

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: <ul style="list-style-type: none"> -Temporalización -Grao mínimo de consecución para superar a materia -Procedementos e instrumentos de avaliación 	Páx.17
5.Concrecións metodolóxicas que require a materia	Páx.33
6.Materiais e recursos didácticos que se van a utilizar	Páx.36
7.Criterios sobre a avaliación, cualificación e promoción do alumnado	Páx.39
8.Indicadores de logro para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente	Páx.45
9.Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentas	Páx.46
10.Deseño da avaliación inicial e medidas individuais ou colectivas que se poidan adoptar como consecuencia dos seus resultados	Páx.46
11.Medidas de atención á diversidade	Páx.52
12.Concreción dos elementos transversais que se traballarán no curso que corresponda	Páx.57
13.Actividades complementarias e extraescolares programadas para cada curso	Páx.60
14.Mecanismos de revisión, de avaliación e de modificación da programación didáctica en relación cos resultados académicos e procesos de mellora	Páx.62
15.Bibliografía	Páx.64

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:

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

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

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^a del Pilar López Graña, xa que a profesora que ata o momento ocupaba este departamento de xeito unipersoal (M^a 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 <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 <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.

PERFIL DO ÁREA ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE 2º ESO	PERFIL DE COMPETENCIA COMPETENCIAS CLAVE							
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	TOTAL
2º-EFB1.1.1 Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados		X			X			2
2ºEFB1.1.2 Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.				X	X			2
2º-EFB1.1.3 Prepara e pon en práctica habilidades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do docente					X			1
2º-EFB1.2.1 Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a					X			1
2º-EFB1.2.2 Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos					X			1
2º-EFB1.2.3 Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.					X			1
2º-EFB1.3.1 Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas á súa idade					X			1
2º-EFB1.3.2 Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.					X			1
2º-EFB1.3.3 Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual					X			1
2º-EFB1.4.1 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.								x	1
2º-EFB2.1.1									
Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade								x	1
2º-EFB2.1.2									
Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade								x	1
2º-EFB2.1.3									
Colabora no deseño e realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos compañeiros e á das compañeiras								x	1
2º-EFB2.1.4									
Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea								x	1
2º-EFB3.1.1		x							1
Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo									
2º-EFB3.1.2		X							1
Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.									
2º-EFB3.1.3		X							1
Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.									
2º-EFB3.1.4		X							1
Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.									
2º-EFB3.1.5		X							1
Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.									
2º-EFB3.1.6		x				x			2
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									

2º-EFB3.2.1 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 Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.				X				1
2º-EFB3.2.3 Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.				X		x		2
2º-EFB3.2.4 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 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 Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado				x		x		2
2º-EFB4.1.3 Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.				X		x		2
2º-EFB4.1.4 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 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 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 Describe simplifadamente 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 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 Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.				X		x		2
TOTAL 37 ESTÁNDARES EN 2º ESO	2	7	1	14	11	13	4	53
	3,7%	13,2%	1,8%	26,4%	20,7%	24,5%	7,5%	100%
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	

PERFIL DO ÁREA ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE <u>4º ESO</u>	PERFIL DE COMPETENCIA COMPETENCIAS CLAVE							
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	TOTAL
4º-EFB1.1.1 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 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 Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades					x			1
4º-EFB1.2.1 Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais					x			1
4º-EFB1.2.2 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 Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilízalos na súa práctica de maneira autónoma.					X			1
4º-EFB1.3.1 Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.					X			1
4º-EFB1.3.2 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 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 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 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 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 Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.				X		x		2
4º-EFB4.2.6 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 Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.		X				x		2
4º-EFB4.3.2 Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida		x				x		2
4º-EFB4.3.3 Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.		X				x		2
Total 40 estándares en 4º ESO	3	11	3	9	14	12	4	56
	5,3%	19,6%	5,3%	16%	25%	21,4%	7,1%	100%
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	

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

						<p>EFB3.1.3 EFB3.1.4</p> <p>-Coñece e aplica correctamente unha serie de exercicios e forza e flexibilidade para o coidado da súa columna. -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. -Elaboración de exercicios de forza, flexibilidade e resistencia.</p>	<p>CMCCT CCL</p>
				<p>Proba de execución</p> <p>50%</p>	<p>EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3 EFB1.4.3</p> <p>-É quen de escoller e realizar actividades propias do momento da sesión na que esteamos. -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 CMCCT CAA CSIEE</p>	
					<p>EFB1.3.1 EFB1.3.2 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. -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. -Execución de exercicios básicos de autocarga e flexibilidade incidindo na súa corrección técnica.</p>	<p>CSC CSIEE</p>	
					<p>EFB1.4.1 EFB1.4.3</p> <p>-Executa cunha correcta hixiene postural, as tarefas para o coidado da columna. -Identifica e corrixe a execución dos compañeiros/as, dende o punto de vista da hixiene corporal. -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. -Realización de tarefas para a aprendizaxe da correcta colocación da mochila, de como sentarse, da mobilización de pesos, etc.</p>	<p>CSIEE CSC</p>	
					<p>EFB2.1.1 EFB2.1.2 EFB2.1.3 EFB2.1.4</p> <p>-Avalía o seu estado emocional antes de cada sesión. -É quen de adaptar o seu movemento e a súa actividade a un ritmo prefixado. -Dramatiza os hábitos negativos e positivos que inciden no coidado da columna.</p>	<p>-Pode valorar a cor do seu estado emocional -Execución de exercicios de forza, flexibilidade e de relaxación cunha base musical. -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 EFB3.2.2 EFB3.2.3	-Participa activamente na mellora da súa saúde, tanto dentro como fóra do centro. -Mellorou os seus niveis iniciais de forza, resistencia e flexibilidade. -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. -Realizar exercicios específicos de hixiene postural como andar, levantar pesos, como levar a mochila ou sentarse. -Realización de exercicios específicos para o coidado da columna e do corazón. -Participa en actividades físicas e deportivas organizadas no centro e fóra do centro.	CAA CSIEE
			Lista control e/ou rexistro anecdótico, e/ou rúbrica	10%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	-Entregou todas as tarefas solicitadas. -Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas. -Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia. -Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos. -Ven sempre co seu equipamento	-Observación puntual do comportamento e actitude do alumno. -Coavaliación do funcionamento como grupo. -Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a. -Valoración puntual do grao de esforzo amosado polo alumno/a.	CSC 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 CSC
				100%				

2º	Isto si é ximnasia	B1.1	B1.1	Proba de execución / rúbrica	50%	EFB1.1.1	-É quen de escoller e realizar actividades propias do momento da sesión na que esteamos.	-Execución de quecementos e voltas á calma de xeito autónomo.	CSC CMCCT CAA CSIEE
		B1.2	B1.2			EFB1.1.2	-Fai os quecementos de xeito consciente, como elemento e prevención de riscos.		
		B1.3	B1.3			EFB1.1.3			
		B1.5	B1.4			EFB1.4.3			
		B1.8	B1.5						
		B1.9	B2.1						
		B1.10	B3.1						
B1.11	B3.2								
B1.12	B4.1								
B1.13									
B1.14									
B2.1									
B2.2									
B2.3									
B3.2									
B3.9									
B3.10									
B4.1									
B4.2									
						EFB3.2.1	-Participa activamente na procura de alcanzar retos deportivos para a mellora da condición física. -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. -Participa en actividades físicas e deportivas organizadas no centro e fóra do centro.	CAA
						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. -Creación de figuras e pirámides diversas.	CAA CSIEE
						EFB2.1.1 EFB2.1.2 EFB2.1.3 EFB2.1.4	-Produce accións motoras con finalidade expresiva.	-Execución de movementos encadeados de ximnasia deportiva, dotándoos de expresividade. -Elaboración dunha coreografía grupal sobre a que basear o exercicio de acrosport.	CCEC
						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. -Adopción dos diferentes roles no acrosport.	CAA CSIEE

					<p>EFB4.1.2 EFB4.1.3</p> <p>-É quen de autoavaliar a súa execución en relación a uns criterios coñecidos de antemán. -É quen de avaliar aos compañeiros, a partir duns criterios establecidos de antemán.</p>	<p>-Preparación e execución dun exercicio grupal de acrosport. -Emprego do móbil como ferramenta para proporcionar feedbacks ao alumnado. -Avaliación da execución de compañeiros/as.</p>	CAA 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. -Execución de tarefas con nivel crecente de dificultade.</p>	CAA 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. -Describe os exercicios a realizar en cada fase do quecemento.</p>	<p>-Confección dun quecemento xeral ou dun específico para ximnasia deportiva.</p>	CSC CAA 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 CCL
					<p>EFB3.1.1 EFB3.1.2 EFB3.1.3</p> <p>-Identifica as capacidades físicas implicadas nas actividades propostas. -É quen de relacionar os contidos actuais cos da UD 1.</p>	<p>-Identificación da/s capacidade/s traballada/s nas tarefas propostas. -Relación dos contidos traballados nesta UD cos traballados na UD1</p>	CMCCT CCL
					<p>EFB1.5.1 EFB1.5.2 EFB1.3.3 EFB3.1.6 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. -Usa correctamente as tecnoloxías para escoller cancións axeitadas a súa coreografías e para retratar as composicións que fagan. -Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións</p>	<p>-Emprego do móbil para buscar bases musicais para as súas composicións e para retratalas. -Lectura e análise de artigos que traten temas de saúde relacionados co que se está a traballar en clase.</p>	CD CCL CAA CSC CMCCT

					-Coñece e sabe xustificar a relación entre actividades ximnásticas e saúde.		
					EFB4.1.3 -Describe correctamente e exhaustivamente como deben colocarse os diferentes segmentos para a realización segura e efectiva das diferentes habilidades e das axudas -Identifica correctamente os eixes nos que se realizan os diferentes xiros e viravoltas. -Coñece e relata a historia básica da evolución da ximnasia deportiva.	-Descrición por escrito ou oralmente, como deben colocarse os diferentes segmentos corporais para realizar as habilidades ximnásticas e das axudas, de forma segura. -Relación de diferentes habilidades ximnásticas básicas cos eixes nos que se realizan. -Narración da evolución da ximnasia deportiva, centrada nos seus feitos máis relevantes.	CAA CSIEE CCL
			Lista control e/ou rexistro anecdótico, rúbrica	10%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3 EFB3.2.1 -Entregou todas as tarefas solicitadas. -Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas. -Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia. -Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos. -Ven sempre co seu equipamento deportivo (chándal, tenis e cintas), como medio de prevención de riscos e emprego responsable do material. -Participa activamente e ao longo de toda a clase, na mellora das súas capacidades físicas básicas	-Observación puntual do comportamento e actitude do alumno. -Coavaliación do funcionamento como grupo. -Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a. -Valoración puntual do grao de esforzo amosado polo alumno/a.	CSC 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 CSC
				100%			

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. -Describe os exercicios a realizar en cada fase do quecemento.	-Confección dun quecemento específico para volei.	CSC CAA CCL
		B1.2	B1.2			EFB1.5.1 EFB1.5.2 EFB1.3.3 EFB3.1.6 EFB3.2.4	-Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións -Coñece e sabe xustificar a relación entre a práctica do volei e os seus beneficios na saúde. -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 CCL CAA CSC CMCCT
		B1.3	B1.3			EFB3.1.1	-Identifica as capacidades físicas implicadas nas actividades propostas. -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 CCL
		B1.4	B1.4			EFB3.1.2 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 CCL
		B1.5	B1.5			EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3 EFB1.4.3	-É quen de escoller e realizar actividades propias do momento da sesión na que esteamos. -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 CMCCT CAA CSIEE
		B1.8	B1.4			EFB1.4.1 EFB1.4.3	-Recoñece os elementos de risco que supón a práctica do volei e do volei praia.	-Realización de exercicios de disociación. -Execución de tarefas de pase-recepción e de recepción sobre superficies inestables.	CSIEE 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 EFB4.1.4 EFB4.1.5	-Aplica con corrección os aspectos técnicos básicos de pase-recepción. -Modifica a intensidade dos seus movementos cando é atacante con e sen balón. -Perde menos balóns dende o inicio da UD -Adapta mellor o seu desprazamento en ataque e defensa aos desprazamentos dos/as compañeiros/as	-Execución de tarefas xogadas de volei. -Execución de tarefas analíticas de pase e recepción. -Execución de tarefas de cooperación e oposición. -Execución dunha competición de volei e de volei praia.	CAA 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 CSIEE
					EFB4.1.3	-Verbaliza correctamente como debe ser a intensidade do desprazamento cando se é atacante con balón e sen balón. -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 CSIEE
					EFB4.2.1 EFB4.2.2 EFB4.2.3 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 CSIEE

						<ul style="list-style-type: none"> -Entregou todas as tarefas solicitadas. -Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas. -Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia. -Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos. -Ven sempre co seu equipamento deportivo (chándal e tenis), como medio de prevención de riscos e emprego responsable do material. -Participa activamente e ao longo de toda a clase, na mellora das súas capacidades físicas básicas 	<ul style="list-style-type: none"> -Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a. -Observación puntual do comportamento do alumno. -Coavaliación do funcionamento como grupo. -Anotación das sesións ás que non trouxo o equipamento deportivo específico da materia. -Valoración puntual do grao de esforzo amosado polo alumno/a. 	<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 R I	U.D. 4ºESO	CONTIDOS	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	INSTRUMENTOS AVALIACIÓN	PONDERACIÓN INSTRUMENTOS	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (en VERMELLO OS BÁSICOS)	INDICADORES LOGRO / GRAO MÍNIMO DE CONSECUCCIÓN	SITUACIÓN DE AVALIACIÓN	COMPETENCIAS ASOCIADAS
1º	Somos personal trainers	B1.1 B1.2 B1.3 B1.4 B1.8 B1.9 B1.13 B3.1 B3.2 B3.3 B3.4 B3.5 B3.6 B3.8	B1.1 B1.2 B1.3 B1.4 B1.5 B1.6 B3.1 B3.2	Exame escrito e/ou Proba obxectiva / rúbrica	40%	EFB1.1.1 EFB1.1.2	-Deseña quecementos de forma correcta e creativa, tendo en conta o contido da parte principal da sesión. -Deseña voltas á calma, a partir da análise do contido da PP da sesión.	-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.	CSC CCL
						EFB3.1.1 EFB3.1.2 EFB3.1.3 EFB3.2.1	-Nomea e explica os beneficios máis importantes que a actividade física regular ten para a saúde individual e colectiva, así como os riscos sobre ela dos malos hábitos. -Coñece e entende a definición de saúde da OMS. -Coñece as recomendacións da OMS sobre actividade física e sedentarismo nas diferentes franzas de idade. -Demostra coñecer os beneficios máis salientables do traballo da forza, resistencia e flexibilidade, para a saúde individual e colectiva. -Sabe calcular a FCM e a % na que debe traballala súa resistencia aeróbica, buscando beneficios para a súa saúde. -Xustifica a elección de determinados exercicios de forza, resistencia e flexibilidade como medio para evitar as dores musculares mais habituais producidas polo sedentarismo e os malos hábitos.	-Lectura e análise de artigos e visionado de vídeos nos que se relaciona a actividade física cos beneficios para a saúde (LDL, IMC..) -Cálculo do IMC e do ITC -Avaliación do seu nivel de condición física saudable a través de test específicos e posterior análise crítico do resultado. -Cálculo das % de traballo da resistencia, en función dos seus intereses. -Lectura e análise crítica de etiquetas de alimentos, así como cálculo das calorías aportadas por cada nutrinte. -Deseño de actividades de forza, resistencia e flexibilidade para prever problemas de saúde, en consonancia cas recomendacións da OMS	CMCCT CCL

						<p>EFB1.6.1 EFB1.6.2 EFB1.6.3 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 CCL</p>
				<p>Proba de execución e/ou rúbrica</p>	<p>50%</p>	<p>EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3 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 CSIEE</p>
						<p>EFB1.6.2 EFB1.6.3 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 CCL CMCCT</p>
						<p>EFB1.4.1 EFB3.2.1 EFB3.2.2 EFB3.2.3 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 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 CCL
		B1.2	B1.2				<p>EFB1.2.3</p> <p>EFB1.3.2</p> <p>EFB3.1.1</p> <p>EFB3.1.3</p> <p>EFB3.2.1</p> <p>EFB4.2.5</p> <p>EFB4.2.6</p> <p>EFB4.3.2</p>	<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>

					<p>EFB1.6.1 EFB1.6.2 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. -Actividade: redactamos un <i>artigo de opinión</i>. -Uso de códigos qr para informar sobre o xogo alternativo creado.</p>	<p>CD CCL CMCCT</p>
					<p>EFB1.4.1 EFB1.4.2 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 -Describe correctamente os protocolos a seguir ante unha lesión ou accidente habitual na práctica deportiva. -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) -Argumentación dos pasos dados ante un accidente ou lesión concreta.</p>	<p>CSIEE CCL</p>
			Proba de execución e/ou rúbrica	50%	<p>EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3 EFB1.4.1 EFB3.1.1 EFB3.1.3 EFB3.2.1 EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3 EFB4.2.1 EFB4.2.2 EFB4.2.3 EFB4.2.4 EFB4.2.5 EFB4.2.6 EFB4.3.1 EFB4.3.2 EFB4.3.3</p>	<p>-Prepara e leva á práctica quecementos específicos orixinais e voltas á calma, como medio de prevención de lesións. -Propón xogos alternativos que cumpran cas características dos mesmos -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. -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) -Práctica de diversos xogos e deportes alternativos e adaptados, individuais e colectivos.</p>	<p>CSC CAA CSIEE CMCCT</p>

						EFB1.6.2 EFB1.6.3 EFB3.2.2	-Adquire hábitos de vida saudables, realizando no centro e incluso organizando, actividade física e/ou deportiva.	-Participa de xeito voluntario en actividades físicas e deportivas organizadas no centro.	CD CCL CMCCT																							
				Rúbrica, lista control e/ou rexistro anecdótico	10%	EFB1.5.1 EFB1.5.2 EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3 EFB1.3.1 EFB1.3.3 EFB1.4.1	-Entregou todas as tarefas solicitadas. -Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas. -Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia. -Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.	-Anotación das tarefas entregadas polo alumno/a. -Co avaliación do funcionamento como grupo. -Resolución de tarefas de xeito individual e cooperativo. -Valoración puntual do grao de esforzo manifestado polo alumnado. -Rexistro das sesións nas que o alumnado non respectou as normas da materia en relación á vestimenta.	CSC CSIEE																							
					100%																											
3º	3.Imos ser empresarios!!!	B1.1	B1.1	Proba de execución e rúbrica	70%	EFB1.6.1 EFB1.6.2 EFB1.6.3	-Utiliza as tecnoloxías da información para preparar os eventos a organizar, levalos a cabo e/ou para filmalos e elaborar o dossier a entregar. -Divulga coa antelación suficiente e por medios variados, os eventos organizados pola súa empresa. -Entrega o dossier das actividades deseñadas e dirixidas, cunha calidade moi alta.	-Elaboración e entrega dun dossier que debe cumprir cos puntos e requisitos esixidos. -Recollida por medios audiovisuais, dos eventos organizados. -Co avaliación e autoavaliación do grupo. -Deseño dos carteis publicitarios e divulgación a través deles das actividades a realizar. -Execución dos deberes saudables.	CD CCL																							
		B1.2	B1.2							B1.3	B1.3	B1.4	B1.4	B1.7	B1.5	B1.8	B1.6	B1.9	B2.1	B1.10	B3.1	B1.11	B3.2	B1.12	B4.1	B1.13	B4.2	B2.1	B4.3	B3.1	B3.2	B3.6

		B4.5 B4.6				<p>EFB1.2.3 EFB1.4.1</p> <p>EFB2.1.1 EFB2.1.2 EFB2.1.3 EFB3.1.1 EFB3.1.2 EFB3.2.1 EFB4.2.5 EFB4.2.6 EFB4.3.2 EFB4.3.3</p>	<p>análise da parte principal da sesión. -Presenta propostas respectuosas co medio ambiente ben argumentadas, creativas, seguras, orixinais e actuais de actividade física saudable e as dirixe con acerto.</p>	<p>deportiva, a través da elaboración previa dunha PTO, que debe conter os obxectivos saudables perseguidos coa proposta presentada. -Autoavaliación e coevaluación posterior á dirección da sesión, das actividades propostas.</p>	<p>CSIEE CCEC CCL</p>
		<p>EFB3.2.2 EFB1.6.2 EFB1.6.3</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>CMCCT CD CCL</p>	
		<p>EFB1.5.1 EFB1.5.2 EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3 EFB1.3.1 EFB1.3.3 EFB1.4.1</p>				<p>-Entregou todas as tarefas solicitadas. -Amósase sempre moi respectuosa/o cos compañeiros/as e profesor/a e comprometido/a coas normas da materia e das tarefas. -Asume sempre, total e amplamente, a súa responsabilidade individual e colectiva na materia. -Amosou esforzo constante para conseguir os obxectivos.</p>	<p>-Anotación das tarefas entregadas polo alumnado. -Coavaliación do funcionamento como grupo. -Avaliación da organización dos eventos organizados por outras empresas. -Organización de eventos deportivos. -Observación e rexistro da actitude do alumno ao longo das sesións. -Avaliación da organización dos eventos por parte da profesora. -Rexistro das sesións nas que o alumnado non trouxo o equipamento axeitado segundo o papel a asumir (participante / organizador)</p>	<p>CSC</p>	
			Rúbricas, rexistro anecdótico e lista control	30%					
				100%					

A continuación presentamos algunhas das rúbricas que empregaremos neste curso.

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

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

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), 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
<ul style="list-style-type: none"> • Criterios de avaliación: <p>-Como pode observarse nas táboas expostas no punto 4, os estándares de aprendizaxe están agrupados segundo os instrumentos de avaliación a empregar e o tipo de estándar. En todos os cursos, aqueles estándares que fan referencia a <u>aspectos conceptuais e</u> que se van avaliar con probas obxectivas e exames escritos, pesarán un 40% da nota de cada unidade didáctica. Os que fan referencia a <u>aspectos procedimentais</u>, que se van a avaliar mediante probas de execución, un 50% en todos os cursos e os <u>estándares de aprendizaxe transversais á materia</u>, que recollen</p>

aspectos de carácter actitudinal, avaliaranse a través de listas control, rúbricas e/ou rexistros anecdóticos, **pesando na nota final de cada UD, un 10%**. A excepción ao que acabamos de expor dáse na derradeira UD de 4º ESO, onde os estándares que fan referencia a aspectos procedimentais pasarán un 70% na nota final desa UD, mentres que os estándares de aprendizaxe transversais terán un valor do 30% nesa nota.

Dentro dos estándares de aprendizaxe transversais, para todas as unidades e cursos, inclúense aqueles que buscan a minimización de riscos e a adquisición de hábitos saudables, a través do necesario emprego en todas as sesións do equipamento específico para a materia (chándal e tenis).

-No caso dos estándares que fan referencia a aspectos conceptuais (40% da nota final), **a través dos exames escritos poderase conseguir ata o 30% da nota da UD e o 10% restante poderá obterse a través da realización de probas obxectivas.**

-**No caso do alumnado de 4º ESO**, para incentivar a práctica de actividade física no horario lectivo e o seu espírito emprendedor como organizadores de eventos, dos 5 puntos cos que se valoran os aspectos procedimentais, **destinarase 1** a valorar a participación voluntaria do alumnado en actividades físicas e deportivas que se organicen (ou que organicen eles/as) no centro.

➤ **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.**
- O alumnado que finalmente suspenda a materia, rematada a terceira avaliación ordinaria, poderá recuperala no período abranguido entre a terceira avaliación parcial e a avaliación final, **realizando unha proba escrita global cos contidos das 3 avaliacións.** O valor da proba será de 10 puntos, **tendo o/a alumno/a que obter un mínimo de 5 para dar por recuperada a materia.** Para o alumnado nesta situación, no período comprendido entre o final da terceira avaliación parcial e a data na que se realice a proba escrita global, deseñaranse actividades de reforzo e apoio que lles facilite acadar as aprendizaxes necesarias para poder aprobar 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 de xuño resultará:

A) Do seguinte cálculo: 40% da nota da 1ª avaliación ordinaria, 30% da nota da segunda avaliación e o 30% da nota da terceira avaliación.

B) 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 descrito no apartado A).

Este alumnado, no período abranguido entre o final da terceira avaliación parcial e a avaliación final, fará actividades de consolidación das aprendizaxes do curso, podendo mellorar a súa cualificación final a través da:

- Realización dunha proba escrita global cos contidos das tres avaliacións (xa comentada no apartado B).
- No caso do curso de 4º ESO, ademais da opción anterior, terán a posibilidade de realizar diferentes tarefas propostas pola profesora, a través das que este alumnado **poderá subir ata 1 punto** a súa nota media do curso (ou a súa nota da 3ª avaliación se esta é maior que a media aritmética das 3 avaliacións)

➤ **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.

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%.

Como vimos, dentro dos estándares que fan referencia a aspectos procedimentais, incluímos, cun valor de **ata o 10%** do apartado procedimental, a execución de actividades relacionadas coa asunción de hábitos de vida saudable. Con elas intentamos que o alumnado, tanto dentro como fóra do horario lectivo, realice actividade física / deportiva, reforzando así os contidos traballados no curso e esperando contribuír ao desenvolvemento e mantemento a longo prazo dun estilo de vida saudable.

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.

NOME:	GRUPO:	DATA:		
CUESTIÓNS	VALORACIÓN			
	1	2	3	4
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 mantermos 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.				
Comentario persoal (voluntario)				

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			

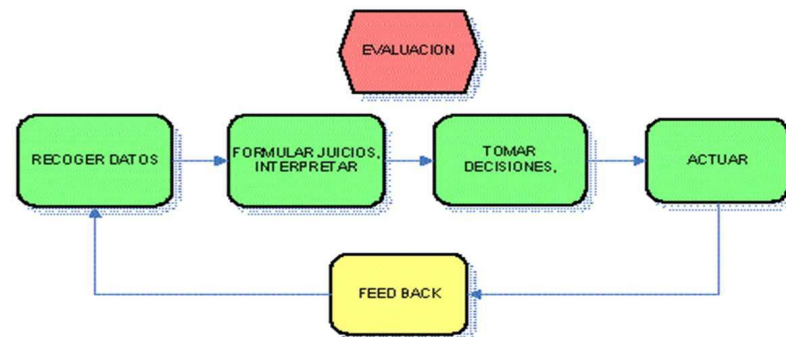
O segundo indicador será comprobar que ademais de respectar a temporalización prevista, a meirande parte do alumnado consegue aprobala materia, significando isto que a gran parte do alumando superou os estándares básicos da materia. Consideraremos que este feito o alcanzaremos cando polo menos **o 75% 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 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/1zvxOlvqmWg?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) 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.

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

CÁLCULO IMC: PESO (EN KG) / ESTATURA (En CMS ao cuadrado)	
Índice de Masa Corporal	Tu rango
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:

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

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

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.

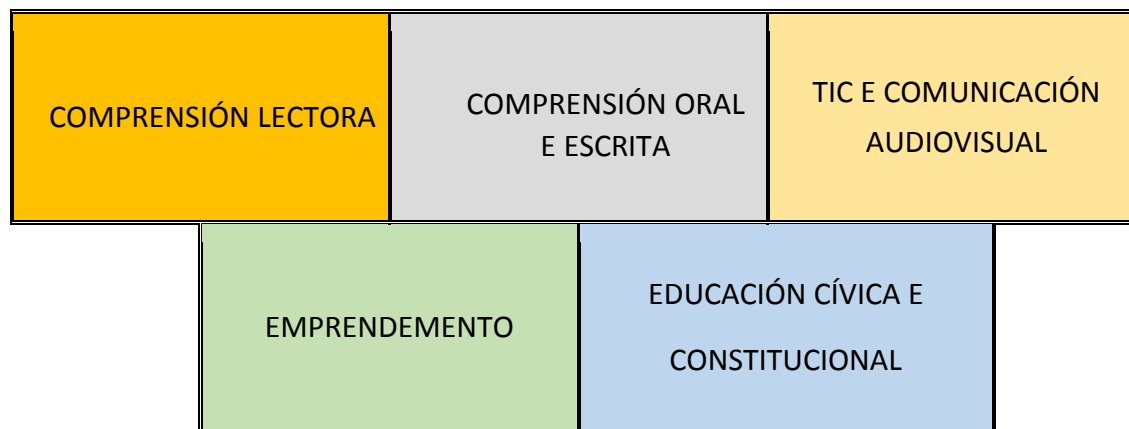
No caso do **alumnado lesionado de longa duración (mais de 2 semanas)** para os que o ditame médico sexa non facer ningún tipo de **actividade física**, ademais do exposto no punto anterior, se lles pedirá aos titores legais do alumno que informen á profesora sobre a lesión/enfermidade e o tempo estimado 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.

RÚBRICA CORRECCIÓN TRABALLOS ESCRITOS		
Entre parénteses mostrase o valor de cada ítem en relación á nota final do traballo	SI	NON
-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%)		
PUNTUACIÓN TOTAL:		

RÚBRICA PARA A EXPOSICIÓNS DE TRABALLOS ORAIS (ata x puntos)				
NOTAS / CATEGORÍAS	SOBRESAÍNTE	NOTABLE	SUFICIENTE	INSUFICIENTE
FALA	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.
VOCABULARIO	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.
VOLUME	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.
POSTURA DO CORPO E CONTACTO VISUAL	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.
CONTIDO	Demostra dominar completamente o tema.	Demostra dominar bastante o tema.	Demostra dominar partes do tema.	Demostra non dominar o tema.
MATERIAL DE APOIO E TECNOLOXÍA	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 EFB1.3.1 EFB1.3.2 EFB1.4.1	-Proba de execución	-Realización das clases no entorno natural próximo ao centro. -Clases /charlas impartidas por persoas alleas ao centro
4º ESO	X	X x	X	x	X	X		EFB1.4.1 EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3 EFB4.3.1 EFB4.3.2 EFB4.3.3 EFB4.2.4 EFB1.6.1	-Proba de execución e rúbrica -Proba obxectiva	-Realización de clases no entorno natural próximo ao centro. -Organización de actividades e eventos para o alumnado do centro e/ou o alumnado do CEIP que temos ao lado. -Actividade de convivencia e inclusión co alumnado / usuarios dalgún centro / asociación que traballe con discapacitados. -Clases /charlas impartidas por persoas alleas ao centro. -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				
2º ESO	x	x		x	X			EFB1.3.1 EFB1.3.2 EFB1.4.3 EFB1.4.4 EFB1.4.5 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. -Realizar unha etapa do Camiño de Santiago en colaboración coa Fundación Galega contra o Narcotráfico.
4º ESO	x			x				EFB1.4.1 EFB3.1.4 EFB3.2.1 EFB3.2.2 EFB4.1.3 EFB4.3.2 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....			
Conclusións:			
Propostas de mellora:			

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.