

# PROGRAMACIÓN DO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DO IES AS BIZOCAS

CURSO 2022-2023



XUNTOS, MELLOR

|   |        |
|---|--------|
| 1.Introdución e contextualización   | Páx.3  |
| 2.Contribución ao desenvolvemento das competencias clave  | Páx.8  |
| 3.Concreción dos obxectivos para cada curso   | Páx.16 |
| 4.Concreción para cada estándar de aprendizaxe avaliable de:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>-Temporalización</li> <li>-Grao mínimo de consecución para superar a materia</li> <li>-Procedementos e instrumentos de avaliación</li> </ul> | Páx.17 |
| 5.Concrecións metodolóxicas que require a materia   | Páx.34 |
| 6.Materiais e recursos didácticos que se van a utilizar   | Páx.37 |
| 7.Criterios sobre a avaliación, cualificación e promoción do alumnado   | Páx.40 |
| 8.Indicadores de logro para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente  | Páx.46 |
| 9.Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes  | Páx.47 |
| 10.Deseño da avaliación inicial e medidas individuais ou colectivas que se poidan adoptar como consecuencia dos seus resultados   | Páx.47 |
| 11.Medidas de atención á diversidade  | Páx.53 |
| 12.Concreción dos elementos transversais que se traballarán no curso que corresponda  | Páx.58 |
| 13.Actividades complementarias e extraescolares programadas para cada curso   | Páx.61 |
| 14.Mecanismos de revisión, de avaliación e de modificación da programación didáctica en relación cos resultados académicos e procesos de mellora  | Páx.63 |
| 15.Bibliografía   | Páx.65 |

## 1.Introducción e contextualización

### 1.1 Introducción:

Comezamos esta programación referíndonos ao informe que o Parlamento Europeo realizou en 2007 sobre o papel que o deporte debe xogar na educación. No apartado A do referido informe, recóllese: *“La educación física es la única materia escolar que tiene por objeto preparar a los niños para una vida sana, concentrándose en su desarrollo físico y mental general e inculcándoles valores sociales importantes, como la honradez, la autodisciplina, la solidaridad, el espíritu de equipo, la tolerancia y el juego limpio.”* No apartado de exposición dos motivos que levaron ao Parlamento Europeo a realizar este informe, expónse *“La educación física tiene que ver con el aprendizaje de las capacidades, el desarrollo de las condiciones mentales adecuadas y el entendimiento necesario para participar en actividades físicas, el conocimiento del propio cuerpo y de su alcance y su capacidad de movimiento y de practicar actividades físicas beneficiosas para la salud a lo largo de toda la vida”*. Así mesmo, incluímos as mensaxes principais que a Organización Mundial da Saúde incluíu no ano 2020 nas súas derradeiras directrices sobre actividade física e hábitos sedentarios. Estas mensaxes Son:

## MENSAJES PRINCIPALES

- 1 La actividad física es buena para el corazón, el cuerpo y la mente.** Realizar una actividad física con regularidad puede prevenir y ayudar a gestionar las cardiopatías, la diabetes de tipo 2 y el cáncer, que causan casi tres cuartas partes de las muertes de todo el mundo. Además, la actividad física puede reducir los síntomas de depresión y ansiedad, y mejorar la concentración, el aprendizaje y el bienestar en general.
- 2 Cualquier cantidad de actividad física es mejor que ninguna, y cuanto más, mejor.** Para mejorar la salud y el bienestar, la OMS recomienda al menos entre 150 y 300 minutos de actividad aeróbica moderada a la semana (o el equivalente en actividad vigorosa) para todos los adultos, y una media de 60 minutos de actividad física aeróbica moderada al día para los niños y los adolescentes.
- 3 Toda actividad física cuenta.** La actividad física puede integrarse en el trabajo, las actividades deportivas y recreativas o los desplazamientos (a pie, en bicicleta o en algún otro medio rodado), así como en las tareas cotidianas y domésticas.
- 4 El fortalecimiento muscular beneficia a todas las personas.** Las personas mayores (a partir de 65 años) deberían incorporar actividades físicas que den prioridad al equilibrio y la coordinación, así como al fortalecimiento muscular, para ayudar a evitar caídas y mejorar la salud.
- 5 Demasiado sedentarismo puede ser malsano.** Puede incrementar el riesgo de cardiopatías, cáncer y diabetes de tipo 2. Limitar el tiempo sedentario y mantenerse físicamente activo es bueno para la salud.
- 6 Todas las personas pueden beneficiarse de incrementar la actividad física y reducir los hábitos sedentarios.** en particular las mujeres embarazadas y en puerperio y las personas con afecciones crónicas o discapacidad.



Se algo xa tiñamos claro pero co confinamento mostrouse cara a toda a sociedade como unha necesidade de 1º orde, foi que a práctica regular de exercicio físico é fundamental para manter a nosa SAUDE, física, mental e social, de aí a importancia de dotar ao noso alumnado das ferramentas e dos coñecementos necesarios para ser autónomos na súa xestión dos hábitos de vida saudable. Así, **as liñas de actuación** que seguiremos na nosa materia sexan:

- Promover o desenvolvemento integral do alumnado a través da EDUCACIÓN física tendo en conta as súas características (motrices, cognitivas, afectivas, sociais e comunicativas)
- Proporcionar experiencias positivas que contribúan a que o meu alumnado **adquiera e manteña no tempo hábitos de vida saudable.**
- Promover e participar en actividades de carácter interdisciplinar que faciliten a aprendizaxe significativa do alumnado.

## **1.2 Contextualización:**

### **1.2.1 Características do Centro:**

O I.E.S. As Bizocas é un centro pequeno de 9 unidades, no que unicamente cursa estudos alumnado de Ensinanza Secundaria Obrigatoria. No primeiro ciclo da ESO, hai tres grupos de 1º ESO, dous de 2º ESO e dous de 3º, mentres que no segundo ciclo hai dous grupos de 4º de ESO. En total 176 alumnos/as repartidos do seguinte xeito:

| <b>ALUMNADO POR CURSO</b> |                            |                                     |
|---------------------------|----------------------------|-------------------------------------|
| <b>CURSO</b>              | <b>Nº TOTAL DE ALUMNOS</b> | <b>DOS CALES SON REPETIDORES...</b> |
| 1º ESO A                  | <b>14</b>                  | <b>1</b>                            |
| 1º ESO B                  | <b>17</b>                  | <b>2</b>                            |
| 1º ESO C                  | <b>17</b>                  | <b>2</b>                            |
| 2º ESO A                  | <b>25</b>                  | <b>1</b>                            |
| 2º ESO B                  | <b>25</b>                  | <b>1</b>                            |
| 3º ESO A                  | <b>21</b>                  | <b>1</b>                            |
| 3º ESO B                  | <b>21</b>                  | <b>2</b>                            |
| 4º ESO A                  | <b>18</b>                  | <b>1</b>                            |
| 4º ESO B                  | <b>18</b>                  | <b>0</b>                            |

O centro está situado en San Vicente do Mar, no Concello do Grove, a escasos 100 metros da praia. O entorno cultural e económico podemos definilo como medio, cun grao de integración social normal para a maioría dos/as alumnos/as e cunha porcentaxe de inmigrantes baixa.

A materia ten que impartirse en galego tanto e 2º como en 4º.

### 1.2.2 Características do alumnado.

A Educación Secundaria Obrigatoria abarca un amplo período de tempo no que se produce unha transición fisiolóxica e psicolóxica dende a nenez ata á madurez. Na adolescencia, o alumnado sofre cambios importantes, tanto físicos como sociais e psicolóxicos, que van condicionar a práctica nas clase de Educación Física. Na seguinte táboa mostramos un resumen destes cambios.

| DESENVOLVEMENTO FÍSICO  | DESENVOLVEMENTO PSICOLÓXICO  | RELACIÓNS SOCIAIS NA ADOLESCENCIA   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>-Prodúcese un aumento de estatura e peso.</li><li>-Aumento da masa muscular e diminución da graxa sobre todo nos rapaces.</li><li>-Aumento da forza e da resistencia, sobre todo nos rapaces.</li><li>-Cambios hormonais (aumento de testosterona e estróxenos)</li><li>-Ten lugar a maduración sexual.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>-Autoafirmación.</li><li>-Inestabilidade emocional.</li><li>-Búsqueda da identidade persoal.</li><li>-Elaboración do autoconcepto.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>-Rebeldía respecto do adulto.</li><li>-O grupo asume unha importancia e influencia moi grande.</li><li>-Intolerancia.</li><li>-Independencia.</li><li>-Idealismo social.</li><li>-Intereses profesionais.</li></ul> |

Fonte: Cuadrado, 2007

Os aspectos abordados nesta materia tentarán contribuír a que o alumnado entenda e asuma estes cambios, creando unha base sólida e saudable para o desenvolvemento tanto dos aspectos individuais, como de relación cos demais.

Ata a chegada do COVID19, o habitual neste centro era que unha grande maioría do alumnado (arredor do 80%) **practicase** actividade física ou deportiva fóra do horario escolar.

A porcentaxe de aprobados na materia no pasado curso estivo por enriba do 85% en todos os cursos.

### 1.2.3 Instalacións:

Para o desenvolvemento das clases de Educación Física dispoñemos dos seguintes espazos:

- AULA DE EDUCACIÓN FÍSICA. De 25 m de longo por 16 m de ancho con chan sintético .Ten marcada unha pista de baloncesto, unha de voleibol, unha de balonmán e tres de bádminton.
- PISTA EXTERIOR. Polideportiva de 40 x 20m, marcada cunha pista de fútbol sala. Ten ademais dous taboleiros de baloncesto.
- ENTORNO que rodea ao edificio, con algunha zona verde, escaleiras, un patio cuberto e bancos de madeira.
- ESPAZOS NATURAIS PRÓXIMOS AO CENTRO como unha praia situada a uns 100 m do centro e unha zona verde tamén a 100 metros do centro cun sendeiro de 2 km.

### 1.2.4 O Departamento de Educación Física:

Neste curso o departamento estará composto por dúas persoas, Carlos Domínguez Soutullo e M<sup>a</sup> del Pilar López Graña, xa que a profesora que ata o momento ocupaba este departamento de xeito unipersoal (M<sup>a</sup> del Pilar) , fará labores de secretaria.

### 1.3 Unidades didácticas que imos traballar no curso 2022-2023 nos cursos de 2º e 4º ESO.

A continuación amósanse as unidades didácticas a traballar en cada curso da ESO, temporalizadas, e relacionadas cos obxectivos de etapa, cos contidos, cos criterios de avaliación.

| TRIMESTRE | U.D<br><u>2ºESO</u>        | OBXECTIVOS DE ETAPA                   | CONTIDOS   | CRITERIOS AVALIACIÓN                                 |
|-----------|----------------------------|---------------------------------------|--|--|
| 1º        | Móvome para estar san II.  | A,B, C, D, E, F,G, H, I, L,M, N, Ñ, O | B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B1.6, B1.8, B1.9, B1.10, B1.12, B1.13, B1.14, B2.1, B2.2, B2.3, B3.1, B3.2,B3.3, B3.4, B3.5, B3.6, B3.7, B3.8, B3.9, B3.10 | B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B2.1, B3.1, B3.2       |
| 2º        | Isto si é ximnasia!        | A,B, C, D, E, F,G, H, I, L,M, N, Ñ, O | B1.1, B1.2, B1.3, B1.5, B1.8, B1.9, B1.10, B1.11, B1.12, B1.13, B1.14, B2.1, B2.2, B2.3, B3.2, B3.9, B3.10, B4.1, B4.2                                   | B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B2.1, B3.1, B3.2,B4.1  |
| 3º        | Voleibol e voleibol praia. | A,B, C, D, E, F,G, H, I, L,M, N, Ñ, O | B1.1, B1.2,B1.3, B1.4, B1.5, B1.8, B1.9,B1.10 B1.12 B1.13,B1.14, B2.1, B2.2 ,B2.3, B3.1, B3.2 ,B3.4,B3.6, B3.9,B3.10, B4.1,B4.4,B4.5                     | B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B2.1, B3.1, B3.2, B4.2 |

| TRIMESTRE | U.D<br><u>4º ESO</u>                        | OBXECTIVOS DE ETAPA                 | CONTIDOS   | CRITERIOS AVALIACIÓN  |
|-----------|---|-------------------------------------|--|---|
| 1º        | 1. Somos personal trainer                   | A,B,C, D, E, F,G,H, I, L, M,N, Ñ, O | B1.1, B1.2, B1.3,B1.4, B1.7, B1.8, B1.9,B1.10, B1.11, B1.12 B1.13, B2.1, B3.1, B3.2, B3.3, B3.4, B3.5, B3.6,B3.7, B3.8, B4.1, B4.4, B4.5, B4.6 | B1.1,B1.2,B1.3,B1.4,B1.5, B1.6, B2.1, B3.1, B3.2, B4.1, B4.3      |
| 2º        | 2.Xogos e deportes alternativos e adaptados | A,B,C, D, E, F,G,H, I, L, M,N, Ñ, O | B1.1,B1.2,B1.3,B1.4,B1.5,B1.6,B1.7,B1.8,B1.9, B1.10,B1.11,B1.12,B1.13,B3.1,B3.2,B3.5,B3.6,B3.7,B4.1, B4.2,B4.3, B4.4, B4.5, B4.6               | B1.1,B1.2,B1.3,B1.4,B1.5, B1.6,B3.1,B3.2,B4.1,B4.2, B4.3          |
| 3º        | 3. Imos ser empresarios!!                   | A,B,C, D, E, F,G,H, I, L, M,N, Ñ, O | B1.1,B1.2,B1.3,B1.4,B1.7,B1.8,B1.9,B1.10,B1.11,B1.12,B1.13,B2.1, B3.1, B3.2,B3.6, B3.7,B4.2, B4.3, B4.4,B4.5,B4.6                              | B1.1, B1.2, B1.3,B1.4, B1.5,B1.6,B2.1,B3.1, B3.2,B4.1, B4.2, B4.3 |

## 2.Contribución ao desenvolvemento das competencias clave

No seguinte apartado descríbese, en primeiro lugar, **o perfil do área** para cada un dos catro cursos da ESO (*conxunto de estándares de aprendizaxe avaliábeis na nosa área*).

En segundo lugar e a partir do anterior, establécese **o perfil de competencia** na área de Educación Física para cada un dos cursos da ESO.



Este perfil está formado polo conxunto de estándares relacionados ca mesma competencia clave e se pode revisar na columna correspondente a cada competencia.

| <b>PERFIL DO ÁREA</b><br><b>ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE 2º ESO</b>   | <b>PERFIL DE COMPETENCIA</b><br><b>COMPETENCIAS CLAVE</b> |       |    |     |     |       |      |       |
|--|---|-------|----|-----|-----|-------|------|-------|
|  | CCL   | CMCCT | CD | CAA | CSC | CSIEE | CCEC | TOTAL |
| <b>2º-EFB1.1.1</b><br>Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados   |   | X     |    |     | X   |       |      | 2     |
| <b>2ºEFB1.1.2</b><br>Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.  |   |       |    | X   | X   |       |      | 2     |
| <b>2º-EFB1.1.3</b><br>Prepara e pon en práctica habilidades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do docente   |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.2.1</b><br>Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.2.2</b><br>Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos               |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.2.3</b><br>Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.3.1</b><br>Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas á súa idade  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.3.2</b><br>Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.3.3</b><br>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             |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| <b>2º-EFB1.4.1</b><br>Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas |   |       |    |     | X   | X     |      | 2     |

|  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
|--|---|--|--|---|--|---|--|---|---|---|
| 2º-EFB1.4.2  |   |  |  |   |  |   |  | x |   | 1 |
| Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB1.4.3  |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 1 |
| 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   |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB1.5.1  | x |  |  | x |  |   |  |   |   | 2 |
| Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB1.5.2  | X |  |  |   |  | X |  |   |   | 2 |
| Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB2.1.1  |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 1 |
| Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB2.1.2  |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 1 |
| Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB2.1.3  |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 1 |
| Colabora no deseño e realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos compañeiros e á das compañeiras  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB2.1.4  |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 1 |
| Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea   |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| 2º-EFB3.1.1  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo   |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 1 |
| 2º-EFB3.1.2  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.  |   |  |  |   |  |   |  |   | X | 1 |
| 2º-EFB3.1.3  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.  |   |  |  |   |  |   |  |   | X | 1 |
| 2º-EFB3.1.4  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.   |   |  |  |   |  |   |  |   | X | 1 |
| 2º-EFB3.1.5  |   |  |  |   |  |   |  |   |   |   |
| Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.   |   |  |  |   |  |   |  |   | X | 1 |
| 2º-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   |   |  |  |   |  |   |  |   | x | 2 |

|   |             |              |             |              |              |              |             |             |
|---|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| 2º-EFB3.2.1<br>Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.  |             |              |             | X            |              |              |             | 1           |
| 2º-EFB3.2.2<br>Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.   |             |              |             | X            |              |              |             | 1           |
| 2º-EFB3.2.3<br>Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.   |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB3.2.4<br>Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.          |             |              |             | X            |              |              |             | 1           |
| 2º-EFB4.1.1<br>Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas  |             |              |             | x            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.1.2<br>Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado  |             |              |             | x            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.1.3<br>Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.  |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.1.4<br>Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.   |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.1.5<br>Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.                              |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.2.1<br>Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.                          |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.2.2<br>Describe simplificada 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 facilitadas. |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.2.3<br>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.      |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| 2º-EFB4.2.4<br>Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.  |             |              |             | X            |              | x            |             | 2           |
| <b>TOTAL 37 ESTÁNDARES EN 2º ESO</b>  | <b>2</b>    | <b>7</b>     | <b>1</b>    | <b>14</b>    | <b>11</b>    | <b>13</b>    | <b>4</b>    | <b>53</b>   |
|   | <b>3,7%</b> | <b>13,2%</b> | <b>1,8%</b> | <b>26,4%</b> | <b>20,7%</b> | <b>24,5%</b> | <b>7,5%</b> | <b>100%</b> |
|   | <b>CCL</b>  | <b>CMCCT</b> | <b>CD</b>   | <b>CAA</b>   | <b>CSC</b>   | <b>CSIEE</b> | <b>CCEC</b> |             |

| PERFIL DO ÁREA<br>ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE <u>4º ESO</u>  | PERFIL DE COMPETENCIA<br>COMPETENCIAS CLAVE |       |    |     |     |       |      |       |
|--|---|-------|----|-----|-----|-------|------|-------|
|  | CCL   | CMCCT | CD | CAA | CSC | CSIEE | CCEC | TOTAL |
| 4º-EFB1.1.1<br>Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.1.2<br>Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.                                  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.1.3<br>Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades  |   |       |    |     | x   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.2.1<br>Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais   |   |       |    |     | x   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.2.2<br>Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas  |   |       |    |     | x   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.2.3<br>Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilízalos na súa práctica de maneira autónoma.  |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.3.1<br>Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.                   |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |
| 4º-EFB1.3.2<br>Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas. |   |       |    |     | X   |       | x    | 2     |
| 4º-EFB1.3.3<br>Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.   |   |       |    |     | X   |       |      | 1     |

|   |   |  |  |   |  |   |   |   |   |
|---|---|--|--|---|--|---|---|---|---|
| 4º-EFB1.4.1   |   |  |  |   |  |   | X |   | 1 |
| Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.   |   |  |  |   |  |   | X |   | 1 |
| 4º-EFB1.4.2   |   |  |  |   |  |   | X |   | 1 |
| Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.   |   |  |  |   |  |   | X |   | 1 |
| 4º-EFB1.4.3   |   |  |  |   |  |   | X |   | 1 |
| Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.             |   |  |  |   |  |   | X |   | 1 |
| 4º-EFB1.5.1   |   |  |  |   |  | X |   |   | 1 |
| Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.   |   |  |  |   |  | X |   |   | 1 |
| 4º-EFB1.5.2   |   |  |  |   |  | X |   |   | 1 |
| Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.  |   |  |  |   |  | X |   |   | 1 |
| 4º-EFB1.6.1   | X |  |  | x |  |   |   |   | 2 |
| Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.                                    | X |  |  | x |  |   |   |   | 2 |
| 4º-EFB1.6.2   | X |  |  | x |  |   |   |   | 2 |
| Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.                                   | X |  |  | x |  |   |   |   | 2 |
| 4º-EFB1.6.3   | x |  |  | x |  |   |   |   | 2 |
| Comunica e comparte información e ideas nos contornos e soportes apropiados   | x |  |  | x |  |   |   |   | 2 |
| 4º-EFB2.1.1   |   |  |  |   |  |   |   | X | 1 |
| Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na |   |  |  |   |  |   |   | X | 1 |
| 4º-EFB2.1.2   |   |  |  |   |  |   |   | X | 1 |
| Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.                   |   |  |  |   |  |   |   | X | 1 |
| 4º-EFB2.1.3   |   |  |  |   |  |   |   | x | 1 |
| Colabora no deseño e realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas   |   |  |  |   |  |   |   | x | 1 |

|   |  |   |  |  |   |  |   |   |
|---|--|---|--|--|---|--|---|---|
| 4º-EFB3.1.1   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.               |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.1.2   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.                                       |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.1.3   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.   |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.1.4   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.  |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.2.1   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.   |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.2.2   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.   |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.2.3   |  | X |  |  |   |  |   | 1 |
| Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.  |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB3.2.4   |  | x |  |  |   |  |   | 1 |
| Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde  |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB4.1.1   |  |   |  |  | x |  | x | 2 |
| Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB4.1.2   |  |   |  |  | X |  | x | 2 |
| Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.                        |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB4.1.3   |  |   |  |  | X |  | x | 2 |
| Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.   |  |   |  |  |   |  |   |   |
| 4º-EFB4.2.1   |  |   |  |  | X |  | x | 2 |
| Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.                                |  |   |  |  |   |  |   |   |

|  |             |              |             |            |            |              |             |             |
|--|-------------|--------------|-------------|------------|------------|--------------|-------------|-------------|
| 4º-EFB4.2.2<br>Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participan-tes.          |             |              |             | X          |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.2.3<br>Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións |             |              |             | x          |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.2.4<br>Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.  |             |              |             | X          |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.2.5<br>Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.   |             |              |             | X          |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.2.6<br>Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno  |             |              |             | x          |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.3.1<br>Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.  |             | X            |             |            |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.3.2<br>Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida   |             | x            |             |            |            | x            |             | 2           |
| 4º-EFB4.3.3<br>Demuestra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.   |             | X            |             |            |            | x            |             | 2           |
| <b>Total 40 estándares en 4º ESO</b>   | <b>3</b>    | <b>11</b>    | <b>3</b>    | <b>9</b>   | <b>14</b>  | <b>12</b>    | <b>4</b>    | <b>56</b>   |
|  | <b>5,3%</b> | <b>19,6%</b> | <b>5,3%</b> | <b>16%</b> | <b>25%</b> | <b>21,4%</b> | <b>7,1%</b> | <b>100%</b> |
|  | <b>CCL</b>  | <b>CMCCT</b> | <b>CD</b>   | <b>CAA</b> | <b>CSC</b> | <b>CSIEE</b> | <b>CCEC</b> |             |

### 3. Concreción dos obxectivos para cada curso

Aínda que este apartado non é obrigatorio (o artigo nº 11 do Decreto 86/2015 de 25 de xuño polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria, indica a súa non obrigatoriedade pois o propio currículo inclúe para cada estándar de aprendizaxe o obxectivo de etapa co cal está relacionado), a continuación mostramos os obxectivos que este departamento pretende acadar en cada curso.

| CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS PARA CADA CURSO |   |
|---|---|
| <b>2º ESO</b>                             | <p>1-Asumir responsablemente os seus deberes.</p> <p>2-Practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade cos seus compañeiros e profesores, rexeitando calquera discriminación por razón de sexo ou nivel de competencia motriz e usando diálogo como medio de resolución pacífica de conflitos.</p> <p>3-Desenvolver hábitos de traballo individual e en equipo como condición para unha realización eficaz das tarefas de aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.</p> <p>4-Desenvolver a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender.</p> <p>5-Comprender e expresarse con corrección, oralmente e por escrito na lingua castelá.</p> <p>6-Afianzar hábitos de hixiene, coidado e saúde corporais, e de incorporar á súa rutina diaria a educación física e a práctica do deporte para favorecer o seu desenvolvemento persoal e social. Os 6 obxectivos anteriores. No nº 5, cambiar lingua castelá por lingua galega.</p> <p>7- Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes ao deporte galego, español e mundial.</p> |
| <b>4º ESO</b>                             | <p>Os 7 anteriores mais:</p> <p>8-Utilizar diversos medios de expresión e representación para comunicar mensaxes, sentimentos ou emocións.</p> <p>9-Desenvolver o espírito emprendedor, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades na organización e planificación de actividades deportivas.</p> <p>10-Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en materias, así como coñecer e aplicar os métodos para identificar problemas en diferentes ámbitos da actividade física e do deporte.</p>   |



#### **4. Concreción para cada estándar de aprendizaxe avaliable de: temporalización, procedementos e instrumentos de avaliación.**

Para o nomeamento dos procedementos e dos instrumentos de avaliación, seguimos a clasificación de Domingo Blázquez (1990).

A continuación amósanse as táboas referidas a cada curso da ESO. Nelas aparecen agrupados por instrumentos de avaliación, os estándares a traballar en cada unidade e en cada trimestre. Os básicos aparecen reflectidos en **vermello**. Para cada curso e estándar recóllense os indicadores de logro, as situacións tipo de avaliación para cada estándar, así como o grao mínimo de consecución e a competencia asociada a cada un deses estándar. Esta última columna a incluimos para que nos sexa máis doado relacionar nunha ollada, estándar e competencia.

En todas as UD's de todos os cursos se inclúe a maiores a competencia CCL en todos os estándares que van ser avaliados a través de exames escritos e probas obxectivas.

| T<br>R<br>I | U.D.<br><u>2ºESO</u>      | CONTIDOS   | CRITERIOS DE<br>AVALIACIÓN                           | INSTRUMENTOS<br>AVALIACIÓN                  | PONDERACIÓN<br>INSTRUMENTOS | ESTÁNDARES<br>APRENDIZAXE<br>(en VERMELLO<br>OS BÁSICOS) | INDICADORES LOGRO /<br>GRAO MÍNIMO DE<br>CONCSECUCIÓN   | SITUACIÓN<br>DE<br>AVALIACIÓN   | COMPETENCIAS<br>ASOCIADAS        |
|-------------|---------------------------|--|--|---|-----------------------------|--|---|---|----------------------------------|
| 1º          | Móvome para estar san II. | B1.1<br>B1.2<br>B1.3<br>B1.4<br>B1.5<br>B1.6<br>B1.8<br>B1.9                                     | B1.1<br>B1.2<br>B1.3<br>B1.4<br>B2.1<br>B3.1<br>B3.2 | Exame escrito<br>e/ou<br>Proba<br>obxectiva | 40%                         | EFB1.1.1<br>EFB1.1.2<br>EFB1.1.3                         | -Deseña correctamente quecementos xerais respectando as súas partes e incluíndo exercicios diferentes en cada unha.<br>-Describe os exercicios a realizar en cada fase do quecemento.   | -Confección dun quecemento xeral.   | CSC<br>CAA<br>CCL                |
|             |                           | B1.10<br>B1.12<br>B1.13<br>B1.14<br>B2.1<br>B2.2<br>B2.3<br>B3.1<br>B3.2<br>B3.3<br>B3.4<br>B3.5 |  |   |                             | EFB1.5.1<br>EFB1.5.2<br>EFB1.3.3<br>EFB3.1.6             | -Utiliza a tecnoloxía no seu proceso de aprendizaxe para analizar criticamente os seus hábitos de saúde e aplicar medidas de mellora.   | -Lectura e análise de artigos que relacionen sedentarismo cos problemas a nivel de columna vertebral e cardiovasculares.<br>-Análise crítica de como se sentan, levantan pesos, levan a mochila, etc.. e a súa implicación no coidado da columna.<br>-Elaboración dun catálogo de exercicios de forza (centrados no core) e flexibilidade indicados para o coidado da columna.  | CD<br>CCL<br>CSC<br>CAA<br>CMCCT |
|             |                           | B3.6<br>B3.7<br>B3.8<br>B3.9<br>B3.10  |  |   |                             | EFB3.1.1<br>EFB3.1.2<br>EFB3.1.3<br>EFB3.2.4             | - Relaciona os hábitos de vida sedentarios cos déficits de forza e flexibilidade que inciden na súa columna.<br>-Explica dunha forma básica, os beneficios que a práctica regular de actividade física ten na saúde.<br>-Coñece a anatomía da columna vertebral e a importancia da hixiene postural para evitar danos nela. | -Identificación da capacidade traballada e do método utilizado, nunha batería de tarefas que o alumno ten que realizar.<br>-Enumeración de beneficios que para a saúde ten a práctica habitual das capacidades de resistencia, forza e flexibilidade.<br>-Lectura e análise crítica, de artigos nos que se relacione unha mala hixiene postural cos dores de costas.<br>-Elabora un catálogo de recomendacións para o coidado da columna vertebral.<br>-Identificar as diferentes zonas da columna vertebral. | CMCCT<br>CAA<br>CCL              |

|  |  |  |  |  |  |   |   |  |
|--|--|--|--|--|--|---|---|--|
|  |  |  |  |  |  | <p>EFB3.1.3<br/>EFB3.1.4</p> <p>-Coñece e aplica correctamente unha serie de exercicios e forza e flexibilidade para o coidado da súa columna.<br/>-Coñece diferentes métodos de traballo da resistencia e sabe aplicalos.</p>  | <p>-Elaboración dun catálogo de exercicios de forza e flexibilidade indicados para o coidado da columna.<br/>-Elaboración de exercicios de forza, flexibilidade e resistencia.</p>  | <p>CMCCT<br/>CCL</p>                   |
|  |  |  |  |  |  | <p>EFB1.1.1<br/>EFB1.1.2<br/>EFB1.1.3<br/>EFB1.4.3</p> <p>-É quen de escoller e realizar actividades propias do momento da sesión na que esteamos.<br/>-Fai os quecementos de xeito consciente, como medio de prevención de riscos.</p>   | <p>-Execución de quecementos e voltas á calma de xeito autónomo.</p>  | <p>CSC<br/>CMCCT<br/>CAA<br/>CSIEE</p> |
|  |  |  |  |  |  | <p>EFB1.3.1<br/>EFB1.3.2<br/>EFB1.4.3</p> <p>-Prepara e leva á práctica correctamente, actividades axeitadas para a mellora da forza do core e da flexibilidade da columna.<br/>-Realiza correctamente exercicios básicos de autocarga e flexibilidade.</p>                           | <p>-Deseño e posta en práctica, tarefas para o desenvolvemento da forza, da resistencia e da flexibilidade, segundo o método e criterios indicados.<br/>-Execución de exercicios básicos de autocarga e flexibilidade incidindo na súa corrección técnica.</p>                            | <p>CSC<br/>CSIEE</p>                   |
|  |  |  |  |  |  | <p>EFB1.4.1<br/>EFB1.4.3</p> <p>-Executa cunha correcta hixiene postural, as tarefas para o coidado da columna.<br/>-Identifica e corrixe a execución dos compañeiros/as, dende o punto de vista da hixiene corporal.<br/>-Emprega correcta e responsablemente, o material.</p>       | <p>-Realización de tarefas de nas que teñan que por especial atención á correcta execución das mesmas, dende o punto de vista da hixiene corporal.<br/>-Realización de tarefas para a aprendizaxe da correcta colocación da mochila, de como sentarse, da mobilización de pesos, etc.</p> | <p>CSIEE<br/>CSC</p>                   |
|  |  |  |  |  |  | <p>EFB2.1.1<br/>EFB2.1.2<br/>EFB2.1.3<br/>EFB2.1.4</p> <p>-Avalía o seu estado emocional antes de cada sesión.<br/>-É quen de adaptar o seu movemento e a súa actividade a un ritmo prefixado.<br/>-Dramatiza os hábitos negativos e positivos que inciden no coidado da columna.</p> | <p>-Pode valorar a cor do seu estado emocional<br/>-Execución de exercicios de forza, flexibilidade e de relaxación cunha base musical.<br/>-Dramatización dunha historia na que amosen cales son os hábitos positivos que deben asumir para coidar a columna vertebral.</p>              | <p>CECC</p>                            |

|  |  |  |  |      |                                  |  |  |              |
|--|--|--|--|------|----------------------------------|--|--|--------------|
|  |  |  |  |      | EFB3.1.4                         | -É quen de manter a súa frecuencia cardíaca nos parámetros de traballo da resistencia aeróbica.  | -Realización de actividades de mellora da resistencia aeróbica, a través do control da frecuencia cardíaca.  | CMCCT        |
|  |  |  |  |      | EFB3.1.5                         | -Completa con esforzo e dentro das súas posibilidades, probas para autoavaliar a súa condición física.   | -Realización de retos cooperativos para avaliar a condición física.  | CMCCT        |
|  |  |  |  |      | EFB3.2.1<br>EFB3.2.2<br>EFB3.2.3 | -Participa activamente na mellora da súa saúde, tanto dentro como fóra do centro.<br>-Mellorou os seus niveis iniciais de forza, resistencia e flexibilidade.<br>-Mantén unha boa hixiene corporal na execución das tarefas, con especial atención á columna e ao centro do corpo.   | -Realización con corrección postural, de diferentes exercicios de forza e flexibilidade.<br>-Realizar exercicios específicos de hixiene postural como andar, levantar pesos, como levar a mochila ou sentarse.<br>-Realización de exercicios específicos para o coidado da columna e do corazón.<br>-Participa en actividades físicas e deportivas organizadas no centro e fóra do centro. | CAA<br>CSIEE |
|  |  |  | Lista control e/ou rexistro anecdótico, e/ou rúbrica | 10%  | EFB1.2.1<br>EFB1.2.2<br>EFB1.2.3 | -Entregou todas as tarefas solicitadas.<br>-Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.<br>-Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia.<br>-Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.<br>-Ven sempre co seu equipamento | -Observación puntual do comportamento e actitude do alumno.<br>-Coavaliación do funcionamento como grupo.<br>-Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a.<br>-Valoración puntual do grao de esforzo amosado polo alumno/a.   | CSC<br>CAA   |
|  |  |  |  |      | EFB1.4.1                         | -Ven sempre co seu equipamento deportivo (chándal e tenis), como medio de prevención de riscos.  | -Anotación das sesións ás que non trouxo o equipamento deportivo específico da materia.  | CSIEE<br>CSC |
|  |  |  |  | 100% |                                  |  |  |              |

|       |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
|-------|--------------------|-------|------|------------------------------|-----|--|--|---|------------------------------|
| 2º    | Isto si é ximnasia | B1.1  | B1.1 | Proba de execución / rúbrica | 50% | EFB1.1.1<br>EFB1.1.2<br>EFB1.1.3<br>EFB1.4.3 | -É quen de escoller e realizar actividades propias do momento da sesión na que esteamos.<br>-Fai os quecementos de xeito consciente, como elemento e prevención de riscos.                                   | -Execución de quecementos e voltas á calma de xeito autónomo.   | CSC<br>CMCCT<br>CAA<br>CSIEE |
|       |                    | B1.2  | B1.2 |                              |     | EFB1.4.1<br>EFB1.4.3                         | -Recoñece os elementos de risco a ter en conta nas actividades propostas e adopta sempre as medidas de prevención recomendadas.  | -Realización de diferentes tarefas básicas de ximnasia deportiva e acrosport incidindo na súa execución segura.   | CSIEE<br>CSC                 |
|       |                    | B1.3  | B1.3 |                              |     | EFB1.4.2                                     | -Aplica correctamente o protocolo ante atragantamentos, perdas de consciencia e RCP.   | -Resolución de situacións nas que teña que aplicar o protocolo preciso, ante un accidente.  | CSIEE                        |
|       |                    | B1.5  | B1.4 |                              |     | EFB3.2.1                                     | -Participa activamente na procura de alcanzar retos deportivos para a mellora da condición física.<br>-Adquire hábitos de vida saudables, realizando no centro e fóra del, actividade física e/ou deportiva. | -Execución de retos para o desenvolvemento das habilidades básicas da ximnasia deportiva.<br>-Participa en actividades físicas e deportivas organizadas no centro e fóra do centro. | CAA                          |
|       |                    | B1.8  | B1.5 |                              |     | EFB3.2.3                                     | -Mantén unha boa hixiene corporal na execución das tarefas, con especial atención á columna, ao centro do corpo, os apoios e a como se fan e desfán as pirámides.  | -Realización con corrección postural, diferentes habilidades ximnásticas.<br>-Creación de figuras e pirámides diversas.   | CAA<br>CSIEE                 |
|       |                    | B1.9  | B2.1 |                              |     | EFB2.1.1<br>EFB2.1.2<br>EFB2.1.3<br>EFB2.1.4 | -Produce accións motoras con finalidade expresiva.   | -Execución de movementos encadeados de ximnasia deportiva, dotándoos de expresividade.<br>-Elaboración dunha coreografía grupal sobre a que basear o exercicio de acrosport.        | CCEC                         |
|       |                    | B1.10 | B3.1 |                              |     | EFB4.1.1                                     | -Realiza as tarefas atendendo ás indicacións de execución dadas pola profesora para o control de continxencias.  | -Execución segura de posturas invertidas, viravoltas, saltos, pirámides, figuras.<br>-Adopción dos diferentes roles no acrosport.   | CAA<br>CSIEE                 |
| B1.11 | B3.2               |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B1.12 | B4.1               |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B1.13 | B4.2               |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B1.14 |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B2.1  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B2.2  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B2.3  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B3.2  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B3.9  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B3.10 |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B4.1  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |
| B4.2  |                    |       |      |                              |     |  |  |   |                              |

|  |  |                                    |     |  |  |  |                                  |
|--|--|------------------------------------|-----|--|--|--|----------------------------------|
|  |  |                                    |     |  | <p>EFB4.1.2<br/>EFB4.1.3</p> <p>-É quen de autoavaliar a súa execución en relación a uns criterios coñecidos de antemán.<br/>-É quen de avaliar aos compañeiros, a partir duns criterios establecidos de antemán.</p>  | <p>-Preparación e execución dun exercicio grupal de acrosport.<br/>-Emprego do móbil como ferramenta para proporcionar feedbacks ao alumnado.<br/>-Avaliación da execución de compañeiros/as.</p>              | CAA<br>CSIEE                     |
|  |  |                                    |     |  | <p>EFB4.1.4</p> <p>-Mellorou o seu nivel na execución de habilidades ximnásticas facéndoas con desinhibición e seguridade.</p>   | <p>-Realización de circuitos de iniciación ás habilidades ximnásticas e ao acrosport con diferentes posibilidades de resolución.<br/>-Execución de tarefas con nivel crecente de dificultade.</p>              | CAA<br>CSIEE                     |
|  |  | Exame escrito e/ou proba obxectiva | 40% |  | <p>EFB1.1.2</p> <p>-Deseña correctamente quecementos xerais e específicos respectando as súas partes e incluíndo e exercicios diferentes en cada unha.<br/>-Describe os exercicios a realizar en cada fase do quecemento.</p>  | <p>-Confección dun quecemento xeral ou dun específico para ximnasia deportiva.</p>   | CSC<br>CAA<br>CCL                |
|  |  |                                    |     |  | <p>EFB1.4.2</p> <p>-Aplica correctamente o protocolo ante atragantamentos, perdas e consciencia e RCP.</p>   | <p>-Resolución de situacións nas que teña que aplicar o protocolo axeitado ante un accidente.</p>  | CSIEE<br>CCL                     |
|  |  |                                    |     |  | <p>EFB3.1.1<br/>EFB3.1.2<br/>EFB3.1.3</p> <p>-Identifica as capacidades físicas implicadas nas actividades propostas.<br/>-É quen de relacionar os contidos actuais cos da UD 1.</p>   | <p>-Identificación da/s capacidade/s traballada/s nas tarefas propostas.<br/>-Relación dos contidos traballados nesta UD cos traballados na UD1</p>  | CMCCT<br>CCL                     |
|  |  |                                    |     |  | <p>EFB1.5.1<br/>EFB1.5.2<br/>EFB1.3.3<br/>EFB3.1.6<br/>EFB3.2.4</p> <p>-Sabe facer uso da tecnoloxía para profundar nos seus aprendizaxes e mellorar a súa condición física a través do ritmo.<br/>-Usa correctamente as tecnoloxías para escoller cancións axeitadas a súa coreografías e para retratar as composicións que fagan.<br/>-Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións</p> | <p>-Emprego do móbil para buscar bases musicais para as súas composicións e para retratalas.<br/>-Lectura e análise de artigos que traten temas de saúde relacionados co que se está a traballar en clase.</p> | CD<br>CCL<br>CAA<br>CSC<br>CMCCT |



|       |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
|-------|---------------------------|-------|------|------------------------------------|-----|--|--|--|----------------------------------|
| 3º    | Voleibol e voleibol praia | B1.1  | B1.1 | Exame escrito e/ou proba obxectiva | 40% | EFB1.1.2   | -Deseña correctamente quecementos específicos respectando as súas partes e incluíndo e exercicios diferentes en cada unha.<br>-Describe os exercicios a realizar en cada fase do quecemento.                                       | -Confección dun quecemento específico para volei.  | CSC<br>CAA<br>CCL                |
|       |                           | B1.2  | B1.2 |                                    |     | EFB1.5.1<br>EFB1.5.2<br>EFB1.3.3<br>EFB3.1.6<br>EFB3.2.4 | -Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións<br>-Coñece e sabe xustificar a relación entre a práctica do volei e os seus beneficios na saúde.<br>-Reflexiona sobre os estereotipos corporais asociados ao volei praia. | -Lectura e análise crítica de artigos que traten con temas relacionados cos estereotipos corporais asociados co volei praia.       | CD<br>CCL<br>CAA<br>CSC<br>CMCCT |
|       |                           | B1.3  | B1.3 |                                    |     | EFB3.1.1   | -Identifica as capacidades físicas implicadas nas actividades propostas.<br>-É quen de relacionar os contidos actuais cos da UD1 e os da UD2.  | -Identificación da/s capacidade/s traballada/s nas tarefas propostas.  | CMCCT<br>CCL                     |
|       |                           | B1.4  | B1.4 |                                    |     | EFB3.1.2<br>EFB3.1.3                                     | -É quen de relacionar a resistencia, a forza e a flexibilidade cos beneficios que reportan a nivel de saúde, nos diferentes sistemas do organismo.   | -Enumeración de beneficios que para a saúde ten a práctica habitual das capacidades de resistencia, forza e flexibilidade.         | CMCCT<br>CCL                     |
|       |                           | B1.5  | B1.5 |                                    |     | EFB1.1.1<br>EFB1.1.2<br>EFB1.1.3<br>EFB1.4.3             | -É quen de escoller e realizar actividades propias do momento da sesión na que esteamos.<br>-Fai os quecementos de xeito consciente, como elemento e prevención de riscos.   | -Execución e dirección de quecementos e voltas á calma de xeito autónomo.  | CSC<br>CMCCT<br>CAA<br>CSIEE     |
|       |                           | B1.8  | B1.4 |                                    |     | EFB1.4.1<br>EFB1.4.3                                     | -Recoñece os elementos de risco que supón a práctica do volei e do volei praia.  | -Realización de exercicios de disociación.<br>-Execución de tarefas de pase-recepción e de recepción sobre superficies inestables. | CSIEE<br>CSC                     |
|       |                           | B1.9  | B1.4 |                                    |     | EFB2.1.2   |  |  | CCEC                             |
|       |                           | B1.10 | B1.5 |                                    |     |  |  |  |                                  |
|       |                           | B1.12 | B2.1 |                                    |     |  |  |  |                                  |
|       |                           | B1.13 | B2.1 |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B1.14 | B3.1                      |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B2.1  | B3.2                      |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B2.2  | B3.2                      |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B2.3  | B4.1                      |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B3.1  | B4.2                      |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B3.2  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B3.4  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B3.6  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B3.9  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B3.10 |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B4.1  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B4.4  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
| B4.5  |                           |       |      |                                    |     |  |  |  |                                  |
|       |                           |       |      | Proba de execución                 | 50% |  |  |  |                                  |



|  |  |  |  |  |  |  |  |              |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--------------|
|  |  |  |  |  | EFB2.1.3                                     | -Colabora con interese e desinhibición no deseño e realización de danzas de presentación do equipo.  | -Creación e representación dunha danza grupal.   | CCEC         |
|  |  |  |  |  | EFB3.2.1                                     | -Participa activamente na procura de alcanzar retos deportivos para a mellora da condición física.   | -Execución de retos para o desenvolvemento das capacidades físicas e das habilidades específicas do volei e do volei praia.  | CAA          |
|  |  |  |  |  | EFB4.1.1<br>EFB4.1.4<br>EFB4.1.5             | -Aplica con corrección os aspectos técnicos básicos de pase-recepción.<br>-Modifica a intensidade dos seus movementos cando é atacante con e sen balón.<br>-Perde menos balóns dende o inicio da UD<br>-Adapta mellor o seu desprazamento en ataque e defensa aos desprazamentos dos/as compañeiros/as | -Execución de tarefas xogadas de volei.<br>-Execución de tarefas analíticas de pase e recepción.<br>-Execución de tarefas de cooperación e oposición.<br>-Execución dunha competición de volei e de volei praia. | CAA<br>CSIEE |
|  |  |  |  |  | EFB4.1.2                                     | -Autoavalía a súa execución en relación ao saque, pase e recepción.  | -Execución de tarefas de saques, pases e recepcións con reflexión final sobre a propia execución.  | CAA<br>CSIEE |
|  |  |  |  |  | EFB4.1.3                                     | -Verbaliza correctamente como debe ser a intensidade do desprazamento cando se é atacante con balón e sen balón.<br>-Avalía con coñecemento como debe facerse un pase, para que chegue ao seu destino e unha recepción para que sexa efectiva.   | -Argumentación reflexiva de por que fallou un pase ou unha recepción.  | CAA<br>CSIEE |
|  |  |  |  |  | EFB4.2.1<br>EFB4.2.2<br>EFB4.2.3<br>EFB4.2.4 | -Resolve eficazmente situacións motoras de cooperación-oposición facilitadas, discriminando os estímulos mais relevantes.  | -Execución de diferentes tarefas xogadas de cooperación-oposición en situación de desigualdade numérica ou de igualdade numérica e diferentes sistemas de ataque e defensa.                                      | CAA<br>CSIEE |

|  |  |  |  |   |      |   |  |                                    |
|--|--|--|--|---|------|---|--|------------------------------------|
|  |  |  |  |   |      | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Entregou todas as tarefas solicitadas.</li> <li>-Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.</li> <li>-Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia.</li> <li>-Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.</li> <li>-Ven sempre co seu equipamento deportivo (chándal e tenis), como medio de prevención de riscos e emprego responsable do material.</li> <li>-Participa activamente e ao longo de toda a clase, na mellora das súas capacidades físicas básicas</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a.</li> <li>-Observación puntual do comportamento do alumno.</li> <li>-Coavaliación do funcionamento como grupo.</li> <li>-Anotación das sesións ás que non trouxo o equipamento deportivo específico da materia.</li> <li>-Valoración puntual do grao de esforzo amosado polo alumno/a.</li> </ul> | <p>CSC</p> <p>CSIEE</p> <p>CAA</p> |
|  |  |  |  | Lista control e/ou rexistro anecdótico, rúbrica | 10%  | <p>EFB1.2.1</p> <p>EFB1.2.2</p> <p>EFB1.2.3</p> <p>EFB1.4.1</p> <p>EFB3.2.1</p>   |  |                                    |
|  |  |  |  |   | 100% |   |  |                                    |

| T<br>R<br>I | U.D.<br><b>4ºESO</b>       | CONTIDOS  | CRITERIOS DE<br>AVALIACIÓN                                   | INSTRUMENTOS<br>AVALIACIÓN                               | PONDERACIÓN<br>INSTRUMENTOS | ESTÁNDARES<br>APRENDIZAXE<br>(en VERMELLO<br>OS BÁSICOS) | INDICADORES LOGRO /<br>GRAO MÍNIMO DE<br>CONSECUCCIÓN   | SITUACIÓN<br>DE<br>AVALIACIÓN  | COMPETENCIAS<br>ASOCIADAS |
|-------------|----------------------------|---|--|--|-----------------------------|--|---|--|---------------------------|
| 1º          | Somos personal<br>trainers | B1.1<br>B1.2<br>B1.3<br>B1.4<br>B1.8<br>B1.9<br>B1.13<br>B3.1<br>B3.2<br>B3.3<br>B3.4<br>B3.5<br>B3.6<br>B3.8 | B1.1<br>B1.2<br>B1.3<br>B1.4<br>B1.5<br>B1.6<br>B3.1<br>B3.2 | Exame escrito<br>e/ou<br>Proba<br>obxectiva<br>/ rúbrica | 40%                         | EFB1.1.1<br>EFB1.1.2                                     | -Deseña quecementos de forma<br>correcta e creativa, tendo en<br>conta o contido da parte<br>principal da sesión.<br>-Deseña voltas á calma, a partir<br>da análise do contido da PP da<br>sesión.  | -Confección dun quecemento<br>xeral e/ou específico, e da<br>volta á calma dunha sesión, a<br>partir do análise do contido da<br>parte principal da mesma.   | CSC<br>CCL                |
|             |                            |   |  |  |                             | EFB3.1.1<br>EFB3.1.2<br>EFB3.1.3<br>EFB3.2.1             | -Nomea e explica os beneficios<br>máis importantes que a<br>actividade física regular ten<br>para a saúde individual e<br>colectiva, así como os riscos<br>sobre ela dos malos hábitos.<br>-Coñece e entende a definición<br>de saúde da OMS.<br>-Coñece as recomendacións da<br>OMS sobre actividade física e<br>sedentarismo nas diferentes<br>franzas de idade.<br>-Demostra coñecer os<br>beneficios máis salientables do<br>traballo da forza, resistencia e<br>flexibilidade, para a saúde<br>individual e colectiva.<br>-Sabe calcular a FCM e a % na<br>que debe traballala súa<br>resistencia aeróbica, buscando<br>beneficios para a súa saúde.<br>-Xustifica a elección de<br>determinados exercicios de<br>forza, resistencia e flexibilidade<br>como medio para evitar as<br>dores musculares mais<br>habituais producidas polo<br>sedentarismo e os malos<br>hábitos. | -Lectura e análise de artigos e<br>visionado de vídeos nos que se<br>relaciona a actividade física cos<br>beneficios para a saúde (LDL,<br>IMC..)<br>-Cálculo do IMC e do ITC<br>-Avaliación do seu nivel de<br>condición física saudable a<br>través de test específicos e<br>posterior análise crítico do<br>resultado.<br>-Cálculo das % de traballo da<br>resistencia, en función dos seus<br>intereses.<br>-Lectura e análise crítica de<br>etiquetas de alimentos, así como<br>cálculo das calorías aportadas<br>por cada nutrinte.<br>-Deseño de actividades de forza,<br>resistencia e flexibilidade para<br>prever problemas de saúde, en<br>consonancia cas<br>recomendacións da OMS | CMCCT<br>CCL              |

|  |  |  |  |  |            |   |   |   |                             |
|--|--|--|--|--|------------|---|---|---|-----------------------------|
|  |  |  |  |  |            | <p>EFB1.6.1<br/>EFB1.6.2<br/>EFB1.6.3<br/>EFB4.3.2</p>              | <p>-Analiza e relaciona informacións sobre temáticas vinculadas á actividade física, utilizando recursos tecnolóxicos.</p> <p>-Presenta un vídeo titorial, seguindo as consignas dadas, nas que informa como pode traballarse de forma autónoma, unha capacidade física concreta.</p> | <p>-Lectura e análise crítica de artigos así como visionado de vídeos que traten contidos tratados nesta UD.</p> <p>-Gravación dun vídeo titorial en pequeno grupo, sobre como pode traballarse unha das capacidades físicas básicas traballadas na UD, empregando materiais e espazos naturais do entorno próximo ao alumnado.</p> | <p>CD<br/>CCL</p>           |
|  |  |  |  | <p>Proba de execución e/ou rúbrica</p> | <p>50%</p> | <p>EFB1.1.1<br/>EFB1.1.2<br/>EFB1.1.3<br/>EFB1.4.1</p>              | <p>-Prepara e leva á práctica de xeito autónomo e sen erros, quecementos xerais e/ou específicos orixinais e voltas á calma, a partir do contido principal da sesión, como medio de prevención de lesións.</p>  | <p>-Realización autónoma de quecementos e fases finais da sesión.</p>   | <p>CSC<br/>CSIEE</p>        |
|  |  |  |  |  |            | <p>EFB1.6.2<br/>EFB1.6.3<br/>EFB3.2.2</p>                           | <p>-Adquire hábitos de vida saudables, realizando no centro e incluso organizando, actividade física e/ou deportiva.</p> <p>-Participa en retos que supoñan unha melloría da súa condición física.</p>  | <p>-Participa de xeito voluntario en actividades físicas e deportivas organizadas no centro.</p> <p>-Obsérvase unha melloría ampla no resultado obtido polo alumnado na execución dos retos.</p>  | <p>CD<br/>CCL<br/>CMCCT</p> |
|  |  |  |  |  |            | <p>EFB1.4.1<br/>EFB3.2.1<br/>EFB3.2.2<br/>EFB3.2.3<br/>EFB3.2.4</p> | <p>-Valora criticamente o seu estado de saúde e condición física, a través de diversas probas e medicións.</p> <p>-Deseña e leva a práctica de xeito autónomo, un plan de adestramento co fin de mellorar as súas capacidades físicas dándolles unha orientación saudable.</p>        | <p>-Execución de diferentes test de forza, resistencia e flexibilidade, así como do cálculo do se IMC e ICT.</p> <p>-Posta en práctica dun programa de adestramento adaptado ás súas posibilidades e intereses, no que traballe de xeito ben argumentado diferentes capacidades e empregue diferentes métodos e espazos.</p>        | <p>CMCCT<br/>CSIEE</p>      |
|  |  |  |  |  |            | <p>EFB3.1.1</p>   | <p>-Amosa compromiso co coidado do medio ambiente durante a realización de actividade física.</p>   | <p>-Realización e proposta de actividades e materiais que amosan un compromiso co coidado do medio ambiente.</p>  | <p>CMCCT</p>                |
|  |  |  |  |  |            |   |   |   |                             |

|    |   |       |      |                                    |      |   |  |   |   |
|----|---|-------|------|------------------------------------|------|---|--|---|---|
|    |   |       |      |                                    |      | <p>EFB1.5.1</p> <p>EFB1.5.2</p> <p>EFB1.2.1</p> <p>EFB1.2.2</p> <p>EFB1.2.3</p> <p>EFB1.3.1</p> <p>EFB1.3.3</p> <p>EFB1.4.1</p> | <p>-Entregou todas as tarefas solicitadas.</p> <p>-Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.</p> <p>-Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia.</p> <p>-Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.</p>  | <p>-Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a.</p> <p>-Co avaliación do funcionamento como grupo.</p> <p>-Resolución de tarefas de xeito individual e cooperativo.</p> <p>-Valoración puntual do grao de esforzo manifestado polo alumnado.</p> <p>-Rexistro das sesións nas que o alumnado non respectou as normas da materia en relación á vestimenta.</p>   | CSC   |
|    |   |       |      |                                    | 100% |   |  |   |   |
| 2º | Creamos xogos e deportes alternativos e adaptados | B1.1  | B1.1 | Exame escrito e/ou proba obxectiva | 40%  | <p>EFB1.1.1</p> <p>EFB1.1.2</p>   | <p>-Deseña quecementos de forma correcta e creativa, tendo en conta o contido da parte principal da sesión.</p> <p>-Deseña voltas á calma, a partir da análise do contido da PP da sesión.</p>   | <p>-Confección dun quecemento xeral e/ou específico, e da volta á calma dunha sesión, a partir do análise do contido da parte principal da mesma.</p>   | CSC<br>CCL  |
|    |   | B1.2  | B1.2 |                                    |      |   | <p>-Recoñece e argumenta o valor educativo dos deportes alternativos e adaptados polo seu carácter integrador e igualitario.</p> <p>-Entende e explica a orixe dos xogos e deportes alternativos, enumerando as características e obxectivos que perseguen.</p> <p>-Argumenta correctamente a relación positiva que hai entre a práctica de xogos e deportes alternativos e a mellora da saúde en senso amplo.</p> <p>-Argumenta positivamente as decisións tomadas sobre modificacións nas normas dos xogos, do uso do material, etc. para facelos igualitarios e accesibles.</p> | <p>-Resolución por escrito de cuestións sobre os valores do deporte, a orixe dos deportes alternativos e adaptados , a súa relación ca saúde e ás características dos mesmos.</p> <p>-Actividade <i>Que evento deportivo é?</i></p> <p>-Proposición para levar á practica, de actividades creativas e estratexias alternativas como medio para traballar a cohesión grupal e a condición física.</p> <p>-Argumentación por escrito a súa proposta de xogo alternativo e as normas establecidas nel, baseada nas características destes xogos.</p> | CSC<br>CCEC<br>CMCCT<br>CD<br>CCL<br>CAA<br>CSIEE |
|    |   | B1.3  | B1.3 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.4  | B1.4 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.5  | B1.5 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.6  | B1.6 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.7  | B3.1 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.8  | B3.2 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.9  | B4.1 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.10 | B4.2 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.11 | B4.3 |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.12 |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B1.13 |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B3.1  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B3.2  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B3.5  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B3.6  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B3.7  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B4.1  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B4.2  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B4.3  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B4.4  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B4.5  |      |                                    |      |   |  |   |   |
|    |   | B4.6  |      |                                    |      |   |  |   |   |

|  |  |  |                                 |     |   |  |   |  |
|--|--|--|---------------------------------|-----|---|--|---|--|
|  |  |  |                                 |     | <p>EFB1.6.1<br/>EFB1.6.2<br/>EFB1.6.3</p>   | <p>-Busca información sobre os deportes alternativos e adaptados, a elabora e a comunica.</p>  | <p>-Deseño cooperativo dun póster publicitario sobre o xogo alternativo deseñado, seguindo os criterios establecidos.<br/>-Actividade: redactamos un <i>artigo de opinión</i>.<br/>-Uso de códigos qr para informar sobre o xogo alternativo creado.</p>  | <p>CD<br/>CCL<br/>CMCCT</p>            |
|  |  |  |                                 |     | <p>EFB1.4.1<br/>EFB1.4.2<br/>EFB1.4.3</p>   | <p>-Define de forma básica as lesións máis frecuentes no ámbito deportivo e describe correctamente o protocolo a seguir ante ditas lesións<br/>-Describe correctamente os protocolos a seguir ante unha lesión ou accidente habitual na práctica deportiva.<br/>-Entende o quecemento como a 1ª medida preventiva fronte as lesións.</p>   | <p>-Definición por escrito de forma básica, das lesións máis frecuentes no ámbito deportivo e descrición correcta dos protocolos a seguir ante ditas lesións e/ou accidentes (hemorragias, contusións, esguices, contracturas, atragantamentos, perda da consciencia e parada cardiorrespiratoria)<br/>-Argumentación dos pasos dados ante un accidente ou lesión concreta.</p>   | <p>CSIEE<br/>CCL</p>                   |
|  |  |  | Proba de execución e/ou rúbrica | 50% | <p>EFB1.1.1<br/>EFB1.1.2<br/>EFB1.1.3<br/>EFB1.4.1<br/>EFB3.1.1<br/>EFB3.1.3<br/>EFB3.2.1<br/>EFB4.1.1<br/>EFB4.1.2<br/>EFB4.1.3<br/>EFB4.2.1<br/>EFB4.2.2<br/>EFB4.2.3<br/>EFB4.2.4<br/>EFB4.2.5<br/>EFB4.2.6<br/>EFB4.3.1<br/>EFB4.3.2<br/>EFB4.3.3</p> | <p>-Prepara e leva á práctica quecementos específicos orixinais e voltas á calma, como medio de prevención de lesións.<br/>-Propón xogos alternativos que cumpran cas características dos mesmos<br/>-Selecciona o material e os espazos a empregar utilizando como criterios, que sexa seguro, accesible, respectuoso co medio ambiente e facilite a participación de todo o alumnado, independentemente das súas características.<br/>-É quen de explicar os valores educativos dos xogos alternativos/ adaptados e a súa relación coa SAUDE, nos termos cos que a OMS a define.</p> | <p>-Deseño cooperativo e posta en práctica de sesións de xogos alternativos a partir da modificación dos elementos formais de deportes tradicionais, <u>onde debe argumentar</u> a modificación feita de eses elementos formais e que aspectos da saúde se pretende traballar e como (física, psicolóxica e/ou social)<br/>-Práctica de diversos xogos e deportes alternativos e adaptados, individuais e colectivos.</p> | <p>CSC<br/>CAA<br/>CSIEE<br/>CMCCT</p> |

|    |                            |  |  |   |      |  |  |   |                             |
|----|----------------------------|--|--|---|------|--|--|---|-----------------------------|
|    |                            |  |  |   |      | <p>EFB1.6.2<br/>EFB1.6.3<br/>EFB3.2.2</p>  | <p>-Adquire hábitos de vida saudables, realizando no centro e incluso organizando, actividade física e/ou deportiva.</p>   | <p>-Participa de xeito voluntario en actividades físicas e deportivas organizadas no centro.</p>  | <p>CD<br/>CCL<br/>CMCCT</p> |
|    |                            |  |  | Rúbrica, lista control e/ou rexistro anecdótico | 10%  | <p>EFB1.5.1<br/>EFB1.5.2<br/>EFB1.2.1<br/>EFB1.2.2<br/>EFB1.2.3<br/>EFB1.3.1<br/>EFB1.3.3<br/>EFB1.4.1</p>   | <p>-Entregou todas as tarefas solicitadas.</p> <p>-Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.</p> <p>-Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia.</p> <p>-Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.</p>  | <p>-Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a.</p> <p>-Co avaliación do funcionamento como grupo.</p> <p>-Resolución de tarefas de xeito individual e cooperativo.</p> <p>-Valoración puntual do grao de esforzo manifestado polo alumnado.</p> <p>-Rexistro das sesións nas que o alumnado non respectou as normas da materia en relación á vestimenta.</p>   | <p>CSC<br/>CSIEE</p>        |
|    |                            |  |  |   | 100% |  |  |   |                             |
| 3º | 3. Imos ser empresarios!!! | <p>B1.1<br/>B1.2<br/>B1.3<br/>B1.4<br/>B1.7<br/>B1.8<br/>B1.9<br/>B1.10<br/>B1.11<br/>B1.12<br/>B1.13<br/>B2.1<br/>B3.1<br/>B3.2<br/>B3.6<br/>B3.7</p> | <p>B1.1<br/>B1.2<br/>B1.3<br/>B1.4<br/>B1.5<br/>B1.6<br/>B2.1<br/>B3.1<br/>B3.2<br/>B4.1<br/>B4.2<br/>B4.3</p> | Proba de execución e rúbrica                    | 60%  | <p>EFB1.6.1<br/>EFB1.6.2<br/>EFB1.6.3<br/>EFB1.1.1<br/>EFB1.1.2<br/>EFB1.1.3<br/>EFB1.2.3<br/>EFB1.4.1<br/>EFB2.1.1<br/>EFB2.1.2<br/>EFB2.1.3<br/>EFB3.1.1<br/>EFB3.1.2<br/>EFB3.2.1<br/>EFB4.2.5<br/>EFB4.2.6</p> | <p>-Utiliza as tecnoloxías da información para preparar os eventos a organizar, levalos a cabo e/ou para filmalos e elaborar o dossier a entregar.</p> <p>-Divulga coa antelación suficiente e por medios variados, os eventos organizados pola súa empresa.</p> <p>-Entrega o dossier das actividades deseñadas e dirixidas, cunha calidade moi alta.</p> <p>-Prepara e leva á práctica quecementos específicos, así como voltas á calma, a partir da</p> | <p>-Elaboración e entrega dun dossier que debe cumprir cos puntos e requisitos esixidos.</p> <p>-Recollida por medios audiovisuais, dos eventos organizados.</p> <p>-Co avaliación e autoavaliación do grupo.</p> <p>-Deseño dos carteis publicitarios e divulgación a través deles das actividades a realizar.</p> <p>-Planificación, organización e posta en práctica dunha sesión de actividade física e/ou deportiva, a través da elaboración previa dunha PTO, que debe conter os obxectivos</p> | <p>CD<br/>CCL</p>           |

|  |  |   |  |  |  |                                  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|--|----------------------------------|---|--|--|
|  |  | B4.2<br>B4.3<br>B4.4<br>B4.5<br>B4.6          |  |  |  | EFB4.3.2<br>EFB4.3.3<br>EFB3.2.2 | <p>análise da parte principal da sesión.</p> <p>-Presenta propostas respectuosas co medio ambiente ben argumentadas, creativas, seguras, orixinais e actuais de actividade física saudable e as dirixe con acerto.</p> <p>-Adquire hábitos de vida saudables, realizando no centro e incluso organizando, actividade física e/ou deportiva.</p> | <p>saudables perseguidos coa proposta presentada.</p> <p>-Autoavaliación e coevaluación posterior á dirección da sesión, das actividades propostas.</p> <p>-Participa de xeito voluntario en actividades físicas e deportivas organizadas no centro.</p>   | <p>CSC<br/>CMCCT<br/>CAA<br/>CSIEE<br/>CCEC<br/>CCL<br/>CMCCT<br/>CD<br/>CCL</p>   |
|  |  | Rúbricas, rexistro anecdótico e lista control |  |  |  | 10%                              | <p>EFB1.5.1<br/>EFB1.5.2<br/>EFB1.2.1<br/>EFB1.2.2<br/>EFB1.2.3<br/>EFB1.3.1<br/>EFB1.3.3<br/>EFB1.4.1</p>  | <p>-Entregou todas as tarefas solicitadas.</p> <p>-Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesora e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.</p> <p>-Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia.</p> <p>-Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.</p> | <p>-Anotación das tarefas entregadas polo alumnado.</p> <p>-Coavaliación do funcionamento como grupo.</p> <p>-Avaliación da organización dos eventos organizados por outras empresas.</p> <p>-Organización de eventos deportivos.</p> <p>-Observación e rexistro da actitude do alumno ao longo das sesións.</p> <p>-Avaliación da organización dos eventos por parte da profesora.</p> <p>-Rexistro das sesións nas que o alumnado non trouxo o equipamento axeitado segundo o papel a asumir ( participante / organizador)</p> |



|  |  |  |  |  |      |   |  |  |                      |
|--|--|--|--|--|------|---|--|--|----------------------|
|  |  |  |  | Exame escrito<br>ou probas<br>obxectivas | 30%  | <p>EFB1.6.1</p> <p>EFB1.6.2</p> <p>EFB1.6.3</p> | <p>-É que de analizar criticamente informacións actuais relacionadas con temáticas que estamos a desenvolver, amosando dominio sobre os contidos e a súa relación, e presentando o seu traballo cunha expresión escrita correcta.</p> <p>-Emprega con suficiencia medios tecnolóxicos para afondar nas relacións entre diferentes contidos tratados ao longo do curso e que se visibilizan nas propostas presentadas polos diferentes grupos.</p> <p>-Comunica e comparte a información elaborada, nos soportes e nos contornos establecidos para elo.</p> | <p>-Presentación dun traballo por medios tecnolóxicos no que se reflicta a súa aportación ao traballo grupal e relacione este con diversos contidos traballados ao longo do curso.</p> | <p>CD</p> <p>CCL</p> |
|  |  |  |  |  | 100% |   |  |  |                      |

A continuación presentamos algunhas das rúbricas que empregaremos neste curso.

\*Outorgarase asignando a cada alumno/a o nivel no que cumpra a maior parte dos criterios.

| NIVEL /<br>CATEGORÍA                        | RÚBRICA SOBRE A ASUNCIÓN DOS ESTÁNDARES TRANSVERSAIS DO CURSO  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
|   | NIVEL 4<br>Alumno/a Moi Comprometido/a   | NIVEL 3<br>Alumno/a Comprometido/a  | NIVEL 2<br>Alumno/a Pouco comprometido/a  | NIVEL 1<br>Alumno/a Nada comprometido/a   |
| <b>ESFORZO E COMPROMISO<br/>COA MATERIA</b> | -Entregou todas as tarefas solicitadas.<br>-Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.<br>-Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia.<br>-Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos. | -Entregou a maioría das tarefas solicitadas.<br>-Amósase sempre respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.<br>-Asume case sempre a súa responsabilidade na materia.<br>-Amosou bastante esforzo para conseguir os obxectivos. | -Entregou algunha das tarefas solicitadas.<br>-Amósase case sempre respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.<br>-Asume pouco a súa responsabilidade na materia.<br>-Amosou pouco esforzo para conseguir os obxectivos. | -Non entregou ningunha das tarefas solicitadas.<br>-Amósase case sempre respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas.<br>-Asume moi pouco a súa responsabilidade individual na materia.<br>-Amosou moi pouco esforzo para conseguir os obxectivos. |
| <b>Puntuación*</b>                          | 1 punto  | 0,5   | 0,25  | 0   |

### 5. Concrecións metodolóxicas que require a materia.

Os criterios metodolóxicos que rexen a nosa programación serán os seguintes: **metodoloxías activas e contextualizadas, uso de estruturas de aprendizaxe cooperativas, deseño de tarefas e secuencias adaptadas aos diferentes niveis, formas e ritmos de aprendizaxe distintos co fin de atender á diversidade, uso variado dos recursos e materiais, integración das tecnoloxías da información, uso de metodoloxías que teñan a súa base na descuberta guiada, a resolución de problemas, a cooperación e o desenvolvemento da creatividade do alumno.**

No desenvolvemento das diferentes Unidades Didácticas tentaremos utilizar **estilos de ensino variados**, máis ou menos directivos tanto ao longo de cada curso como no transcurso dos diferentes cursos académicos (máis directivos no primeiro trimestre e menos no terceiro; máis directivos no primeiro e no segundo curso e progresivamente menos directivos no terceiro e moito menos no cuarto curso), como en función do tipo de contido

a traballar. Utilizaremos tanto a instrución directa “dulcificada” como estilos que promovan a creatividade e o compromiso cognitivo do alumnado, , sendo o desenvolvemento da autonomía e responsabilidade do alumnado, un dos eixes da nosa práctica docente.

Igualmente e en coherencia co anterior, utilizaremos diferentes **tipos de tarefas** , *tarefas definidas, semidefinidas e tamén integradas*, que nos permitan traballar diferentes competencias á vez en funcións dos diferentes contidos, cursos, niveis e ritmos de aprendizaxe mostrados polos alumnos, aproveitando ao máximo o escaso tempo que temos na nosa área.

A pesares da situación sanitaria, e respectando todas as medidas de seguridade, recorreremos ao **traballo cooperativo** en tódolos cursos como metodoloxía que permita ao alumnado investigar, interaccionar, dialogar, propor ideas, escoitar, discutilas e construír a súa aprendizaxe, desenvolvendo varias competencias clave e potenciando a inclusión de todo o alumnado.

Estas liñas metodolóxicas tentaremos mantelas tamén nunha situación de ensino non presencial e semipresencial.

### **5.1 Aspectos organizativos. Organización do espazo, do tempo e dos alumnos.**

a) Respecto a **organización do espazo**, seguiremos tres premisas básicas:

- 1-Priorizar o uso dos espazos ao aire libre, sempre que as condicións climatolóxicas así o fagan posible.
- 2-Que posibilite que todo o alumnado teña fácil acceso á información, prestando especial atención ao alumnado con necesidades educativas especiais.
- 3-Que permita un aproveitamento óptimo do tempo e do material por parte de todos/as os alumnos/as, evitando a colocación incorrecta do mesmo para evitar posibles accidentes.
- 4- Ao control de continxencias, de xeito que se garantice unha práctica segura por parte do alumnado.
- 5-Que o espazo sexa un elemento potenciador das aprendizaxes.

b) Respecto á **utilización do tempo**, a premisa fundamental que rexerá as propostas prácticas que se fagan será *o máximo aproveitamento do tempo de práctica por parte do alumnado, para elo:*

-Dende o primeiro momento deixaremos claro as medidas de hixiene a aplicar na clase de Educación Física, para que as mesmas nos fagan perder o menor tempo posible.

- Dende a primeira sesión ensinaremos ao alumnado como debe distribuírse no espazo para manter a distancia social. Tentaremos deste xeito perder o menor tempo posible nas sesións seguintes ao tratar este aspecto.

-Tentaremos ser moi concretos nas fase informativa da sesión.

-Proporemos tarefas con alto grado de compromiso motor, minimizando a utilización dos recursos materiais e maximizando o uso dos espazos dos que dispoñemos.

-Que haxa un contínuum nas tarefas a realizar nunha mesma sesión e entre sesións, de modo que non se perda tempo na organización dos grupos, na súa distribución...

-Para inculcar hábitos de hixiene ao alumnado, nos últimos minutos de cada clase o alumnado poderá ir a asearse.

-Cada unha das sesións as dividirei en 5 partes: información inicial, fase de activación, parte principal, volta á calma e información final.

c) Respecto á **organización dos alumnos:**

-O alumnado esperará na súa aula ordinaria a que o profesor/a vaia buscar. Ao remate da sesión acompañarémolos de novo a súa aula.

-Durante as clases, os criterios que rexerán na organización do alumnado será:

- Facer agrupamentos estables en cada sesión para que non se perda tempo.
- Empregar recursos variados que permitan crear rapidamente os agrupamentos.

- A organización do alumnado en canto a ocupación do espazo será a que facilite o aproveitamento máximo do tempo de traballo e permita ao profesorado a observación de todo o alumnado.
- A inclusión e a coeducación.

### 6. Materiais e recursos didácticos que se vaian utilizar.

Os recursos materiais dos que dispón o Departamento de Educación Física son:

| MATERIAL DEPORTIVO |  |
|--------------------|--|
| UNIDADES           | MATERIAL   |
| 20                 | Aros (15 grandes e 5 pequenos)                       |
| 8                  | Balizas  |
| 18                 | Balóns de baloncesto                                 |
| 19                 | Balóns de balonmán (3 azuis / 7 amarelos / 9 varios) |
| 4                  | Balón de fútbol sala                                 |
| 10                 | Balóns de espuma                                     |
| 9                  | Balóns de rugby (6 de rugby e 3 de fútbol americano) |
| 21                 | Balóns de voleibol                                   |
| 2                  | Balón de ximnasia rítmica                            |
| 2                  | Balóns de lanzamento de martelo                      |
| 9                  | Balóns medicinais (2 de 2kg / 4 de 3 kg / 3 de 4 kg) |
| 8                  | Bancos suecos  |
| 1/ 3               | Banda de látex de densidade media (azul) / amarelas  |
| 1/3                | Banda de látex de resistencia alta (rosa) / verdes   |
| 15                 | Bandas elásticas de diferente resistencia            |
| 1                  | Barra de dominadas                                   |
| 1                  | Bate plástico de béisbol                             |
| 10                 | Botes volantes bádminton                             |

|    |   |
|----|---|
| 23 | Brúxulas  |
| 2  | Carros porta-material   |
| 1  | Cinta métrica de 50 mts.  |
| 9  | Cintas elásticas de fitness (5 verdes suaves / 4 azuis médium)                                      |
| 16 | Colchóns  |
| 23 | Colchóns finos (esterillas)   |
| 2  | Colchóns grosos (quitamedos)  |
| 1  | Compresor eléctrico   |
| 23 | Cordas (6 verdes / 1 azul / 16 brancas)   |
| 2  | Cordas grandes  |
| 28 | Conos (18 amarelos pequenos) / 5 de 50 Cm e 5 de 32 Cm  |
| 2  | Contrapesos voleibol  |
| 3  | Discos lanzamento   |
| 13 | Frisbee   |
| 28 | Indiaca   |
| 3  | Mesas tenis de mesa   |
| 1  | Minitramp   |
| 20 | Paus cesta punta (11 azuis / 7 vermellos / 2 rosas)   |
| 6  | Pelotas fit ball (5 de 55cm / 1 de 75cm)  |
| 40 | Pelotas plásticas de petanca  |
| 24 | Pelotas de Hóckey plásticas brancas + 2 grandes   |
| 23 | Pelotas de tenis  |
| 20 | Pelotas tenis de mesa   |
| 11 | Pelotas petanca   |
| 29 | Petos (1 laranxa / 5 azuis talla XXL / 10 vermellos sen número / 8 vermellos con número / 5 verdes) |
| 22 | 16 de Picas de madeira e 6 de plástico  |
| 1  | Plinton   |
| 3  | Podómetros  |
| 2  | Porterías pequenas  |
| 2  | Postes de salto de altura   |

|    |   |
|----|---|
| 2  | Postes de voleibol                        |
| 27 | Raquetas de bádminton                     |
| 2  | Raquetas tenis de mesa                    |
| 2  | Redes azuis para gardar balóns baloncesto |
| 4  | Redes para aros baloncesto                |
| 3  | Redes tenis de mesa                       |
| 2  | Redes de voleibol                         |
| 24 | Sticks de hóckey (12 azuis / 12 amarelos) |
| 3  | TRX                                       |
| 5  | Valados metálicos                         |
| 4  | Valados de plástico                       |
| 3  | Volantes xigantes                         |
| 3  | Xogos de cesta                            |
| 2  | Xogos de man-pe                           |
| 5  | Xogos de pares de zancos baixos           |
| 5  | Xogos de pares de zancos altos            |

Polo feito de participar no proxecto de innovación Edusostible e Edusaúde, para a utilización dos recursos materiais teremos en conta os seguintes criterios:

- Uso adaptado ás características e nivel de aprendizaxe do alumnado.
- Uso convencional e non convencional do material.
- A reutilización de material.
- O emprego de materiais de refugallo.
- Inculcar a importancia do correcto uso do material e de como debe trasladarse e almacenarse para evitar que se deteriore, para facilitar o control de continxencias e para insistir na educación postural.

En relación ao uso **doutros recursos didácticos**, empregaremos *material teórico* de cada Unidade Didáctica que serán colgados **na aula virtual do centro** de xeito que o alumnado poida descargalo. Para facilitar a comprensión e o seguimento do contido teórico da materia, empregaremos en clase un proxector.

Tamén utilizaremos artigos de periódicos, capítulos de libros, visionado de reportaxes..., para a profundización dos contidos a tratar no curso e tamén para realizar unha análise crítica de certos contidos como muller e deporte, práctica de actividade física entre a poboación escolar, relación entre o sedentarismo e certas enfermidades...etc., e deste xeito, contribuír ao desenvolvemento das competencias claves como a Competencia en Comunicación Lingüística, a Competencia Dixital, etc. O teléfono móbil do alumnado utilizarase nalgúns clases se así o require a profesora e sempre cun uso didáctico. Cando non vaia a empregarse, o alumnado terá que deixar o seu teléfono, antes da entrada aos vestiarios, nunha caixa que a profesora gardará no seu departamento e que o alumnado recollerá unha vez rematada a clase.

**No caso de que a ensinanza teña que ser semipresencial ou non presencial**, a aula virtual será o espazo virtual no que se colgarán as actividades a realizar polo alumnado e toda a información que permita ao alumnado seguir a materia dende as súas casas.

O móbil da profesora o empregaremos ocasionalmente no aula para ofrecer feedbacks inmediatos ao alumnado, por medio de fotografías ou gravacións das actividades que estean a realizar. Tamén utilizaremos os móbiles do alumnado nalgúns tarefas como por exemplo para descifrar códigos QR, para a elaboración de traballos que van a expoñer, etc.

### **7.Criterios sobre a avaliación, cualificación e promoción do alumnado**

A avaliación ten que facer referencia a todos os elementos que interveñen no proceso de ensino-aprendizaxe; aspectos relativos a avaliación do alumno, do profesor e do propio proceso. A avaliación debe servir ao profesor para:

- Descubrir as dificultades de aprendizaxe do alumnado e prever estratexias para a súa superación.



- Valorar a aprendizaxe do alumnado apreciando o grao de consecución dos estándares, desenvolvemento das capacidades previstas e de asimilación dos contidos.
- Avaliar as competencias do alumnado.
- Realizar modificacións na programación.

Polo que acabamos de dicir, a avaliación que levaremos a cabo farémola en momentos diferentes do curso: será inicial (apartado 10 desta programación), continua, formativa e progresiva.

En todo caso, neste proceso avaliador intentaremos que o alumnado teña unha participación activa no mesmo (autoavaliación), buscando que reflexione sobre que aprendeu, sobre a súa actitude para a consecución dos obxectivos, ou que reflexione sobre o interese e esforzo mostrado. Tamén levaremos a cabo procesos de coavaliación (avaliación entre iguais) como por exemplo para avaliar a práctica de quecementos, ou para avaliar o traballo cooperativo e heteroavaliación (avaliación por parte da profesora).

Nas táboas seguintes amósanse os **criterios de cualificación** para cada trimestre. Os datos que contén cada táboa están relacionados cos contidos das táboas do apartado 4.

## CRITERIOS DE AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN

- **CRITERIO DE CUALIFICACIÓN:**

- Para aprobar cada trimestre, o alumnado deberá obter unha **nota igual ou superior a 5**, unha vez sumadas as notas obtidas a través de cada instrumento de avaliación. No caso de que nun mesmo trimestre se traballe máis dunha Unidade Didáctica, a nota alcanzada polo alumnado obterase facendo media entre as notas finais obtidas en cada UD. **Aprobar unha avaliación suporá aprobar a anterior, se esta estivera suspensa, xa que a programación será progresiva, non facéndose recuperacións entre avaliacións.**
- O alumnado que tendo suspensas a 1ª e a 2ª avaliación aprrobe a 3ª, dado o carácter progresivo da avaliación, terá aprobada a materia.
- **Á hora de redondear as notas en cada un dos trimestres, actuaremos do seguinte xeito:**
  - Cando o decimal sexa 6 ou un nº menor de 6, redondearemos á baixa. (exemplo: 5,6 = 5)
  - Cando o decimal sexa igual ou superior 7, redondearemos cara arriba (exemplo 5,7=6)

- **CÁLCULO DA NOTA FINAL:**

-Obterase por unha das seguintes vías, sempre atendendo ao que mais favoreza a cada alumno/a:

- **PARA O ALUMNADO QUE XA TEÑA A MATERIA APROBADA AO REMATAR A TERCEIRA AVALIACIÓN ORDINARIA**, a nota final obterase da aplicación do que de seguido se explica, buscando sempre a medida que mais favoreza ao alumnado:
  - A)** A mesma nota ca da 3ª avaliación, dado o carácter progresivo dos contidos e da avaliación.
  - B)** Será o resultado de calcular a nota media das 3 avaliacións ordinarias, si esta nota é mellor que a obtida aplicando a opción A)
  - C)** A mesma nota que a obtida nunha proba escrita global voluntaria, cos contidos das tres avaliacións, que terá un valor de 10 puntos. A nota obtida nesta proba só se terá en conta como cualificación final se é maior que a nota obtida polo procedemento mais favorecedor para o alumnado (procedemento A ou B).

- **PARA O ALUMNADO QUE TEÑA QUE RECUPERAR A MATERIA**, a cualificación final será a nota obtida nunha proba de recuperación (proba escrita global cos contidos das 3 avaliacións), redondeada ao alza a partir do decimal 7. Para dar por aprobada a materia terá que obter unha nota igual ou superior ao 5. A nota obtida nesta proba será a súa nota final.

 **CASOS ESPECIAIS:**

- **ALUMNADO QUE SÓ SUSPENDA A 3ª AVALIACIÓN:** este alumnado terá que presentarse ao exame final de recuperación, no terá que facer a parte correspondente á 3ª avaliación. Para dar por aprobada a materia terá que obter unha nota igual ou superior ao 5. Aplicarase o redondeo ao alza sobre a nota obtida nesta proba, tal e como se explicou anteriormente. A nota obtida nesta proba será a súa nota final.

- **IMPORTANTE:**

- Se algún alumno/a é sorprendido copiando nun exame escrito, **SE LLE RETIRARÁ O EXAME**, sendo este cualificado cun 0. Este/a alumno/a terá a oportunidade de volver a facer o exame escrito, na data que a profesora dispoña.
- Atenderase ao disposto no RRI do centro por si esta conduta dera lugar a algunha sanción.
- Segundo está recollido no RRI do centro, **o alumnado que falte o día estipulado para facer un exame ou proba práctica, ou o día estipulado para entregar algunha actividade ou traballo**, sen aviso previo, deberá xustificar á profesora a súa ausencia para que esta estableza unha nova data. Non se lle fará o exame e non se lle recollerá a actividade/traballo ata que non se xustifique esa ausencia. Se nalgunha proba obxectiva a entregar polo alumnado, hai certeza de que as respostas foron copiadas doutro compañeiro/a, se lle porá un 0 nesa actividade á persoa que copiou. Á persoa que lle facilitou que copiase, se lle reducirá a nota obtida nun 50%.

### **Obxecto da avaliación.**

Serán obxecto da avaliación tanto o alumnado como a profesora e tamén o proceso de ensino. No caso do alumnado e como xa expuxemos anteriormente neste mesmo punto, será avaliado tanto pola profesora (heteroevaluación) a través dos diferentes instrumentos de avaliación

recollidos en puntos anteriores desta programación, pero tamén, nalgunhas Unidades Didácticas, por si mesmo (autoavaliación) e polos seus compañeiros (coevaluación).

O profesorado será avaliado polos seus alumnos/as, a través dunha rúbrica como a seguinte:

## RÚBRICA DE SATISFACCIÓN CO LABOR DO PROFESORADO

### Instrucións:

-Esta enquisa serve para que valoredes si estades satisfeitos ou non coa miña labor. O resultado dela vaime axudar a saber onde teño que mellorar para lograr ser unha mellor profesora. Grazas por participar! A túa opinión é moi importante.

-Se algunha pregunta crees que non a sabes contestar, déixaa en branco.

-Resposta con sinceridade e pon un **x** onde ti consideres a tendendo ao seguinte:

**1= Nada satisfactorio / 2= Pouco satisfactorio / 3=Satisfactorio / 4: Moi satisfactorio**

-Ti decides se queres poñelo teu nome ou non. Non é obrigatorio.

|  |                   |              |          |          |
|--|-------------------|--------------|----------|----------|
| <b>NOME:</b>   | <b>GRUPO:</b>     | <b>DATA:</b> |          |          |
| <b>CUESTIÓNS</b>   | <b>VALORACIÓN</b> |              |          |          |
|  | <b>1</b>          | <b>2</b>     | <b>3</b> | <b>4</b> |
| 1. Antes de comezar cada Unidade Didáctica, explica cal é a relación cas Unidades didácticas xa traballadas, cales son as aprendizaxes que se pretende que consigades, cales van a ser os contidos a traballar e os obxectivos a conquistar. |                   |              |          |          |
| 2. Explicanos como se vai a realizar a avaliación e de onde vai saír a nota do trimestre.  |                   |              |          |          |
| 3. Cando explica céntrase no importante, tratando de deixar claros os conceptos e os pasos a seguir nas tarefas a realizar.  |                   |              |          |          |
| 4. Relaciona contidos e actividades cos coñecementos previos.  |                   |              |          |          |
| 5. Trata de facelas clases amenas para manternos activos e interesados.  |                   |              |          |          |
| 6. Pregunta con frecuencia se temos todo claro, se temos dúbidas..   |                   |              |          |          |
| 7. Axuda a todos os alumnos/as, non fai distincións  |                   |              |          |          |
| 8. É xusta. As notas axústanse ao traballo, compromiso e actitude de cada alumno.  |                   |              |          |          |
| 9. Ten unha actitude respectuosa con todo o alumnado.  |                   |              |          |          |
| <b>Comentario persoal (voluntario)</b>   |                   |              |          |          |

## 8. Indicadores de logro para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente.

O primeiro indicador a ter en conta, é ir comprobando se a temporalización prevista para acadar cada estándar avaliable, se vai cumprindo. Sirva como exemplo da táboa de control que empregaríamos, esta aplicada a 2º ESO.

| ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE EN 2º ESO | Temporalización prevista |     |     | Temporalización real |     |     |
|-------------------------------------|--------------------------|-----|-----|----------------------|-----|-----|
|                                     | UD1                      | UD2 | UD3 | UD1                  | UD2 | UD3 |
| 2º-EFB1.1.1                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2ºEFB1.1.2                          | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.1.3                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.2.1                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.2.2                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.2.3                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.3.1                         | X                        |     |     |                      |     |     |
| 2º-EFB1.3.2                         | X                        |     |     |                      |     |     |
| 2º-EFB1.3.3                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.4.1                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.4.2                         |                          | X   |     |                      |     |     |
| 2º-EFB1.4.3                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.5.1                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB1.5.2                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB2.1.1                         | X                        | X   |     |                      |     |     |
| 2º-EFB2.1.2                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB2.1.3                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB2.1.4                         | X                        | X   |     |                      |     |     |
| 2º-EFB3.1.1                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB3.1.2                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB3.1.3                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB3.1.4                         | X                        |     |     |                      |     |     |
| 2º-EFB3.1.5                         | X                        |     |     |                      |     |     |
| 2º-EFB3.1.6                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB3.2.1                         | X                        | X   | X   |                      |     |     |
| 2º-EFB3.2.2                         | X                        |     |     |                      |     |     |
| 2º-EFB3.2.3                         | X                        | X   |     |                      |     |     |

|             |   |   |   |  |  |  |
|-------------|---|---|---|--|--|--|
| 2º-EFB3.2.4 | X | X | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.1.1 |   | X | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.1.2 |   | X | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.1.3 |   | X | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.1.4 |   | X | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.1.5 |   |   | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.2.1 |   |   | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.2.2 |   |   | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.2.3 |   |   | X |  |  |  |
| 2º-EFB4.2.4 |   |   | X |  |  |  |

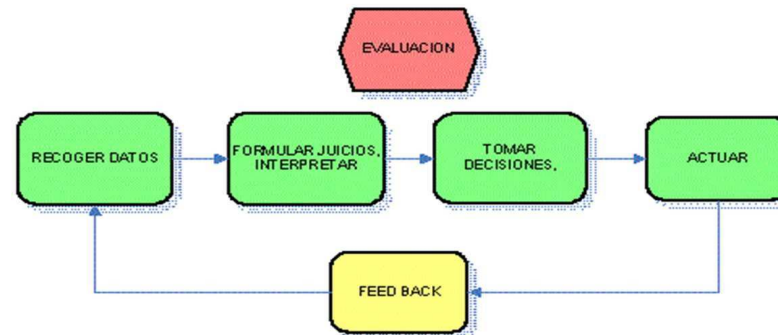
**O segundo indicador** será comprobar que ademais de respectar a temporalización prevista, a meirande parte do alumnado consegue aprobala materia, significando isto que a gran parte do alumando superou os estándares básicos da materia. Consideraremos que este feito o alcanzaremos cando polo menos **o 75% do alumnado supere a materia en cada trimestre**, tal e como ven ocorrendo en cursos anteriores.

#### **9.Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes.**

No presente curso non temos alumnado coa materia pendente doutros cursos.

#### **10.Deseño da avaliación inicial e medidas individuais ou colectivas que se poidan adoptar como consecuencia do seu resultado**

O punto de partida do deseño definitivo de toda a programación, debe ser **a avaliación inicial**. Os obxectivos da mesma, resúmense na seguinte imaxe.



Esta avaliación inicial a temos incluída xa na UD1 dos respectivos cursos, e dos seus resultados tomaranse decisións para o desenvolvemento desas UDS.

Como parte desta avaliación inicial, empregaremos:

✓ **Para todos os cursos:**

- Unha valoración sobre os hábitos de vida saudable do noso alumnado, para o que empregaremos o documento de recollida inicial de información, no que preguntamos por exemplo sobre práctica de actividade física / deportiva semanal, sobre hábitos de almorzo, etc.
- Unha proba teórica para comprobar o grao de coñecementos previos/lembranzas que o alumnado ten sobre os contidos dados no curso anterior. Como exemplo, amosamos a que imos empregar en 2º.



## AVALIACIÓN INICIAL E INDIVIDUAL DE CONTIDOS CONCEPTUAIS / 2º ESO

### Columna 1:

Indica cun SI ou cun NON, se en cursos anteriores lembrás que estudiaches estes conceptos / temas.

### Columna 2:

Indica o grao de coñecemento/lembranza do concepto poñendo un X no número que corresponda, sinalando:

- 1 Se non o coñeces ou non o lembrás ese concepto.
- 2 Se tes unha lixeira idea pero non serías quen de explicalo ben.
- 3 Se o coñeces e saberías explicalo.

| Nome e apelidos da/o alumna/o:          |                       |           |   |   |
|---|-----------------------|-----------|---|---|
| CONCEPTOS                               | COLUMNA 1<br>SI / NON | COLUMNA 2 |   |   |
|   |                       | 1         | 2 | 3 |
| Concepto de capacidades físicas básicas |                       |           |   |   |
| Concepto de forza                       |                       |           |   |   |
| Concepto de PAS                         |                       |           |   |   |
| Concepto de flexibilidade               |                       |           |   |   |
| Concepto de velocidade de reacción      |                       |           |   |   |
| Concepto de resistencia                 |                       |           |   |   |
| Concepto de PLS                         |                       |           |   |   |
| Xogos que desenvolvan a velocidade      |                       |           |   |   |
| Concepto de saúde                       |                       |           |   |   |
| Xogos que desenvolvan a resistencia     |                       |           |   |   |
| Concepto de quecemento xeral            |                       |           |   |   |
| Manobra fronte –queixo                  |                       |           |   |   |

|                                       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|--|--|--|--|
| Xogos que desenvolvan a flexibilidade |  |  |  |  |
| Concepto de orientación               |  |  |  |  |
| Significado de PR en sendeirismo      |  |  |  |  |
| Concepto de baliza                    |  |  |  |  |
| Concepto de xogo                      |  |  |  |  |
| Concepto de sendeiro de PR            |  |  |  |  |

- ✓ En **2º ESO** faremos unha serie de test para valorar o grao de mobilidade articular da columna vertebral, nocellos, cadeira e ombreiros. Os test poden verse nestes enlaces: <https://youtu.be/k4WW9pHvEyw?t=85> e <https://youtu.be/1zvxOlvmWg?t=54>. O coñecemento e coidado da columna serán contidos que trataremos na 1ª UD do curso, así como a importanci de unha boa mobilidade articular para evitr lesións musculares e ser mais eficaces nos nosos movementos.
  
- ✓ En **4º ESO** ademais da avaliación de coñecementos previos, faremos 2 test de forza-resistencia que podemos ver nestes enlaces: test de burpees y test de flexión de brazos ([https://www.sportlife.es/entrenar/fitness/7-test-medir-tu-forma-fisica-fuerza-equilibrio-resistencia-en-casa\\_215485\\_102.html](https://www.sportlife.es/entrenar/fitness/7-test-medir-tu-forma-fisica-fuerza-equilibrio-resistencia-en-casa_215485_102.html)) mais o test de Ruffier para valorar a resistencia cardiovascular. Ademais calcularemos e relacionaremos entre si o **índice de masa corporal** (IMC), o **índice cintura/ talla** (ICT), e a valoración feita cunha báscula de bioimpedancia como criterio de saúde e que permitirá que o alumnado teña unha imaxe máis completa do seu estado físico.. Esta avaliación vai selo punto de partida do desenvolvemento da UD1, e o contido transversal de todo o curso.

| <b>INDICE CINTURA TALLA(ICT) = Perímetro da cintura (en Cm) / estatura (Cm)</b> |                         |
|---|-------------------------|
| <b>HOMES</b>  | <b>MULLERES</b>         |
| -ICT >0,48 = SOBREPESO  | -ICT >0,47 = SOBREPESO  |
| -ICT > 0,51 = OBESIDADE   | -ICT > 0,50 = OBESIDADE |

| <b>CÁLCULO IMC: PESO (EN KG) / ESTATURA (En CMS ao cuadrado)</b> |  |
|--|--|
| <b>Índice de Masa Corporal</b>                                   | <b>Tu rango</b>                        |
| 15 o menos   | Delgadez muy severa                    |
| 15 – 15.9  | Delgadez severa                        |
| 16 – 18.4  | Delgadez                               |
| 18.5 – 24.9  | Peso Saludable                         |
| 25 – 29.9  | Sobrepeso                              |
| 30 – 34.9  | Obesidad Moderada                      |
| 35 – 39.9  | Obesidad severa                        |
| 40 o más   | Obesidad muy severa (obesidad mórbida) |

As **medidas individuais e colectivas** que se van a tomar unha vez finalizada a avaliación inicial, terán a súa translación a tódalas unidades didácticas en cada un dos cursos:

-Adaptando a intensidade e profundidade das actividades propostas ás posibilidades de cada alumno/a.

-Adaptando as condicións de execución das tarefas e dos obxectivos propostos, ás posibilidades de cada alumno/a

**-Seleccionando os contidos que precisan ser repasados e aprendidos por ser chave para poder seguir progresando** e que seguirán estando presentes en todas as demais UD's do curso.

-Coñecendo cales son os/as alumnos/as que poden precisar de reforzo tanto en relación ao desempeño das habilidades motrices como do contido teórico da materia.

-Incluindo en cada clase tanto tarefas de reforzo como de ampliación para o alumnado que así vemos que o precise.

-Tomando medidas en canto á conformación dos grupos de traballo, de xeito que consigamos que os diferentes grupos que se creen funcionen de forma coordinada, haxa bo clima de traballo e cada alumno vaia progresando na materia.

No seguinte punto trátanse outras medidas a tomar.

## 11. Medidas de atención á diversidade.

Temos varios alumnos/as diagnosticados de TDAH en todos os cursos. Para atendelos axeitadamente seguiremos algunhas das recomendacións recollidas no *Protocolo de consenso sobre o TDAH na infancia e na adolescencia nos ámbitos sanitario e educativo*, editado pola Consellería de Sanidade, que adaptaremos ás características da nosa materia. Entre estas recomendacións, levaremos a cabo as seguintes:

| <b>Medidas de atención ao alumnado con TDAH na materia de Educación Física</b>   |  |   |
|--|--|---|
| <b>Antes e durante a realización das actividades</b>   | <b>Na parte informativa da sesión</b>  | <b>Nos exames escritos</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Antes de empezar unha actividade, explicala de xeito claro e sinxelo, e asegurarse de que a entendeu todo o alumnado.</li><li>• Captar a atención inicial con cambios de entoación, xesticulación e dramatización.</li><li>• Supervisar frecuentemente a realización, para reforzar positivamente ou para reconducir a execución ou as distraccións.</li><li>• Variar as tarefas para manter a súa motivación e atención.</li><li>• Utilizar reforzos e apoios visuais na instrución oral.</li><li>• Utilizar reforzos positivos para motivar.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Antes de empezar, asegurarse de que atende.</li><li>• Utilizar frases curtas e claras.</li><li>• Manter o contacto visual e permanecer cerca deste alumnado.</li><li>• Focalizar a atención nos conceptos “clave”.</li><li>• Utilizar estímulos visuais e modificar o ritmo da exposición, coas debidas pausas.</li><li>• Presentar a idea principal explicitamente ao principio da explicación.</li><li>• Implicalo, promovendo a súa participación con preguntas sinxelas.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Que sexan curtos e con preguntas breves, pechadas, claras e con vocabulario sinxelo.</li><li>• Posibilidade de proporlle exames máis curtos para que teña tempo suficiente para respostar as preguntas.</li><li>• Salientar as partes máis importantes de cada cuestión e, no caso de preguntas complexas, diferenciando ben cada tarefa.</li><li>• Supervisar a súa comprensión e execución.</li><li>• Pedir que se revisen os exames antes de entregalos.</li></ul> |

| <b>Estratexias para mellorar a motivación e autoestima</b>  | <b>Estratexias para controlar e mellorar a súa conducta</b>  | <b>Estratexias para mellorar a súa capacidade reflexiva</b>   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intentar fomentar unha relación positiva entre o alumnado e a profesora.</li> <li>• Ofrecerlle ao alumnado experiencias de éxito, e reforzarse calquera pequeno logro na aprendizaxe e/ou na conduta.</li> <li>• Ofrecerlle confianza e expectativas positivas, facéndolle correccións respecto á súa tarefa e achegando propostas de mellora.</li> <li>• Evitarase avaliar sempre negativamente e proxectar expectativas de éxito.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• O reforzo positivo de condutas adecuadas.</li> <li>• Evitar as recriminacións verbais, corrixir en privado e felicitar en público.</li> <li>• Ignorar os comportamentos de chamadas de atención que non sexan moi molestos.</li> <li>• Anticiparse e prever situacións que poidan presentar problemas.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar o traballo en grupo, xa que a cooperación mellora as estratexias analíticas e a conduta.</li> <li>• Non presentar actividades con límite rigoroso de tempo, o que favorece a impulsividade e a tendencia a “saír do paso”.</li> <li>• Proporcionar axuda para o repaso e a autoavaliación.</li> </ul> |

Temos ademais alumnado con diagnóstico de dislexia. Para atenderlos aterémonos ao *PROTOCOLO PARA A INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA DA DISLEXIA E/OU OUTRAS DIFICULTADES ESPECÍFICAS DE APRENDIZAXE*, editado pola Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional.

Neste curso tamén imos ter un alumno en 1º da ESO que presenta plurideficiencias que levarán ao deseño dunha ACI.

**O centro** leva a cabo estas outras medidas de atención á diversidade:

a) Reforzo educativo:

- Alumnado de 2º exento da materia de francés. Esta medida está contemplada alumnado de 2º que está repetindo e presenta un claro desfase curricular.
- Alumnado con reforzo educativo en áreas instrumentais. Este reforzo será de dous tipos:

a) Para aquel alumnado que xa viña recibindo reforzo dende a etapa de Educación Primaria e que segue presentando claras dificultades de aprendizaxe e para aqueles alumnos que no presente curso se detecte que presentan dificultades nunha ou dúas materias instrumentais.

b) Desdobres:

- o Levaranse a cabo en tódolos cursos para atender aos diferentes intereses do alumnado en relación á elección de materias optativas e división entre Relixión e Valores éticos.

- **Outras medidas de atención á diversidade na materia de Educación Física:**

A partir da información recadada a través da avaliación inicial, tomaremos medidas de atención á diversidade do alumnado, que non afecten a elementos prescriptivos do currículo. Así, nas actividades a realizar en cada sesión, **proporemos modificacións das condicións** nas que estas se realicen, que as faciliten ou dificulten segundo as necesidades do alumnado. Tamén proporemos **tarefas con diferentes niveis de solución** e realización, que poidan adaptarse aos diferentes niveis de desempeño do alumnado e aos diferentes ritmos de aprendizaxe. Utilizaremos para elo estratexias como a dinámica dos aneis, na que se propón 1 tarefa con 3 niveis de dificultade ou estratexias de toma de decisións nas que son os alumnos os que deciden que facer ante 2 propostas, dinámicas de retos, etc. **Empregaremos tarefas que faciliten a adaptación individual da intensidade** das mesmas aos diferentes niveis de condición física do alumnado. En resúmen, as condicións propostas nas tarefas facilitarán a adaptación da súa resolución ás características e posibilidades de cada alumno/a.

No caso do **alumnado que non pode participar ao 100% no desenvolvemento da práctica** por estar lesionados, indispostos ou porque se lles esqueceu o material específico (chándal/tenis), deberán:

-Participar na sesión no que a profesora lles solicite e que eles poidan facer, facilitando así que estean centrados na clase e poidan alcanzar os estándares que nesa sesión se traballen.

No caso do **alumnado lesionado de longa duración (mais de 2 semanas)** para os que o ditame médico sexa non facer ningún tipo de **actividade física**, ademais do exposto no punto anterior, se lles pedirá aos titores legais do alumno que informen á profesora sobre a lesión/enfermidade e o tempo estimado da baixa. Nestes casos se lles propondrá a realización dun traballo relacionado coa temática que esteamos a traballar na unidade didáctica, que terán que entregar por escrito dentro do prazo que se estableza, contestar as preguntas que a profesora lle faga sobre o seu traballo e tamén o terán que expor á clase na data que profesora e o alumno acorden. O valor máximo deste traballo e da exposición poderá ser de ata o 40% da nota da unidade didáctica (a porcentaxe equivalente aos estándares avaliados a través de probas de execución), en función do momento do trimestre no que teña lugar a lesión e do tempo no que o alumno/a non poida facer ningún tipo de exercicio físico. Para corrixir o traballo e a exposición, utilizaranse sendas rúbricas, que se mostran a continuación.

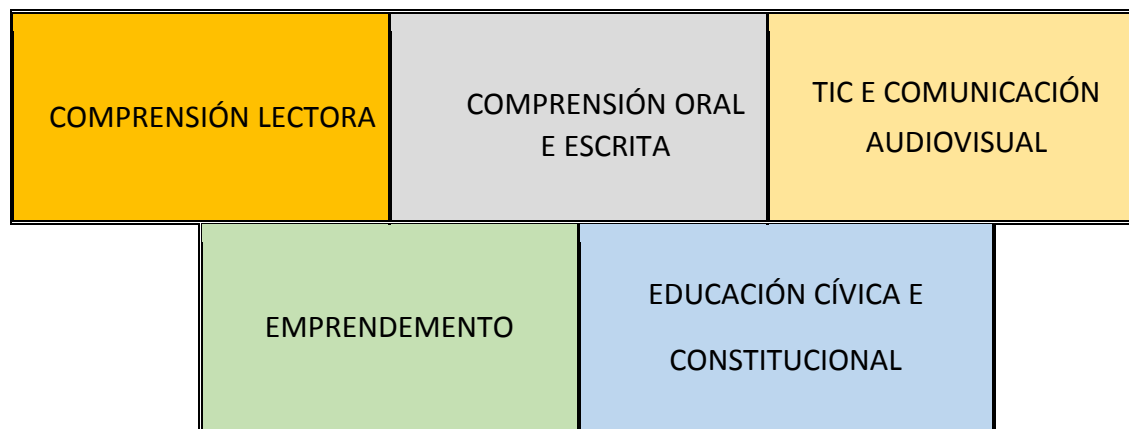
| <b>RÚBRICA CORRECCIÓN TRABALLOS ESCRITOS</b>   |           |            |
|--|-----------|------------|
| Entre parénteses mostrase o valor de cada ítem en relación á nota final do traballo  | <b>SI</b> | <b>NON</b> |
| -O traballo cumpre os requisitos formais establecidos (10%)  |           |            |
| -O tema foi cuberto amplamente, sendo a idea central desenvolvida con claridade (10%)  |           |            |
| -A bibliografía é ampla e está ben referenciada (5%)   |           |            |
| -A presentación do traballo é axeitada (limpo, ordenado.) (5%)   |           |            |
| -A redacción é correcta. Sen faltas de ortografía e con uso correcto da puntuación 10%   |           |            |
| -O traballo é orixinal. Apréciase a orixinalidade do alumno/a porque utiliza unha linguaxe adecuada ao seu nivel, non emprega palabras que non entende e aporta a súa opinión. (40%) |           |            |
| -O alumno/a contestou correctamente ás preguntas da profesora sobre o seu traballo (20%)   |           |            |
| <b>PUNTUACIÓN TOTAL:</b>   |           |            |



| <b>RÚBRICA PARA A EXPOSICIÓNS DE TRABALLOS ORAIS (ata x puntos)</b> |  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|
| <b>NOTAS / CATEGORÍAS</b>   | <b>SOBRESAÍNTE</b>   | <b>NOTABLE</b>  | <b>SUFICIENTE</b>   | <b>INSUFICIENTE</b>  |
| <b>FALA</b>   | Fala lentamente e con claridade.   | A maioría do tempo fala lentamente e con claridade.                                     | Unas veces fala lentamente e con claridade, pero outras se acelera e non se lle entende nada. | Fala rápido ou se para demasiado. A súa pronuncia non é boa.                   |
| <b>VOCABULARIO</b>  | Usa un vocabulario axeitado para a audiencia e que o alumno/a que expón, entende. Amplía o vocabulario da audiencia definindo as palabras que son novas. | Usa vocabulario axeitado. Usa 1-2 palabras novas pero non as define.                    | Usa vocabulario específico. Non inclúe vocabulario novo.                                      | Usa unha ou varias palabras que a audiencia non pode entender.                 |
| <b>VOLUME</b>   | O volume é o suficiente alto para que o escoite a audiencia todo o tempo.  | O volume é o suficiente alto para que se escoite o 90% do tempo.                        | O volume é o suficiente alto para que se escoite o 80% do o tempo.                            | O volume non é suficiente para que o escoite a audiencia.                      |
| <b>POSTURA DO CORPO E CONTACTO VISUAL</b>                           | Postura e xestos axeitados. Mira a tódolos compañeiros con naturalidade.   | A maioría do tempo a Postura e xestos son axeitados. Case sempre mira aos mentres fala. | Algunhas veces mantén unha postura e xeitos adecuados. En ocasións mira aos compañeiros       | Non mantén un xesto e unha postura correctos. Case nunca mira aos compañeiros. |
| <b>CONTIDO</b>  | Demostra dominar completamente o tema.   | Demostra dominar bastante o tema.   | Demostra dominar partes do tema.  | Demostra non dominar o tema.   |
| <b>MATERIAL DE APOIO E TECNOLOXÍA</b>                               | Utiliza material de apoio que facilita totalmente seguir a Exposición e entender o tema.   | Utiliza material de apoio que facilita bastante seguir a exposición e entender o tema.  | Utiliza material de apoio que facilita bastante seguir a exposición pero non entender o tema. | Non utiliza material de apoio.   |

## 12. Concreción dos elementos transversais que se traballarán no curso que corresponda.

Os seis elementos transversais son:



Nas seguintes táboas facemos visible este traballo, que se relaciona co exposto nos puntos 2 e 4 desta programación.

✓ **COMPRESIÓN LECTORA, EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA.**

| 2º E 4º ESO |   |               |                                 |                      |    |    |  |  |  |   |
|-------------|---|---------------|---------------------------------|----------------------|----|----|--|--|--|---|
| CURSOS      | E.A. RELACIONADOS CA COMPRESIÓN LECTORA E A EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA        | COMPET. CLAVE | INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN      | U.D ONDE SE TRABALLA |    |    |  |  |  | EXEMPLOS DE ACTIVIDADES   |
|             |   |               |                                 | 1ª                   | 2ª | 3ª |  |  |  |   |
| 2º ESO      | -Todos os que se avalíen a través de exames escritos e ou probas obxectivas | CCL           | Exame escrito e proba obxectiva | X                    | X  | x  |  |  |  | -As situacións de avaliación recollidas no punto 4 da programación. |
| 4º ESO      |   |               |                                 | X                    | X  | X  |  |  |  |   |

✓ **TIC E COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL.**

| 2º E 4º ESO |   |             |  |                      |    |    |  |  |  |   |
|-------------|---|-------------|--|----------------------|----|----|--|--|--|---|
| CURSOS      | E. RELACIONADOS CA COMPETENCIA DIXITAL E AS TIC | COMP. CLAVE | INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN                           | U.D ONDE SE TRABALLA |    |    |  |  |  | EXEMPLOS DE ACTIVIDADES   |
|             |   |             |  | 1ª                   | 2ª | 3ª |  |  |  |   |
| 2º ESO      | -EFB1.5.1, EFB3.1.1                             | CD          | Exame Escrito e proba obxectiva / Proba de execución | x                    | X  | X  |  |  |  | -As situacións de avaliación recollidas no punto 4 da programación. |
| 4º ESO      | EFB1.6.1, EFB1.6.2, EFB1.6.3                    |             |  | X                    | X  | X  |  |  |  |   |

✓ EMPRENDEMENTO.

| 2º E 4º ESO |   |            |  |                      |    |    |  |  |  |  |
|-------------|---|------------|--|----------------------|----|----|--|--|--|--|
| CURSOS      | E. RELACIONADOS CO EMPRENDEMENTO  | COMP CLAVE | INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN   | U.D ONDE SE TRABALLA |    |    |  |  |  | EXEMPLOS DE ACTIVIDADES  |
|             |   |            |  | 1ª                   | 2ª | 3ª |  |  |  |  |
| 2º ESO      | Consultar o punto 4 desta programación no que se reflicten todos os estándares que contribúen ao desenvolvemento da competencia clave CSIEE | CSIEE      | Exame Escrito e proba obxectiva /                                    | X                    | X  | x  |  |  |  | -As situacións de avaliación recollidas no punto 4 da programación |
| 4º ESO      |   |            | Proba de execución / Rúbrica, lista control e/ou rexistro anecdótico | X                    | x  | X  |  |  |  |  |

✓ EDUCACIÓN CÍVICA E CONSTITUCIONAL.

| 2º E 4º ESO |   |             |  |                      |    |    |  |  |  |  |
|-------------|---|-------------|--|----------------------|----|----|--|--|--|--|
| CURSOS      | E. RELACIONADOS CA EDUCACIÓN CÍVICA E CONSTITUCIONAL  | COMP. CLAVE | INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN   | U.D ONDE SE TRABALLA |    |    |  |  |  | EXEMPLOS DE ACTIVIDADES  |
|             |   |             |  | 1ª                   | 2ª | 3ª |  |  |  |  |
| 2º ESO      | Consultar o punto 4 desta programación no que se reflicten todos os estándares que contribúen ao desenvolvemento da competencia clave CSC | CSC         | Exame Escrito e proba obxectiva /                                    | x                    | X  | x  |  |  |  | -As situacións de avaliación recollidas no punto 4 da programación |
| 4º ESO      |   |             | Proba de execución / Rúbrica, lista control e/ou rexistro anecdótico | x                    | x  | X  |  |  |  |  |

### 13.Actividades complementarias e extraescolares programadas para cada curso.

| 13.1 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS |            |            |    |                   |   |   |  |  |   |   |
|----------------------------------|------------|------------|----|-------------------|---|---|--|--|---|---|
| CURSOS                           | TRIMESTRES |            |    | UNIDADE DIDÁCTICA |   |   |  | ESTÁNDAR APRENDIZAXE   | INSTRUMENTO AVALIACIÓN  | ACTIVIDADE  |
|                                  | 1º         | 2º         | 3º | 1                 | 2 | 3 |  |  |   |   |
| 2º ESO                           | X          | x          | X  |                   | X | x |  | EFB1.1.3<br>EFB1.3.1<br>EFB1.3.2<br>EFB1.4.1   | -Proba de execución   | -Realización das clases no entorno natural próximo ao centro.<br>-Clases /charlas impartidas por persoas alleas ao centro   |
| 4º ESO                           | X          | X<br><br>x | X  | x                 | X |   |  | EFB1.4.1<br>EFB1.2.1<br>EFB1.2.2<br>EFB1.2.3<br>EFB4.3.1<br>EFB4.3.2<br>EFB4.3.3<br>EFB4.2.4<br>EFB1.6.1 | -Proba de execución e rúbrica<br><br><br><br><br><br><br><br>-Proba obxectiva | -Realización de clases no entorno natural próximo ao centro.<br>-Organización de actividades e eventos para o alumnado do centro e/ou o alumnado do CEIP que temos ao lado.<br>-Actividade de convivencia e inclusión co alumnado / usuarios dalgún centro / asociación que traballe con discapacitados.<br>-Clases /charlas impartidas por persoas alleas ao centro.<br>-Visita ao Centro Galego de Tecnificación Deportiva e á Facultade de Ciencias da Actividade Física e do Deporte do Campus de Pontevedra. |

### 13.2 ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

| CURSOS        | TRIMESTRES |    |    | UNIDADE DIDÁCTICA |   |   |  | ESTÁNDAR APRENDIZAXE   | INSTRUMENTO AVALIACIÓN | ACTIVIDADE  |
|---------------|------------|----|----|-------------------|---|---|--|--|------------------------|---|
|               | 1º         | 2º | 3º | 1                 | 2 | 3 |  |  |                        |   |
| <b>2º ESO</b> | x          | x  |    | x                 | X |   |  | EFB1.3.1<br>EFB1.3.2<br>EFB1.4.3<br>EFB1.4.4<br>EFB1.4.5<br>EFB3.1.4             | -Proba de execución    | -Proponse unha viaxe á neve para o alumnado de 2ºESO, a fin de que coñezan e practiquen un deporte na natureza que no entorno próximo do alumnado non é posible realizar.<br><br>-Realizar unha etapa do Camiño de Santiago en colaboración coa Fundación Galega contra o Narcotráfico. |
| <b>4º ESO</b> | x          |    |    | x                 |   |   |  | EFB1.4.1<br>EFB3.1.4<br>EFB3.2.1<br>EFB3.2.2<br>EFB4.1.3<br>EFB4.3.2<br>EFB4.3.3 | -Proba de execución    | -Realizar unha etapa do Camiño de Santiago en colaboración coa Fundación Galega contra o Narcotráfico.  |

**14. Mecanismos de revisión, de avaliación e de modificación da programación didáctica en relación cos resultados académicos e procesos de mellora.**

En primeiro lugar teremos que estudar os resultados do noso alumnado, despois analizar as posibles causas deses resultados e por último, propor medidas a tomar conducentes a melloralos.

| CURSOS | N.º DE ALUMNOS/AS | N.º DE SUSPENSOS / % | N.º DE APROBADOS / % | OBSERVACIÓNS / ANÁLISES DOS RESULTADOS |
|--------|-------------------|----------------------|----------------------|--|
| 2º A   | 25                | ?                    | ?                    |  |
| 2º B   | 25                | ?                    | ?                    |  |
| 4º A   | 18                | ?                    | ?                    |  |
| 4º B   | 18                | ?                    | ?                    |  |

Dende este Departamento propomos a seguinte rúbrica para levar a cabo revisión e análise dos resultados obtidos e onde os números significan o seguinte:

**0= Equivocado/a (malos/as) 1= mellorable/s 2 = Axeitados/as**

| ÍTEMS  | 0 | 1 | 2 |
|--|---|---|---|
| 1. Os resultados académicos acadados polo alumnado podemos consideralos...                               |   |   |   |
| 2. O número de aprobados da materia en cada un dos cursos podemos consideralo como...                    |   |   |   |
| 3. O número de suspensos na materia podemos consideralo como...  |   |   |   |
| 4. O desenvolvemento real da temporalización da programación, respecto á temporalización prevista foi... |   |   |   |
| 5. A adecuación ás características e posibilidades do alumnado do grao mínimo de consecución foi...      |   |   |   |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| 6. O obxectivo de que polo menos o 70% do alumnado acadase os estándares básicos foi...                                   |  |  |  |
| 7. Os resultados académicos acadados polo alumnado podemos consideralos...  |  |  |  |
| 8. A asignación a cada estándar do peso correspondente na unidade foi..   |  |  |  |
| 9. As actividades propostas facilitaron a consecución dos estándares básicos  |  |  |  |
| 10. A contribución das actividades propostas á consecución dos estándares por parte do alumnado, independentemente do seu |  |  |  |
| 11. Animouse aos alumnos a completalo seu aprendizaxe en horario extraescolar.  |  |  |  |
| 12. O ensino na área estivo coordinada con outras disciplinas.  |  |  |  |
| 13. Utilizáronse diferentes medios para transmitir a información  |  |  |  |
| 14. Incentivouse o traballo cooperativo.  |  |  |  |
| 15. A formulación das tarefas de reforzo para os alumnos que así o precisaron, foi..                                      |  |  |  |
| 16. A formulación das tarefas de ampliación para os alumnos que así o precisaron, foi..                                   |  |  |  |
| 17. A adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE foi...  |  |  |  |
| 18. A adecuación das probas da avaliación inicial, foi...   |  |  |  |
| 19. A adecuación das actividades de seguimento e recuperación, foi...   |  |  |  |
| 20. O uso dos recursos materiais do departamento, foi...  |  |  |  |
| 21. O grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas, foi..                           |  |  |  |
| 22. O grao de contribución desde a materia, aos plan do centro foi..  |  |  |  |
| 23. A contribución da materia ao desenvolvemento dos temas transversais foi...  |  |  |  |
| 24. Os resultados da enquisa de valoración do labor docente foi..   |  |  |  |
| 25. O clima de traballo xeral no aula podemos consideralo como....  |  |  |  |
| <b>Conclusiones:</b>  |  |  |  |
| <b>Propostas de mellora:</b>  |  |  |  |



## **15. Bibliografía.**

- Blázquez, Domingo (2017): Como evaluar bien. Educación Física. El enfoque de la evaluación formativa. Inde. Barcelona.
- Famose, Jean-Pierre (1992): Aprendizaje motor y dificultad de la tarea. Paidotribo. Barcelona.
- Jhonson David y Jhonson Roger (2014): La evaluación en el aprendizaje cooperativo. Como mejorar la evaluación individual a través del grupo. SM. Madrid.
- Onofre, Contreras Jordán (2017):El aprendizaje basado en proyectos en Educación Física. Inde. Barcelona.
- Pellicer ,Irene (2011): Educación Física emocional. De la teoría a la práctica. Inde. Barcelona.
- Pellicer, Irene (2015): NeuroEF. La revolución de la Educación Física desde la neurociencia. Inde. Barcelona.
- Varios (1997): La Educación Física en secundaria. Elaboración de materiales curriculares. Fundamentación teórica. Inde. Barcelona.
- Varios (2010): Aprendizaje cooperativo en Educación Física. Fundamentos y aplicaciones prácticas. Inde. Barcelona.