesión e impedimentos que ésta ocasiona no transcurso normal do currículo, exercicios contraindicados, recomendacións, xunto coa especificación do período temporal da lesión.

- . Xustificante de asistencia a calquera outro organismo ou administración pública ou privada.

- . Xustificante oficial de xustificante de faltas ou puntualidades do instituto debidamente asinado polos pais ou titores legais (este xustificante non exime de entregar igualmente o xustificante oficial expedido polo organismo o que se asistiu)

PENALIZACIÓN DAS FALTAS:

- . Falta leve: 0,25 puntos menos na parte actitudinal
- . Falta grave: 0,50 puntos menos na parte actitudinal
- . Falta moi grave: 1 punto menos na parte actitudinal

Un aviso será considerado como falta leve; dous avisos será considerado como falta grave e tres avisos será considerado como falta moi grave.

A reiteración das faltas leves, converteranse en falta grave ou moi grave, tanto si é a mesma como se é outra diferente.

8. INDICADORES PARA AVALIAR O PROCESO DO ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE

A reflexión sobre a propia práctica docente é a mellor vía posible de formación permanente, especialmente, cando se fai con rigor e coa axuda de instrumentos válidos.

Neste sentido, no departamento de Educación Física utilizaranse os seguintes indicadores para avaliar o proceso do ensino e da práctica do profesorado da materia.

A.-Preparación do ensino da materia

A.1.- Domina os contidos da materia e o marco curricular.

A.2.- Coñece as características, coñecementos e experiencias do alumnado.

A.3.- Domina a didáctica da materia.

A.4.- Organiza os contidos e os estándares de aprendizaxe de maneira coherente co marco curricular e as particularidades do alumnado.

A.5.- As estratexias de avaliación son coherentes cos estándares de aprendizaxe, e permiten demostrar a todo o alumnado o aprendido.

B.- Creación dun ambiente propicio para a aprendizaxe

B.1.- Establece un clima de relacións de aceptación, equidade, confianza, solidariedade e respecto.

B.2.- Manifesta altas expectativas sobre as posibilidades de aprendizaxe e desenvolvemento de todos os seus alumnos.

B.3.- Establece e mantén formas consistentes de convivencia na aula.

B.4.- Establece un ambiente organizado de traballo e dispón os espazos e recursos en función das aprendizaxes.

C.- Ensino para a aprendizaxe de todo o alumnado

C.1.- Comunica de forma clara e precisa os obxectivos e contidos da materia

C.2.- As estratexias de ensino son coherentes, motivadoras e significativas para o alumnado

C.3.- O contido da clase é tratado con rigorosidade conceptual e é comprensible para o alumnado.

C.4.- Utiliza metodoloxías baseadas nas TIC.

C.5.- Optimiza o tempo dispoñible para o ensino.

C.6.- Promove o desenvolvemento do pensamento.

C.7.- Avalía e recolle o proceso de comprensión e ampliación dos contidos por parte do alumnado.

D.- Responsabilidades profesionais como profesor

D.1.- O profesor reflexiona sistematicamente sobre a súa práctica.

D.2.- Constrúe relacións profesionais e de equipo cos seus compañeiros.

D.3.- Asume responsabilidades na orientación do seu alumnado.

D.4.- Propicia relacións de colaboración e respecto cos pais.

D.5.- Manexa información actualizada sobre a súa profesión, o sistema educativo e normativa vixente.

D.6.- Participa e comprométese con Proxecto Educativo do centro.

D.7.- Organiza e participa nas actividades colectivas do centro.

Os *instrumentos para avaliar os anteriores indicadores* poderían ser algúns dos seguintes, segundo o caso:

- Autorreflexión do profesorado sobre a súa práctica docente.
- Análise do cumprimento dos diversos aspectos da programación (obxectivos, contidos, metodoloxía,...).
- Análise dos resultados académicos.
- Reunións entre o profesorado.
- Enquisas persoais ou anónimas ao alumnado sobre diferentes aspectos.

9. PROGRAMA DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DE MATERIAS PENDENTES

9.1. MATERIA DURANTE O CURSO

A avaliación do proceso de aprendizaxe do alumnado será continua, polo que implicará un seguimento do proceso e dos resultados das aprendizaxes ao longo de todo o curso. En cada avaliación intentarase que existan probas prácticas e escritas que recollan contidos da avaliación anterior, de maneira que se poida valorar a progresión do alumnado na materia.

Tamén se poderán realizar ao longo do curso probas prácticas ou escritas específicas para superar unha determinada avaliación.

9.2. MATERIAS PENDENTES DOUTROS CURSOS

Os alumnos/as que teñan materia pendente de cursos anteriores serán convocados para realizar as probas correspondentes a materia non superada consistindo estas dunha selección de probas prácticas que correspondan a materia non superada. Estas probas serán levadas a cabo polo Xefe do Departamento cando regulamentariamente se convoquen.

Ademais, ao longo do curso aos/as alumnos/as presentaráselles unha serie de tarefas de repaso das unidades didácticas ou da materia pendente, que terán que preparar persoalmente e fóra do horario lectivo para a súa avaliación cando corresponda. No caso que se estime necesario, poderase realizarse unha proba escrita ou solicitar a entrega dun traballo escrito dos contidos a avaliar para superar a materia.

Non se recollerán exercicios nin traballos fóra da data establecida salvo causas debidamente xustificadas.

Ademais, o alumnado disporá dun *exame final ordinario* na data establecida no calendario de exames de materias pendentes. No caso de que non acadase cualificación positiva terá unha convocatoria extraordinaria para poder acadar os mínimos esixibles e superar a materia.

10. PROGRAMAS ESPECÍFICOS PERSONALIZADOS PARA O ALUMNADO REPETIDOR

Para o alumnado repetidor que obtivera una avaliación negativa nesta materia establecerase un plan personalizado para poder superar as dificultades non superadas no curso anterior. Este plan, en función das características do alumnado, poderá consistir nas seguintes actividades:

- Realización de actividades de reforzo da materia

☐ Atención personalizada ao alumnado na hora do recreo establecida polo departamento, unha vez por semana. A asistencia será voluntaria.

A persoa titora deste alumnado deberá informar ás familias do programa que se estableza en cada caso.

11. PROCEDEMENTOS PARA A REALIZACIÓN DA AVALIACIÓN INICIAL

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

- a) Análise dos informes de avaliación individualizados do curso anterior, en relación á materia de Educación física de 2º ESO.
- b) Detección das aprendizaxes imprescindibles non adquiridas no curso 2020/2021, así como a súa correspondencia coa falta do desenvolvemento das correspondentes competencias clave.
- c) Se se considera necesario, realizarase unha proba específica sinxela para avaliar o grao de dominio dos contidos mínimos que se consideran imprescindibles para construír sobre eles as novas aprendizaxes propias da materia. Esta proba non terá repercusión na cualificación da materia.

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

A partir da avaliación inicial, e sempre que se considerase necesario, faranse axustes curriculares no desenvolvemento da materia, de maneira que o alumnado recupere as aprendizaxes imprescindibles non adquiridos no curso 2020/2021, e se garanta a consolidación, adquisición, reforzo ou apoio das mesmas.

12. PROGRAMAS ESPECÍFICOS PERSONALIZADOS PARA O ALUMNADO REPETIDOR

Para o alumnado repetidor que obtivera una avaliación negativa nesta materia establecerase un plan personalizado para poder superar as dificultades non superadas no curso anterior. Este plan, en función das características do alumnado, poderá consistir nas seguintes actividades:

- Realización de actividades de reforzo da materia

- Atención personalizada ao alumnado na hora do recreo establecida polo departamento, unha vez por semana. A asistencia será voluntaria.

A persoa titora deste alumnado deberá informar ás familias do programa que se estableza en cada caso.

13. MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A materia de educación física, en canto a selección de medidas de atención a diversidade rexerase polos principios de normalización e inclusión, accesibilidade, interculturalidade, igualdade de oportunidades e non discriminación.

Atendendo as características dos nosos alumnos/as, procuraremos que a materia de Educación Física permita o desenvolvemento das competencias, das capacidades físicas e habilidades y destrezas, dunha maneira o mais axeitada posible as súas características. Para a súa consecución, ao comezo do curso durante a avaliación inicial, procuraremos detectar as diferentes características, ritmos, estilos de aprendizaxe, necesidades, intereses e motivacións, situacións sociais e culturais así como as posibles carencias e potencialidades, como indicadores de referencia para o deseño, planificación e actuación a través da elección axeitada de estratexias, recursos, medidas e accións que permitan a adquisición dos contidos da materia e o desenvolvemento das capacidades individuais e sociais; intelectuais, culturais e emocionais dos alumnos.

Na nosa materia a diversidade de comportamentos dos alumnos acentúanse e varían uns de outros debido a múltiples razóns: diferenzas individuais (idade biolóxica, limitacións sensoriais ou motrices, motivacións, intereses...), diferenzas de grupo (étnicas, de xénero ou socioculturais) ou de contexto (familiar, social). Isto tradúcese en distintos gustos por actividades, niveis de activación diferentes, estilos de xogo e aprendizaxe heteroxéneos, interese polo rendemento, pola precisión, por cuestións estéticas, moi dispares.

En todo caso, se porán en marcha metodoloxías que favorezan principalmente a atención individualizada do alumnado e a aplicación de estratexias cooperativas, segundo proceda en cada caso, simplificando tarefas, modificando as organizacións grupais, a utilización das estruturas espazo-temporais, disposición e manexo dos materiais...

Para os alumnos/as que presenten **algún tipo de lesión, alteración** de tipo motor, física, orgánica ou psíquica, así como algunha enfermidade de carácter agudo ou crónico, que lle impida a realización das actividades propostas no programa da materia de Educación Física e, previa comunicación ao Departamento de Orientación e Xefatura de Estudos, estudaranse e elaboraranse actividades adaptadas ou alternativas, actividades de reforzo, A.C.I.S., ou calquera outra, que sexa adecuada para a correcta integración do alumno/a ao grupo de referencia.

As **actividades de reforzo e apoio**, partirán dun tratamento variado e flexible dos contidos a través dunha selección e adaptación metodolóxica, dos recursos materiais, os agrupamentos sendo flexibles, inclusivos e que permitan lograr unha graduación os niveis en base as súas posibilidades e necesidades. Os traspasos de alumnos dun nivel a outro serán constantes permitindo a interacción con diferentes compañeiros e actividades.

O **non existir a exención** en Educación Física, os alumnos con limitacións, xa sexan permanentes ou temporais, participarán no desenvolvemento dos mesmos contidos que os seus compañeiros, a través de propostas adaptadas e accesibles a súas características.

No caso de necesidade dunha **adaptación curricular**, realizaríase baseándose nun certificado médico oficial no que se detalle con claridade as características da súa alteración patolóxica.

13.1. ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES INTELECTUAIS

A sobredotación intelectual non precisa de adaptación a nivel motora, polo que as estratexias empregadas serán comúns a todos os alumnos. que deben ser planificados especificamente.

14. ELEMENTOS TRANSVERSAIS DA PROGRAMACIÓN

14.1. PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN EN VALORES

Tal como se recolle nos obxectivos xerais do proxecto educativo do noso centro, o obxectivo fundamental é o exercicio da educación entendida como un proceso de maduración humana, que estimule o interese polo estudio e o espírito de superación, e que fomente a integración social e a realización individual, tanto intelectualmente como laboral do alumnado.

Así, desde esta materia tamén se quere transmitir unha serie de valores ao noso alumnado para que os apliquen á súa vida cotiá. Entre outros valores traballaranse os seguintes:

A) Aprender a ser responsable. Explicar as responsabilidades que deben aprender a adquirir os alumnos e alumnas para poder formarse máis axeitadamente como persoas:

- Responsabilidade cun mesmo ou mesma.
- Responsabilidade coas tarefas a desenvolver.
- Responsabilidade no consumo.
- Responsabilidade coa sociedade.

B) Aprender a ser respectuoso/a. Aportar información, reflexión e debate sobre os catro ámbitos nos que debemos aplicar o respecto se queremos conseguir unha convivencia equilibrada:

- Aprender a ser respectuoso cun mesmo ou mesma.
- Aprender a ser respectuoso cas/cos demais.
- Aprender a ser respectuoso co entorno.
- Aprender a ser respectuoso coa diferenza.

C) Aprender a ser empático/a. Explicar a necesidade de ser quen de entender os/as demais, de poñernos no seu lugar, para así, fortalecer as relacións humanas, fomentar a comunicación entre as persoas e mellorar a sociedade. Poderían tratarse os seguintes temas:

- Sensibilidade cas/cos demais.
- Solidariedade e cooperación.
- Amizade.
- Civismo.

D) Aprender a autorregularse. Explicar a importancia do autoconhecimento. Se o alumnado se coñece a si mesmo será capaz de controlar os seus impulsos negativos e poderá afrontar as contrariedades cunha actitude máis positiva. Os puntos a traballar serían:

- Autoconhecimento.
- Autocontrol das emocións.
- Aceptación das normas.
- Alegría e optimismo.

14.2. TRATAMENTO DO FOMENTO DA LECTURA

Desde esta materia, e tendo en conta o *plan lector* do centro, intentaranse levar a cabo propostas de traballo onde xurdan procesos implicados na competencia lectora como os seguintes:

- Comprender globalmente (capacidade para extraer información dos textos).
- Obter información (capacidade para extraer información do texto).
- Elaborar unha interpretación (capacidade para extraer o significado e realizar inferencias a partires da lectura realizada)
- Reflexionar sobre o contido do texto (capacidade para relacionar o contido do texto cos coñecementos previos).
- Reflexionar sobre a estrutura dun texto (capacidade de relacionar a forma do texto coa súa utilidade e función).

Para isto, algunhas das actividades propostas poden ser:

- Dedicación a lectura naqueles apartados teóricos dos temas da materia (orixe histórico das actividades deportivas, regulamentos deportivos, textos sobre espectáculos deportivos, de expresión e representacións artísticas e culturais (teatro, danza, circenses...) de maneira que esa lectura vaia acompañada coa explicación correspondente do profesorado. Posteriormente, o alumnado podería elaborar esquemas que lle axuden a estruturar os temas, servindo estes como ferramenta de aprendizaxe.
- Selección tanto polo profesorado como polo alumnado e lectura de textos recollidos en libros, revistas ou prensa relacionados coa Educación Física (textos de temas de actualidade (consumo responsable de materiais e actividades de ocupación do tempo libre, relacións da práctica de actividade física coa saúde, alimentación, benestar, ...).
- Realización de traballos de investigación acerca dos distintos contidos da materia.

- Elaboración dun vocabulario específico de Educación Física (extractos regulamentarios, temas relacionados coa saúde ...)

14.3. TRATAMENTO DO FOMENTO DAS TICS

Fomentar o uso das novas tecnoloxías (recursos audiovisuais de apoio as explicacións teóricas, páxinas web de contidos da materia...)

Aumentar a competencia na utilización das T.I.C. por parte do profesorado e do alumnado.

Para isto:

Remitirse aos alumnos a distintas páxinas de Internet para buscar información sobre algúns puntos concretos do temario.

Fomentarse, sempre que a programación o permita, a participación do alumnado en experiencias de aprendizaxe que impliquen o uso das TIC que se relacionen coa materia.

14.4. TRATAMENTO DO FOMENTO DA CONVIVENCIA NO CENTRO

A través da materia e tendo en conta o plan de convivencia do centro intentarase:

▶ Contribuír ao labor de concienciación sobre a importancia dunha axeitada convivencia escolar que permita unha mellor relación ensinanza-aprendizaxe.

▶ Detectar o antes posible conflitos que poidan xurdir nas aulas para resolvelos de maneira pacífica.

▶ Establecer *normas de funcionamento e organización* das clases da materia, do polideportivo ou de calquera espazo que se utilice para impartir a materia.

▶ Motivar ao alumnado para que comece a interiorización da cultura do diálogo e a mediación.

▶ Fomentar o respecto entre todos os membros da comunidade e a integración de todos os alumnos/as no centro.

▶ Fomentar a realización de actividades que potencien o respecto á diversidade.

14.5. CONTRIBUCIÓN DA MATERIA AO PROXECTO LINGÜÍSTICO

As actuacións que se levarán a cabo desde a materia para desenvolver o proxecto lingüístico serán as seguintes:

- ▶ Respetarase a lingua establecida polo proxecto lingüístico para a docencia da materia.
- ▶ Utilizaranse as medidas de apoio e reforzo establecidas para o correcto uso lingüístico educativo, para alcanzar o obxectivo de fomento do plurilingüismo.
- ▶ Adoptaranse medidas para que o alumnado con insuficiente dominio das linguas poida seguir con aproveitamento as ensinanzas que se lle imparten.
- ▶ Colaborarase nas actividades organizadas para a dinamización da lingua galega.

15. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES

Debido a situación sanitaria ocasionada pola pandemia da Covid-19, acórdase non organizar actividades complementarias e extraescolares neste curso pola incertidume existente.

16. PROCEDEMENTOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN

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

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

	Insuficiente	Suficiente	Ben	Notable	Sobresaliente
Curso -----					
Curso -----					

Curso -----					
-------------	--	--	--	--	--

Posteriormente, finalizadas as probas extraordinarias, modificarase a anterior táboa segundo os resultados obtidos.