

PROGRAMACIÓN DO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DO IES AS BIZOCAS

CURSO 2019-2020



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.22
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.23
5.Concrecións metodolóxicas que require a materia	Páx.28
6.Materiais e recursos didácticos que se van a utilizar	Páx.30
7.Criterios sobre a avaliación, cualificación e promoción do alumnado	Páx.33
8.Indicadores de logro para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente	Páx.82
9.Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentas	Páx.87
10.Deseño da avaliación inicial e medidas individuais ou colectivas que se poidan adoptar como consecuencia dos seus resultados	Páx.87
11.Medidas de atención á diversidade	Páx.96
12.Concreción dos elementos transversais que se traballarán no curso que corresponda	Páx.100
13.Actividades complementarias e extraescolares programadas para cada curso	Páx.105
14.Mecanismos de revisión, de avaliación e de modificación da programación didáctica en relación cos resultados académicos e procesos de mellora	Páx.106
15.Bibliografía	Páx.108

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”.*

Comezamos con esta referencia porque nos parágrafos anteriores recóllense as liñas que van guiar a nosa actuación docente:

- Promover o desenvolvemento integral dos alumnos 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 converta a práctica de actividade física nun hábito ao longo de toda a súa vida como fonte de saúde, felicidade e benestar.

1.2 Contextualización:

1.2.1Características 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 repartidos do seguinte xeito:

ALUMNADO POR CURSO		
CURSO	Nº TOTAL DE ALUMNOS	DOS CAIS SON REPETIDORES...
• 1º ESO A	19	2
• 1º ESO B	19	3
• 1º ESO C	16	2
• 2º ESO A	25	1
• 2º ESO B	24	0
• 3º ESO A	20	1
• 3º ESO B	20	2
• 4º ESO A	12	2
• 4º ESO B	21	2

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 alumnos e cunha porcentaxe de inmigrantes case nulo.

A materia ten que impartirse en castelán en 1º de ESO e en galego nos demais cursos.

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 COGNOSCITIVO	DESENVOLVEMENTO DA PERSONALIDADE	RELACIÓNS SOCIAIS NA ADOLESCENCIA
<ul style="list-style-type: none"> -Prodúcese un aumento de estatura e peso. -Aumento de peso e tamaño do corazón. -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"> -Acceso ao pensamento hipotético-dedutivo ou formal. -Aparición da intelixencia abstracta. 	<ul style="list-style-type: none"> -Reelaboración da imaxe corporal a partir da súas percepcións a das dos demais. -Necesidade de recoñecemento por parte de persoas significativas para o adolescente. -Gran atención ao corpo e a propia imaxe. 	<ul style="list-style-type: none"> -Emancipación da familia e desexo de independencia. Conflitos. -O grupo asume unha importancia e influencia moi grande. -Desenvolvemento moral. Capacidade para ver o mundo e a si mesmo dende o punto de vista de outros.

Fonte: Varios (1997) La educación Física en Secundaria.

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.

A gran maioría do alumnado (arredor do 80%) practica actividade física ou deportiva fóra do horario escolar.

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.
- 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. Aínda que non van a ser un espazos de uso frecuente, sobre todo no terceiro trimestre poderemos desenvolver nestes espazos algunhas das sesións.

1.2.4 O Departamento de Educación Física:

É un Departamento unipersonal composto por unha profesora de ensino secundario con destino definitivo, que imparte docencia a tódolos cursos.

1.3 Unidades didácticas que imos traballar no curso 2019-2020

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 e cos estándares de aprendizaxe.

TRIMESTRE	U.D <u>1ºESO</u>	OBXECTIVOS DE ETAPA	CONTIDOS	CRITERIOS AVALIACIÓN	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (EN VERMELLO OS BÁSICOS)
1º	1. Móvome para estar san l	B, F, G, M	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B1.11, B1.14, B3.1, B3.2, B3.3, B3.4, B3.6	B1.1, B1.2, B1.4, B1.5, B3.1, B3.2	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB1.2.3, EFB1.4.1, EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.3, EFB1.3.3, EFB3.1.1, EFB3.1.2, EFB3.1.3, EFB3.2.1, EFB3.2.3
2º	2. Todos para un e un para todos!!	A, B, D, G, M	B1.1, B1.4, B1.5, B1.6, B1.14, B3.1, B3.4, B4.4, B4.5	B1.1, B1.2, B1.5, B3.1, B3.2, B4.1, B4.2	EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.2.1, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB3.1.3, EFB3.2.3, EFB4.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB3.2.1, EFB1.5.1, EFB1.3.3
3º	4. Actividades de lecer no entorno próximo	A, C, D, G, L, M, Ñ	B1.1, B1.2, B1.4, B1.5, B1.7, B1.8, B1.14, B4.1, B4.3	B1.1, B1.2, B1.3, B1.5, B4.1	EFB1.1.2, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.2, EFB1.4.1, EFB1.4.1, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.1.3, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB3.2.3, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.4

TRIMESTRE	U.D <u>2ºESO</u>	OBXECTIVOS DE ETAPA	CONTIDOS	CRITERIOS AVALIACIÓN	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (EN VERMELLO OS BÁSICOS)
1º	1. Sans, fortes e resistentes	B, G,F,M	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B1.8, B1.11, B1.14, B3.1, B3.2, B3.4, B3.6, B3.7, B3.8, B3.9, B3.10	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B3.1, B3.2	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.3.3, EFB3.1.1, EFB3.1.4, EFB3.1.5, EFB3.1.6, EFB3.2.4, EFB1.5.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, , EFB1.2.3, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3
	2. Preparámonos para socorrer I	B, M, G	B1.3, B1.4, B1.6, B1.11, B1.14, B3.6	B1.1, B1.2, B1.4, B1.5, B3.2	EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB3.2.3
2º	3. Isto si é ximnasia!!!	A, B, G, M	B1.1, B1.2, B1.3, B1.5, B1.10, B2.1, B3.1, B3.2, B3.9, B4.2	B1.1, B1.2, B1.4, B1.5, B2.1, B3.1, B3.2, B4.1	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.3.3 EFB1.4.1 EFB2.1.1, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB3.2.4, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB3.1.1, EFB3.1.4, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB3.2.3
3º	4. Construimos co noso corpo	B, D, G, L, M, N, Ñ	B1.1, B1.3, B1.5, B1.10, B1.14, B2.1, B2.2, B2.3, B3.1, B3.4, B4.1	B1.1, B1.2, B1.4, B1.5, B2.1, B3.1, B4.1	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.4.1, EFB1.4.1, EFB1.4.3, EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.3, EFB2.1.4, EFB3.1.1, EFB3.1.2, EFB3.1.3, EFB4.1.1,

TRIMESTRE	U.D <u>3ºESO</u>	OBXECTIVOS DE ETAPA	CONTIDOS	CRITERIOS AVALIACIÓN	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (EN VERMELLO OS BÁSICOS)
1º	1. Móvome para estar san II	B, M	B1.1, B1.2, B1.3, B1.5, B1.10, B1.14, B3.1, B3.4, B3.7, B3.8, B3.9, B3.10, B3.11, B3.12	B1.1, B1.2, B1.4, B1.5, B3.1, B3.2	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.4.1, EFB3.1.1, EFB3.2.3, EFB3.2.4, EFB3.1.3, EFB3.1.5, EFB3.1.6, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4, EFB1.5.2, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3
2º	2. Somos Carolina Marín	A, B, G, M	B1.1, B1.2, B1.3, B1.5, B3.1, B4.2, B4.4, B4.5	B1.1, B1.2, B3.1, B4.1, B4.2	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.3, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB3.1.1, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4
3º	3. Comunícome sen falar	B, D,F,G,M,N	B1.3, B1.4, B1.5, B1.13, B1.14, B2.1, B2.2	B1.2, B2.1, B1.5	EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB2.1.1, EFB2.1.2, EFB2.1.4, EFB2.1.3, EFB2.1.1, EFB1.5.1, EFB1.5.2

TRIMESTRE	U.D 4º ESO	OBXECTIVOS DE ETAPA	CONTIDOS	CRITERIOS AVALIACIÓN	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (EN VERMELLO OS BÁSICOS)
1º	1. Somos personal trainer	B,F,G,M	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	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB.1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB1.6.1, EFB1.6.2, EFB1.6.2, EFB1.6.3, EFB3.1.1, EFB3.1.2, EFB3.1.3, EFB3.2.1, EFB3.2.2, EFB3.2.3, EFB3.2.4
2º	.Xogos e deportes alternativos e adaptados	A,B,D, E,G H, I,M, Ñ, O	B1.1, B1.2, B1.4, B1.7, B1.8, B1.9, B1.10, B1.11, B1.12, B2.1, B3.1, B4.1, B4.2, B4.6	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B2.1, B3.1, B4.1, B4.2, B4.3	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB.1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB3.1.1, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4, EFB4.2.5, EFB4.2.6, EFB4.3.2
3º	3. I mos ser empresarios!!	A,B,C, D,G,M	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B1.6, B2.1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4, B1.5, B1.6, B2.1	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.6.1, EFB1.6.2, EFB1.6.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB3.1.3, EFB4.2.4, EFB4.2.5

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 vermello se marcan aqueles que non serán traballados no presente curso.

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. No caso deste perfil, en vermello sublíñanse aqueles que non se traballarán neste curso académico, de xeito que o perfil de competencia resultante sexa fiel reflexo da realidade do que vai selo desenvolvemento da nosa programación.

PERFIL DO ÁREA ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE 1º ESO	PERFIL DE COMPETENCIA COMPETENCIAS CLAVE							
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	TOTAL
1º-EFB1.1.1 Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados		X			X			2
EFB1.1.2 Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas				X	X			2
1º-EFB1.1.3 Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física					X			1
1º-EFB1.2.1 Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a					X			1
1º-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
1º-EFB1.2.3 Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.					X			1
1º-EFB1.3.1 Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas					X			1
1º-EFB1.3.2 Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.					X			1
1º-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
1º-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 ou para as demais persoas					X	X		2
1º-EFB1.4.2 Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno						X		1

1º-EFB1.5.1 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	x		x					2
1º-EFB1.5.2 Expón e defende traballos sinxelos sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	X		x					2
1º-EFB2.1.1 Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade							x	1
1º-EFB2.1.2 Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo							x	1
1º-EFB2.1.3 Colabora na realización de bailes e danzas.							x	1
1º-EFB3.1.1 Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable		x						1
1º-EFB3.1.2 Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.		X		x				2
1º-EFB3.1.3 Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.		X						1
1º-EFB3.2.1 Iníciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.				X				1
1º-EFB3.2.2 Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.				X				1
1º-EFB3.2.3 Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.		X					x	2
1º-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
1º-EFB4.1.2 Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.				X			x	2

1º-EFB4.1.3 Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade				x		x		2
1º-EFB4.1.4 Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.				X		x		2
1º-EFB4.2.1 Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades fíicodeportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.				X		x		2
1º-EFB4.2.2 Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.				X		x		2
1º-EFB4.2.3 Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.				X		x		2
TOTAL 29 ESTÁNDARES EN 1º ESO 28 ESTÁNDARES PREVISTOS TRABALLAR NO CURSO 2019/2020	2/2	5/5	2/2	10/11	10/10	10/10	3/3	42/ 43
	4,7 %	12%	4,7%	23,8%	23,8%	23,8%	7,1%	100%
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	

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 Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno						X		1
2º-EFB1.4.3 Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable						X		1

2º-EFB1.5.1 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	x		x					2
2º-EFB1.5.2 Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	X			X				2
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 Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo		x						1
2º-EFB3.1.2 Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.		X						1
2º-EFB3.1.3 Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.		X						1
2º-EFB3.1.4 Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.		X						1
2º-EFB3.1.5 Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.		X						1
2º-EFB3.1.6 Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde		x			x			2
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 simplificada e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.				X		x		2
2º-EFB4.2.3 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 33 ESTÁNDARES PREVISTOS TRABALLAR NO CURSO 2019 / 2020	2/2	7/7	1/1	13/14	9/11	11/13	4/4	47/53
	4,2%	15%	2,1%	27,6	19,1%	23,4%	8,5%	100%
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	

PERFIL DO ÁREA ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE <u>3º ESO</u>	PERFIL DE COMPETENCIA COMPETENCIAS CLAVE							
	CCL	CMCCT	CD	CAA	CSC	CSIEE	CCEC	TOTAL
3º-EFB1.1.1 Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados		X			X			2
3ºEFB1.1.2 Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de acordo co contido que se vaian realizar, de forma autónoma e habitual					X			1
3º-EFB1.1.3 Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades					X			1
3º-EFB1.2.1 Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a					X			1
3º-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
3º-EFB1.2.3 Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.					X			1
3º-EFB1.3.1 Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas					X			1
3º-EFB1.3.2 Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.					X			1
3º-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
3º-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
3º-EFB1.4.2 Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno						X		1
3º-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								
3º-EFB1.5.1 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	x		x					2
3º-EFB1.5.2 Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	X		x					2
3º-EFB2.1.1 Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade							x	1
3º-EFB2.1.2 Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado							x	1
3º-EFB2.1.3 Colabora no deseño e realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos compañeiros e á das compañeiras							x	1
3º-EFB2.1.4 Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos							x	1
3º-EFB3.1.1 Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo		x						1
3º-EFB3.1.2 Asocia os sistemas metabólicos e de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, alimentación e a saúde.		X						1
3º-EFB3.1.3 Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva.		X						1
3º-EFB3.1.4 Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.		X						1
3º-EFB3.1.5 Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.		X						1
3º-EFB3.1.6 Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde		x			x			2
3º-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

3º-EFB3.2.2 Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.				X				1
3º-EFB3.2.3 Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.				X		x		2
3º-EFB3.2.4 Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.				X				1
3º-EFB4.1.1 Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas, das actividades proposta,, respectando as regras e as normas establecidas				x		x		2
3º-EFB4.1.2 Autoavalía a súa execución de xeito con respecto ao modelo técnico formulado				x		x		2
3º-EFB4.1.3 Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.				X		x		2
3º-EFB4.1.4 Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoesixencia e superación.				X		x		2
3º-EFB4.1.5 Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades.				X		x		2
3º-EFB4.2.1 Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades fíicodeportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.				X		x		2
3º-EFB4.2.2 Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas				x		x		2
3º-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
3º-EFB4.2.4 Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.				X		x		2
TOTAL 37 ESTÁNDARES EN 3º ESO 34 ESTÁNDARES PREVISTOS TRABALLAR NO CURSO 2019 / 2020	2/2	7/7	2/2	12/13	11/11	12/13	3/4	49/52
	4,1%	14,2%	4,1%	24,5%	22,4%	24,5%	6,1%	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.									
4º-EFB1.4.2							X		1
Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.									
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.									
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.									
4º-EFB1.5.2						X			1
Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.									
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.									
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.									
4º-EFB1.6.3	x			x					2
Comunica e comparte información e ideas nos contornos e soportes apropiados									
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									
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.									
4º-EFB2.1.3								x	1
Colabora no deseño e realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas									

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				X		x		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.								
4º-EFB4.2.3				x		x		2
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								
4º-EFB4.2.4				X		x		2
Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.								
4º-EFB4.2.5				X		x		2
Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.								
4º-EFB4.2.6				x		x		2
Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno								
4º-EFB4.3.1		X			x			2
Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.								
4º-EFB4.3.2		x			x			2
Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida								
4º-EFB4.3.3		X			x			2
Demuestra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.								
Total 40 estándares 36 ESTÁNDARES PREVISTOS TRABALLAR NO CURSO 2019 / 2020	3/3	9/11	3/3	9/9	12/14	12/12	2/4	50/56
	6%	18%	6%	18%	24%	24%	4%	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	
1º 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-Inculcar 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.</p>
2º ESO	<p>Os 6 obxectivos anteriores. No nº 5, cambiar lingua castelá por lingua galega .No nº 6, cambiar inculcar por afianzar.</p> <p>7- Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes ao deporte galego, español e mundial.</p>
3º ESO	<p>Os 7 anteriores máis:</p> <p>8-Utilizar diversos medios de expresión e representación para comunicar mensaxes, sentimentos ou emocións.</p>
4º ESO	<p>Os 8 anteriores máis:</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).

Nas táboas que se amosan a continuación, establécese para cada curso, a temporalización dos estándares de aprendizaxe, tanto ao longo dos trimestres (T1, T2..) como de cada Unidade Didáctica, xunto cos instrumentos e procedementos de avaliación que imos a utilizar para determinar o súa consecución, así como o grao mínimo de consecución establecido para cada estándar.

1º ESO					
ESTÁNDARES	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3	PROCEDIMENTOS DE AVALIACIÓN	INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN
EFB1.1.1	X			Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB1.1.2	X	x	x	Observación, experimentación	Ex. escrito, pr. Obxectiva / lista control e rexistro
EFB1.1.3	X	X	X	Observación	Lista control e rexistro anecdótico
EFB1.2.1	X	X	X	Observación	lista control e rexistro anecdótico
EFB1.2.2	X	X	X	Observación	lista control e rexistro anecdótico
EFB1.2.3	x	X	x	Observación	lista control e rexistro anecdótico
EFB1.3.1			x	Experimentación	Ex. escrito e proba de execución
EFB1.3.2			X	Experimentación	Ex. escrito e proba de execución
EFB1.3.3	X			Experimentación	Ex. escrito e proba de execución
EFB 1.4.1	X		X	Observación	lista control e rexistro anecdótico
EFB1.4.2			X	Experimentación	Ex. Escrito e proba de execución
EFB1.5.1	X		X	Experimentación	Ex. escrito e proba de execución
EFB1.5.2	X		X	Experimentación	Ex. escrito e proba de execución
EFB2.1.1	X			Experimentación	Pr. De execución,
EFB2.1.2	X			Experimentación	Pr. De execución,
EFB2.1.3	X			Experimentación	Pr. De execución,
EFB3.1.1	X			Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB3.1.2	X			Experimentación	Proba de execución
EFB3.1.3	X	X		Experimentación	Proba de execución
EFB3.2.1		X		Observación	lista control e rexistro anecdótico
EFB3.2.3	X	X	X	Observación	lista control e rexistro anecdótico

EFB4.1.1		X	X	Experimentación	Pr. De ejecución,
EFB4.1.2		X	X	Experimentación	Ex. Escrito e proba de ejecución
EFB4.1.3		X		Experimentación	Pr. De ejecución,
EFB4.1.4			X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB4.2.1		X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB4.2.2		X		Experimentación	Pr. De ejecución
EFB4.2.3		X		Experimentación	Pr. De ejecución

2º ESO						
ESTÁNDARES	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3	T3 UD4	PROCEDIMIENTOS DE AVALIACIÓN	INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN
EFB1.1.1	X	X	X	X	Experimentación	Pr. De ejecución
EFB1.1.2	x				Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito
EFB1.1.3	x	x			Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito / Pr. De ejecución
EFB1.2.1	x	x	x	X	Observación	Lista control, rexistro anecdótico
EFB1.2.2	x	x	x	x	Observación	Lista control, rexistro anecdótico
EFB1.2.3	x	x	x	x	Observación	Lista control, rexistro anecdótico
EFB1.3.3	x				Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito
EFB1.4.1		X	X	X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito
EFB1.4.2		X			Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito / Pr. De ejecución
EFB1.4.3				X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito
EFB1.5.2	x	x	x	X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB2.1.1		x	X	X	Experimentación	Pr. De ejecución
EFB2.1.2				X	Experimentación	Pr. De ejecución
EFB2.1.3				X	Experimentación	Pr. De ejecución
EFB2.1.4				X	Experimentación	Pr. De ejecución
EFB3.1.1			X	X	Experimentación	Pr. obxectiva, Ex. escrito / Pr. de ejecución
EFB3.1.2				X	Experimentación	Pr. obxectiva, Ex. escrito / Pr. de ejecución
EFB3.1.3				X	Experimentación	Pr. obxectiva, Ex. escrito / Pr. de ejecución
EFB3.1.4	x	x			Experimentación	Pr. De ejecución
EFB3.1.5	x				Experimentación	Pr. De ejecución
EFB3.1.6	x				Experimentación	Pr. obxectiva, Ex. escrito
EFB3.2.1	x				Observación	Lista control, rexistro anecdótico
EFB3.2.3	x	x	x		Observación /	Lista control, rexistro anecdótico / Pr. de ejecución
EFB3.2.4	x				Experimentación	Pr. obxectiva, Ex. escrito

EFB4.1.1			X	X	Experimentación	Pr. De ejecución
EFB4.1.2			X		Experimentación	Pr. De ejecución
EFB4.1.3			X		Experimentación	Pr. obxectiva, Ex. escrito
EFB4.1.4			X		Experimentación	Pr. De ejecución

3º ESO						
ESTÁNDARES	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3	PROCEDEMOTOS DE AVALIACIÓN	INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	
EFB1.1.1	x	X		Experimentación	Ex. escrito, pr. obxectiva	
EFB1.1.2	x	x	X	Experimentación	Ex. escrito, pr. obxectiva / Pr. de ejecución	
EFB1.1.3	x			Experimentación	Ex. escrito, pr. obxectiva / Pr. de ejecución	
EFB1.2.1	x	x	X	Observación	Rúbrica	
EFB1.2.2	x	x	x	Observación	Rúbrica	
EFB1.2.3	x	x	x	Observación	Rúbrica	
EFB 1.4.1	x			Experimentación, observación	Pr. de ejecución / Lista control e rexistro anecdótico	
EFB1.4.2		X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito / Pr. de ejecución	
EFB1.5.1			X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito	
EFB1.5.2	x	x	X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. Escrito	
EFB2.1.1			X	Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito / Pr. de ejecución	
EFB2.1.2			X	Experimentación	Pr. de ejecución	
EFB2.1.4			X	Experimentación	Pr. de ejecución	
EFB3.1.1	x	X		Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito / Pr. de ejecución	
EFB3.1.3	x			Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito	
EFB3.1.5	X			Experimentación	Pr. de ejecución	
EFB3.1.6	x			Experimentación	Ex. escrito, pr. obxectiva	
EFB3.2.1	x			Experimentación	Pr. de ejecución	
EFB3.2.3	x		X	Observación	Lista control e rexistro anecdótico	
EFB3.2.4	x			Experimentación	Ex. escrito, pr. obxectiva	
EFB4.1.1		x		Experimentación	Pr. De ejecución	
EFB4.1.2		x		Experimentación	Pr. De ejecución	
EFB4.1.3		x		Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito	
EFB4.1.4		x		Experimentación	Pr. De ejecución	
EFB4.2.1		x		Experimentación	Pr. De ejecución	
EFB4.2.2		x		Experimentación	Pr. De ejecución /Pr. obxectiva, ex. escrito	
EFB4.2.3		x		Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito	

EFB4.2.4		X		Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
----------	--	---	--	-----------------	----------------------------

4º ESO						
ESTÁNDARES APRENDIZAXE	TEMPORALIZACIÓN				PROCEDEMENTOS AV.	INSTRUMENTOS AV.
	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3			
EFB1.1.1	x	x	X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB1.1.2	x	x	X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB1.1.3	x	x	X		Experimentación	Pr. execución
EFB1.2.1	x	x			Experimentación, observación	Pr. De execución, rúbrica
EFB1.2.2	x	x			Observación	Rúbrica , lista control
EFB1.2.3		x			Experimentación, observación	Pr. De execución, rúbrica
EFB1.3.1	x	x	x		Observación	Lista control / rexistro anecdótico
EFB1.3.2		x	X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito
EFB1.3.3	x	x			Observación	Lista control / rexistro anecdótico
EFB1.4.1	x	x	X		Observación	Lista control / rexistro anecdótico Pr.
EFB1.4.2		x	X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito / Pr. de execución
EFB1.4.3		x	X		Experimentación	Pr. Obxectiva, ex. escrito / Pr de execución
EFB1.5.1	x	x	X		Observación	Lista control / rexistro anecdótico
EFB1.5.2	x	x	X		Observación	Lista control / rexistro anecdótico
EFB1.6.1	x				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB1.6.2	x				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB1.6.3	x				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB3.1.1	x	X			Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB3.1.2	x				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB3.1.3	X				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB3.2.1	x				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB3.2.2	x				Observación, experimentación	Pr. De execución, rúbrica
EFB3.2.3	x				Experimentación	Pr. De execución, rúbrica
EFB3.2.4	x				Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito
EFB4.1.1		x			Observación, experimentación	Pr. De execución, rúbrica
EFB4.1.2		x			Observación, experimentación	Pr. De execución, rúbrica
EFB4.1.3		x			Observación, experimentación	Pr. De execución, rúbrica
EFB4.2.2		x			Experimentación	Pr. De execución
EFB4.2.3		x			Experimentación	Pr. De execución
EFB4.2.4		x	x		Experimentación	Pr. obxectiva, ex. escrito / Pr. De execución
EFB4.2.5		x	x		Experimentación	Pr. De execución

EFB4.2.6		x			Experimentación	Pr. De execución
EFB4.3.2		x			Experimentación	Pr. De execución / Pr. obxectiva, ex. escrito

5. Concrecións metodolóxicas que require a materia.

O currículo da nosa área danos unhas orientacións metodolóxicas que teremos que ter en conta no desenvolvemento da nosa programación e que deben guiar a nosa actividade docente: **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.** Concretamente, no desenvolvemento das diferentes Unidades Didácticas utilizaremos **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, segundo consideremos máis axeitado en cada momento, 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**, *tareas 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.

Recorreremos constantemente ao **traballo cooperativo** en tódolos cursos como metodoloxía que permita ao alumnado interaccionar, dialogar, propor ideas, escoitar, discutir e construír a súa aprendizaxe, desenvolvendo varias competencias clave e potenciando a inclusión de todo o alumnado.

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

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

- 1-Que posibilite que todo o alumnado teña fácil acceso á información, prestando especial atención aos alumnos con necesidade educativas especiais.
- 2-Que permita un aproveitamento óptimo do material por parte de todos os alumnos, evitando a colocación incorrecta do mesmo para evitar posibles accidentes.
- 3- Ao control de continxencias, de xeito que se garantice unha práctica segura por parte do alumnado.
- 4-Que os espazo sexa un elemento potenciador das aprendizaxes.

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

-Seremos moi concretos nas fase informativa da sesión.

-Evitaremos no posible as filas de espera, así como os xogos e as tarefas que impliquen a eliminación dos alumnos na tarefa a realizar.

-Proporemos tarefas con alto grado de compromiso motor, maximizando a utilización dos recursos materiais e espaciais 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, no reparto de material...

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**:

Dado que o traballo cooperativo vai a estar sistematicamente presente nas clases, a organización do alumnado farase primordialmente en grupos de traballo, que se manterán ao longo da sesión para evitar perder tempo nos cambios das formacións. Quen integra cada grupo será decidida

polo propio alumnado nalgunhas ocasións, noutras ligarase ao azar e noutros momentos será a profesora, si así o considera, quen interveña na formación dos grupos por razóns varias (igualar os grupos en canto a nivel de competencia motriz, non permitir que determinados alumnos/as traballen xuntos se demostraron non aproveitar ben o tempo, integrar a algún alumno/a..)

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
15	Aros
8	Balizas
18	Balóns de baloncesto
19	Balóns de balonmán (3 azuis / 7 amarelos / 9 varios)
3	Balón de fútbol sala
10	Balóns de espuma
79	Balóns de rugby
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	Banda de látex de densidade media (azul)
1	Banda de látex de resistencia alta (rosa)
15	Bandas elásticas de diferente resistencia
1	Bate plástico de béisbol
1	Bomba
1	Bote pelotas tenis mesa
10	Botes volantes bádmiton
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
12	Colchóns finos
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 32cm
2	Contrapesos voleibol
3	Discos lanzamiento
13	Frisbee
28	Indiaca
3	Mesas tenis de mesa
1	Minitramp
20	Paus cesta punta (11 azuis / 7 vermellos / 2 rosas)
7	Pelotas fit ball (3 de 55cm / 2 de 65cm / 2 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)
11	Picas de madeira
1	Plinton
3	Podómetros
2	Porterías pequenas
2	Postes de salto de altura
2	Postes de voleibol

27	Raquetas de bádminon
2	Raquetas tenis de mesa
2	Redes azuis para gardar balóns baloncesto
4	Redes aros baloncesto
3	Redes tenis de mesa
2	Redes de voleibol
24	Sticks de hóckey (12 azuis / 12 amarelos)
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

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.
- Inculcar a importancia do correcto uso do material e de como debe trasladarse para evitar que se deteriore, para facilitar o control de continxencias e para insistir na educación postural.
- Colocación e recollida do material entre todo a o alumnado e o perfecto almacenamento do mesmo.

En relación ao uso **doutros recursos didácticos**, empregaremos *apuntes* de cada Unidade Didáctica que serán entregados pola profesora ao alumnado deixándoos na conserxería e colgándoos no blog da materia (efbizocas.blogspot.com). 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 móbil da profesora o empregaremos no aula para ofrecer feedbacks inmediatos ao alumnado, por medio de fotografías ou gravacións das actividades que estean a realizar.

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 de aprendizaxe, desenvolvemento das capacidades previstas e de asimilación dos contidos.
- Realizar modificacións na programación.

Polo que acabamos de dicir, a avaliación que levaremos a cabo farémola en momentos diferentes: será inicial (apartado 10 desta programación), formativa e final ou sumativa.

Neste proceso avaliador buscaremos que o alumnado teña unha participación activa no mesmo, buscando que reflexione tras cada sesión, en cada trimestre, sobre a súa actitude, o interese e esforzo mostrado, sobre as aprendizaxes que vai adquirindo....

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 CUALIFICACIÓN PARA OS CATRO CURSOS DA ESO

Como pode observarse nas seguintes táboas, os estándares de aprendizaxe están agrupados segundo os **instrumentos de avaliación** a empregar. Aqueles que se vaian avaliar con probas obxectivas e exames escritos, valerán un **30%** da nota de cada unidade didáctica; os que se avalíen mediante probas de execución, un **40%** e os que se avalíen a través dunha lista control, rúbrica e/ou rexistro anecdótico, outro **30%**.

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 alumando obterase facendo media entre as notas obtidas en cada instrumento de avaliación, en cada unha das unidades traballadas nese trimestre. **Á hora de redondear as notas, actuaremos do seguinte xeito:**

-Cando o decimal sexa 5 ou un número menor de 5, redondearase a nota á baixa (exemplo, 4,5 = 4)

-Cando o decimal sexa superior a 5, redondearemos cara arriba, **sempre que** se dea esta condición, que o alumno/a, teña acadado polo menos un 1,5 no conxunto de estándares de carácter condutual, aqueles que se avalían cunha rúbrica e/ou rexistro anecdótico e que valen ata un 30% da nota final. De non ser así, a nota redondearase á baixa. Por exemplo, se un alumno ou alumna ten como nota final da avaliación un 4,6 pero na nota dos estándares de carácter condutual ten un 1, se lle redondeará a nota a un 4.

O alumnado que non supere algún trimestre, terá que recuperalo, tendo en conta os estándares non alcanzados e o instrumento polo que se avalían eses estándares suspensos. Se a nota obtida entón, sumada ás que xa obtivera no trimestre suspenso, da polo menos un 5, darase o trimestre por superado. Na páxina 80 desta programación se detalla mais este punto.

IMPORTANTE:

- Se algún alumno é sorprendido copiando nun exame escrito, **SE LLE RETIRARÁ O EXAME**, sendo este cualificado cun 0. Este alumno terá a oportunidade de volver a facelo exame escrito, tal e como se explica na páxina 80 desta programación, en relación a como proceder co alumnado que suspende unha avaliación, se o 0 ten como consecuencia que o alumno suspende a avaliación, tendo en conta o valor do exame nese trimestre.

- 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 o día estipulado para entregar algunha actividade ou traballo, DEBERÁ XUSTIFICAR A SÚA 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 entregue ou ensine esta xustificación.
- Se nalgunha proba obxectiva hai certeza de que as respostas foron copiadas doutro compañeiro, se lle porá un 0 á persoa que copiou, nesa actividade. Á persoa que lle facilitou que copiase, se lle reducirá a nota obtida nun 50%.

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 estándares. Esta última columna a incluimos para que nos sexa máis doado relacionar nunha ollada, estándar e competencia.

TR I	U.D. <u>1º ESO</u>	CONTIDOS	C. AVALIACIÓN	INSTRUMENTOS AVALIACIÓN	PONDERACIÓN INSTRUMENTOS	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (en VERMELLO OS BÁSICOS)	INDICADORES LOGRO / GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN	SITUACIÓN DE AVALIACIÓN	COMPETENCIAS ASOCIADAS		
1º	1.Móvome para estar san I	B1.1	B1.1	Exame escrito e/ou probas obxectivas	30%	EFB1.1.1	-Recoñece as diferentes partes dunha sesión de actividade física, segundo o tipo e intensidade das actividades realizadas: quecemento, PP e volta á calma.	-Elaboración dunha sesión de traballo dunha cfb, dividida en quecemento, pp, e volta á calma.	CSC CMCT		
		B1.2	B1.2				EFB1.1.2	-Deseña correctamente quecementos xerais, seguindo as orientacións dadas pola profesora.		-Confección dun quecemento xeral.	CSC CAA
		B1.3	B1.4					EFB1.5.1 EFB1.5.2		-Elabora documentos dixitais onde explica e amosa como debe levarse a cabo correctamente, un quecemento xeral. -Busca información sobre temas tratados nesta avaliación.	
B1.4	B1.5										
B1.5	B3.1										
		B1.11	B3.2								
		B1.14									
		B3.1									
		B3.2									
		B3.3									
		B3.4									
		B3.6									

						<p>-Demuestra que sabe confeccionar un almorzo saudable e que coñece os riscos de non almorzar saudablemente na súa saúde.</p> <p>-Relaciona ampla e positivamente os hábitos alimenticios saudables cos beneficios para a saúde, con especial incidencia no almorzo.</p> <p>-Coñece a pirámide alimenticia e entende os principios nos que se basea.</p>	<p>-Apuntamento durante 1 semana do que almorza, facendo un posterior análise de si é ou non un almorzo saudable.</p> <p>-Lectura e análise dun artigo sobre os beneficios que para a saúde ten almorzar saudablemente e dos riscos para o rendemento académico e para a súa saúde ten non almorzar.</p> <p>-Análise crítica da pirámide alimenticia e comparación ca súa alimentación.</p>	<p>CMCCT CSC</p>
						<p>-Identifica resistencia aeróbica forza e flexibilidade dos beneficios que aportan á saúde</p> <p>-Coñece e identifica as capacidades físicas básicas e os sistemas dos que depende cada unha.</p>	<p>-Proposta de xogos para traballar cada unha das capacidades físicas básicas, explicando de xeito básico os beneficios para a saúde que o seu desenvolvemento aporta.</p> <p>-Contestación correcta a preguntas sobre a relación entre realización de actividade física e beneficios para a saúde.</p> <p>-Identificación da capacidade física básica máis traballada nunha batería de tarefas.</p>	<p>CMCCT</p>
						<p>-Aséase e cámbiase tras cada clase.</p> <p>-O alumno ven sempre ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .</p>	<p>-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non.</p> <p>-Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F.</p>	<p>CSC</p>

				<p>Lista control e/ou</p>	<p>30%</p>	<p>EFB1.2.1 EFB1.2.3</p>	<p>-Amósase sempre tolerante, respectuoso cos compañeiros, normas e profesora.</p> <p>-Acepta o resultado, aínda que sexa contrario aos seus intereses</p>	<p>-Realización de numerosas actividades grupais nas que se observará a actitude do alumno, recollendo aquelas sesións nas</p>	<p>CSC</p>
--	--	--	--	---------------------------	------------	------------------------------	--	--	------------

registro anecdótico/ e/ou rúbrica	40%			que a conducta foi irrespectuosa ou pouco colaboradora. -Xogos multisensoriais e adaptados para celebrar o Día Internacional da Discapacidade.	
		EFB1.2.2	-Escoita, comparte e apoia sempre o esforzo dos outros. -Proporciona continuamente ideas útiles cando participa en grupo e/ou na discusión en clase.	-Realización de actividades de cooperación en pequeno grupo. -Observación puntual do comportamento do alumno en tarefas cooperativas.	CSC
		EFB1.4.1 EFB3.2.3	-Aplica conscientemente os fundamentos da hixiene postural, como medio de prevención de lesións.	-Realización correcta dos estiramientos. -Mobilización correcta, sen riscos, de pesos. -Execución de tarefas nas que teña que coidar da integridade física dun compañeiro.	CSC CSIEE CMCCT
		EFB2.1.1 EFB2.1.2	-Aplica habilidades técnicas adaptadas a un contexto espacio-temporal.	-Adapta o seu movemento e desprazamento a un ritmo de carreira ou de desprazamento.	CECC
		EFB2.1.3	-Participa de forma desinhibida en quecementos e actividades de resistencia baseadas no baile e/ou danzas.	-Realización de quecementos e de actividades de resistencia cunha base rítmica.	CECC
		EFB1.1.2	-Realiza correctamente quecementos e fases finais dunha sesión seguindo as orientacións dadas pola profesora.	-Dirección de quecementos e fases finais da sesión, de xeito autónomo, de forma individual ou grupal.	CSC CAA
		EFB3.1.2	-Sabe tomarse e calcular a súa frecuencia cardíaca, así como é capaz de adaptar a intensidade do seu desprazamento para conseguir facela tarefa dentro das marxes de mellora da súa CF.	-Desprazarse sen pausa e a un ritmo individual e uniforme polo menos durante 10 minutos, rematando cunha frecuencia cardíaca entre 120 e 160 pulsacións.	CMCCT CAA
		EFB3.1.3	-Diferencia e identifica correctamente as capacidades físicas básicas.	-Realización de tarefas diferentes tendo que identificar que capacidade física básica se traballa preferentemente.	CMCCT
		Proba de execución			

		EFB3.2.3	-Móvese de xeito equilibrado e coordinado. -Disocia tronco-cabeza	-Execución de tarefas de pase-recepción; recepción en carreira +1x1..	CMCCT CSIEE
		EFB1.1.2	-Realiza correctamente quecementos e fases finais dunha sesión seguindo as orientacións dadas pola profesora.	-Dirección de quecementos e fases finais da sesión, de xeito autónomo, de forma individual ou grupal.	CSC CAA
Lista control e/ou rexistro anecdótico/ rúbrica	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.3	-Amósase sempre respectuoso cos compañeiros, normas e profesora. -Acepta o resultado, aínda que sexa contrario aos seus intereses.	-Realización de xogos de cooperación e oposición nos que se observará a actitude do alumno, recollendo aquelas sesións nas que a conducta foi irrespectuosa ou pouco colaboradora. -Observación do respecto ás normas establecidas en diferentes xogos e situacións de cooperación e oposición propostos ao longo da UD.	CSC
		EFB1.2.2	-Escoita, comparte e apoia sempre o esforzo dos outros. - Proporciona continuamente ideas útiles cando participa en grupo e/ou na discusión en clase.	-Realización de actividades de cooperación e/ ou oposición en pequeno grupo. -Observación puntual do comportamento do alumno nas tarefas cooperativas, respecto aos compañeiros e ás normas establecidas na actividade concreta.	CSC
		EFB1.1.3	-Aséase e cámbiase tras cada clase. -O alumno ven sempre ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico.	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F.	CSC
Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%	EFB1.1.2	-Deseña correctamente quecementos xerais, seguindo as orientacións dadas pola profesora.	-Confección dun quecemento xeral.	CSC CAA
		EFB1.5.1 EFB1.3.3	-Utiliza a tecnoloxía para acceder a contidos que analizan criticamente o estilo de vida	-Lectura crítica de artigos sobre a saúde, aos que se accederá con códigos QR, para celebrar a Semana da Prensa.	CSC CD CCL

					actual, afastado dos hábitos saudables.	-Elaboración, cos contidos da materia e contidos de actividade física, deporte e saúde da páxina de pasatempos dun xornal, para celebrar a Semana da Prensa.		
					EFB.4.1.2	-É quen de describir de forma correcta, a forma de realizar os movementos técnicos mais sinxelos.	-Discriminar cando un movemento está feito tecnicamente ben e cando non (botar, pasar, lanzar...)	CAA CSIEE
					EFB4.2.1	-Entende que é a técnica e a táctica deportiva. -Comprende que elementos do xogo condicionan a técnica e a táctica.	-Identificar correctamente, nunha situación de xogo reducido, que é a parte técnica e cal a parte táctica. -Resolver de forma razoada, unha situación de xogo de cooperación e oposición.	CAA CSIEE
					EFB4.2.3	-Discrimina e argumenta que estímulos debe ter en conta para decidir la acción a realizar. -Coñece as diferencias entre xogo e deporte. -Entende que é un xogo cooperativo. -Coñece os elementos comúns aos deportes cooperativos.	-Dar unha solución razoada por escrito, a unha situación de xogo. -Responder por escrito a preguntas sobre as diferencias entre xogo e deporte, características dos xogos e deportes cooperativos e dos elementos común aos deportes cooperativos.	CAA CSIEE
					EFB3.1.3	-Identifica os valores educativos e formativos que teñen os xogos e os deportes de cooperación e oposición.	-Explicar como os xogos e os deportes cooperativos poden axudalo a ser mellor persoa. -Identificar os valores educativos presentes nuns xogos en concreto, en base as condición establecidas na súa práctica.	CMCCT
					EFB3.2.1	-Identifica as capacidades físicas básicas presentes en xogos e deportes de cooperación - oposición. -Argumenta como a práctica de xogos e deportes cooperativos pode axudar a mellorar a súa condición física.	-Identificar as cfb traballadas especialmente nuns xogos cooperativos concretos. -Propoñer xogos cooperativos onde se traballe de forma especial, unha cfb.	CAA

				100%					
3º	3.Actividades de lecer no entorno próximo	B1.1 B1.2 B1.4 B1.5 B1.7 B1.8 B1.14 B4.1 B4.3	B1.1 B1.2 B1.3 B1.5 B4.1	Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%	EFB1.1.2	-Deseña correctamente quecementos xerais, seguindo as orientacións dadas pola profesora.	-Confección dun quecemento xeral.	CSC CAA
						EFB1.3.1	-Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físicas.	-Propor por escrito, xogos e actividades físicas que poidan realizar no seu contorno natural.	CSC
						EFB1.3.2	-Valora o seu contorno como espazo para ocupar de forma activa o seu tempo de ocio.	-Argumentar como convencería a un coñecido/a para ocupar activamente o seu tempo de ocio, nun contorno natural próximo.	CSC
						EFB1.5.1	-Utiliza recursos tecnolóxicos para elaborar documentos dixitais propios. -Elaboración e entrega dun traballo voluntario por trimestre.	-Fotografar un espazo natural próximo a súa casa e propor actividades físicas /ou deportivas que se poidan realizar nel.	CD CCL
						EFB4.1.4	-Recoñece e sabe explicar como podemos orientarnos con indicadores naturais. -Sabe definir que é a orientación deportiva e os elementos básicos que a compoñen. -Coñece os diferentes tipos de sendeiros homologados que hai e as súas características (cores, distancias...) -Coñece, recoñece e entende as sinais básicas dos distintos tipos de sendeiros. -É quen de sinalizar correctamente un percorrido de sendeirismo. -Coñece a orixe do parkour, así como os diferentes elementos técnicos traballados en clase. -Explica as técnicas básicas de superación de obstáculos no parkour.	-Explicar como un elemento natural pode axudarnos a orientarnos -Indicar correctamente e respecto aos puntos cardinais, que dirección debe seguir para chegar dun punto a outro. -Explicar o significado de diferentes sinais de sendeirismo. -Sinalizar nun plano, o sendeiro que unha persoa debe seguir para chegar da saída á meta. -Seleccionar e explicar as técnicas de progresión nun percorrido de parkour. -Explicar a orixe do parkour e as súas técnicas básicas.	CAA CSIEE

		EFB1.4.1 EFB4.1.2	-Describe sen erros técnicas de parkour vistas en clase.	-Describir os movementos a realizar para superar unha serie de obstáculos no parkour e as medidas de seguridade a tomar para evitar lesión.	CSC CSIEE
Lista control e/ou rexistro anecdótico/ e/ou rúbrica	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	-Amósase sempre respectuoso cos compañeiros, normas e profesora. -Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Escoita, comparte e apoia o esforzo dos outros. -Proporciona ideas útiles cando participa en grupo e/ou na discusión en clase. -Propón solucións eficaces a pequenos problemas xurdidos nas actividades. -Mantén sempre unha actitude correcta cara a compañeiros e profesora.	-Resolver en grupo actividades de orientación e de sendeirismo, acatando unhas normas de actuación. -Asumir a súa responsabilidade nos traballos en grupo. -Amosarse tolerante cas diferentes capacidades e habilidades dos compañeiros. -Apuntar aquelas sesións nas que o alumno actúa de forma irrespectuosa ou pouco colaboradora. -Autoavaliación do traballo grupal. -Observación do comportamento do alumno en cada sesión.	CSC
		EFB1.1.3	-Aséase e cámbiase tras cada clase. -O alumno ven ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F.	CSC
Proba de execución e/ou rúbrica	40%	EFB1.4.1	-Non comete erros que poidan supor un risco para si mesmo ou para os demais na execución de actividades de parkour.	-Sortear, ca técnica axeitada, obstáculos de parkour colocados nun percorrido. -Aplicar os criterios de hixiene corporal e seguridade indicados pola profesora, na execución das técnicas do parkour.	CSC CSIEE
		EFB2.1.1 EFB3.2.3 EFB4.1.1	-Aplica con eficacia e seguridade, as técnicas de parkour. -Aplica os fundamentos de hixiene corporal no parkour para evitar lesión.		CMCCT CSIEE CAA CCEC
		EFB4.1.4	-Resolve sen fallos, percorridos de orientación, interpretando correctamente a lenda e usando os elementos básicos da orientación.	-Realizar actividades de orientación en pequeno grupo polo entorno do centro, na que deben usar os elementos básicos da orientación.	CAA CSIEE

						<ul style="list-style-type: none"> -Sitúa as sinais de sendeirismo correctas en percorridos que deben completar os seus compañeiros. -Completa, con eficacia e seguridade, percorridos de parkour. 	<ul style="list-style-type: none"> -Realizar percorridos de orientación ou sendeirismo, sinalados polos seus compañeiros. -Identificar as sinais atopadas durante a realización dunha ruta de sendeirismo homologada. -Colocar nun plano dun percorrido de sendeirismo, as sinais pertinentes. -Sortear, ca técnica axeitada, obstáculos de parkour. 	
						<ul style="list-style-type: none"> -Deseña correctamente quecementos xerais, seguindo as orientacións dadas pola profesora. 	<ul style="list-style-type: none"> -Confección dun quecemento xeral. 	CSC CAA
						<ul style="list-style-type: none"> -Coñece e practica diferentes actividades no entorno natural: orientación, sendeirismo e parkour. 	<ul style="list-style-type: none"> -Propor aos compañeiros diferentes percorridos que deben completar aplicando os coñecementos de orientación, sendeirismos e/ou parkour. 	CSC
					100%			

TR 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 CONSECUCIÓN	SITUACIÓN DE AVALIACIÓN	COMPETENCIAS ASOCIADAS									
1º	1. Sans, fortes e resistentes.	B1.1	B1.1	Exame escrito e/ou Proba obxectiva	30%	EFB1.1.2	-Deseña correctamente quecementos xerais 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 xeral.	CSC CAA									
		B1.2	B1.2															
		B1.3	B1.3															
B1.4	B1.4	B3.1	B3.2			EFB1.1.3	-É quen de deseñar tarefas variadas para traballar a súa resistencia aeróbica por diferentes métodos continuos e interválicos. -Deseña actividades para a mellora do seu nivel de forza polo método de autocargas, adaptadas as súas posibilidades.	-Resolver satisfactoriamente unha pregunta ou situación na que teña que deseñar tarefas polas que traballala resistencia aeróbica, por un método concreto. -Resolver satisfactoriamente unha pregunta ou situación na que teña que deseñar tarefas polas que traballala súa forza, polo método de autocargas. -Deseñar entregar un catálogo de exercicios de forza polo método de autocargas, para traballar diferentes zonas musculares.	CSC									
B1.5	B1.5																	
B1.8	B3.1																	
B1.11	B3.2					B3.4	B3.6	EFB1.3.3	-Coñece e sabe xustificar a relación entre tempo de ocio activo e saúde. -Coñece a pirámide alimenticia e é quen de explicala.	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.	CSC CCL							
B1.13	B3.8											B3.10	EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.	CSC CCL			
B1.14																B3.9	B3.10	EFB1.3.3
B3.1								B3.7	B3.10	EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.							
B3.2													B3.8	B3.10	EFB1.3.3			
B3.4																B3.9	B3.10	EFB1.3.3
B3.6								B3.7	B3.10	EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.							
B3.7		B3.8	B3.10			EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.						CSC CCL					
B3.8	B3.9											B3.10		EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.	CSC CCL		
B3.9				B3.7	B3.10			EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.	CSC CCL								
B3.10		B3.8	B3.10			EFB1.3.3	-Lectura e análise de informacións nas que se trate temáticas relacionadas co estilo de vida actual e a súa influencia na saúde. -Análise da pirámide de actividade física e comparación co seu estilo de vida.				CSC CCL							

EFB3.1.1	-Identifica as capacidades traballadas e os métodos utilizados, nas actividades propostas.	-Identificar a capacidade traballada e o método utilizado, nunha batería de tarefas que o alumno ten que realizar. -Entregar un catálogo de exercicios de autocarga.	CMCCT CCL CD
EFB3.1.6	-Identifica correctamente os fallos que non deben cometerse á hora de executar exercicios concretos de autocarga. -Coñece as series e repeticións que deben realizarse para que o traballo de forza teña repercusións positivas na súa saúde. -Coñece a frecuencia cardíaca de traballo da resistencia aeróbica.	-Contestar por escrito ou verbalmente, que erros se están cometendo na execución de exercicios básicos de autocargas (abdominais, pranchas, sentadillas..) -Tomarse pulsacións e adaptala intensidade do seu desprazamento, á frecuencia óptima de traballo e mellora da súa resistencia aeróbica.	CMCCT CSC
EFB3.2.4	-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.	-Resolver por escrito cuestións sobre a prescrición de exercicio físico para a mellora da saúde e sobre o coidado da columna vertebral. -Ler e analizar de artigos que traten o tema da actividade física e os beneficios para a saúde. -Ler e analizar de forma crítica, artigos nos que se relacione unha mala hixiene postural cos dores de costas. -Identificar as diferentes zonas da columna vertebral.	CAA

					EFB1.5.1	-Utiliza as tecnoloxías para procurar, analizar e seleccionar información.	-Consulta dos apuntamentos no blog para consultar información, facer resúmenes, e esquemas dos contidos da materia. -Entrega dun traballo voluntario.	CD CCL
					EFB1.5.2	-Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións.	-Lectura e análise de artigos que traten temas de saúde relacionados co que se está a traballar en clase.	CAA CCL
		Proba de execución	40%		EFB1.1.1	-Recoñece a estrutura dunha sesión de exercicio físico.	-Execución de quecementos e voltas á calma de xeito autónomo.	CSC CMCCT
					EFB1.1.2	-Prepara e realiza quecementos xerais, buscando ser orixinal e atendendo aos criterios establecidos para o deseño do quecemento.	-Preparar e dirixir quecemento xerais.	CSC CAA
					EFB1.1.3	-Prepara e leva á práctica actividades axeitadas para a mellora da capacidade que se lle indique, polo método que se lle indique e segundo os criterios que se establezan. -Realiza correctamente exercicios básicos de autocarga como abdominais, pranchas faciais, pranchas e sentadillas.	-Deseñar e por en práctica tarefas para o desenvolvemento da forza e da resistencia aeróbica, segundo o método e criterios indicados. -Executar exercicios básicos de autocarga incidindo na súa corrección técnica e con diferentes niveis de dificultade.	CSC
					EFB3.1.1	-Identifica as capacidades traballadas e os métodos utilizados, nas actividades propostas. -Executa con corrección técnica, exercicios básicos de autocarga.	-Seleccionar a capacidade e o método a utilizar, nunha batería de tarefas que o alumno ten que realizar. -Executar exercicios básicos de autocarga e avaliar o desempeño de compañeiros.	CMCCT

						-Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta. -Xogos multisensoriais e adaptados para celebrar o Día Internacional da Discapacidade.	
						EFB3.2.1 -Aproveita ben todo o tempo de clase. -Presta atención todo o tempo. -Empeza a traballar inmediatamente. Esfórzase en tódalas clases.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva e/ou intermitente.	CAA
				100%				
2.Preparámonos para socorrer I	B1.3 B1.4 B1.6 B1.11 B1.14 B3.6	B1.1 B1.2 B1.4 B1.5 B3.2	Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%	EFB1.4.2 -Define correctamente o acrónimo PAS. -Define e comprende que é o SVB -Describe correctamente o protocolo básico de actuación en primeiros auxilios, nunha situación na que a vítima está consciente, ou ben inconsciente pero respira, o que se atragoarse. -Describe correctamente a actuación ante unha vítima inconsciente e que non respira. -Coñece o número de emerxencias e o tipo de información a dar.	-Resolver correctamente unha situación que require á aplicación do PAS, executando os pasos establecidos no protocolo de actuación, segundo sexa o estado da vítima (manobra fronte-queixo; RCP; posición lateral de seguridade e manobra de Hemlich) -Resolver correctamente unha situación na que debe avisar a emerxencias dun accidente e dar a información oportuna para ser atendidos con prontitude.	CSIEE	
					EFB1.5.1 -Utiliza as tecnoloxías para procurar, analizar e seleccionar información.	-Consulta dos apuntamentos no blog para consultar información, facer resúmenes,	CD CCL	

						e esquemas dos contidos da materia. -Entrega dun traballo voluntario.		
			Proba de execución	40%	EFB1.4.2	-Aplica paso a paso, correctamente, o protocolo de actuación en caso de obstrución da vía aérea. -Realiza correctamente o protocolo de actuación ante unha vítima inconsciente e que respira e tamén ante unha persoa inconsciente e que non respira. -Realiza correcta e eficazmente a reanimación cardiopulmonar.	-Resolución dunha situación que require a aplicación do PAS -Aplicación do protocolo básico de actuación en primeiros auxilios, nunha situación na que a vítima está consciente, inconsciente pero respira e/ou se atragoou. -Avaliación dun compañeiro, na aplicación do PAS nun caso concreto.	CSIEE
					EFB 3.2.3	-Mantén unha postura correcta para aplicar con eficacia os primeiros auxilios. -Manexa de forma coidadosa e precisa o corpo das vítimas na aplicación do PAS	-Mantén unha postura correcta para aplicar con eficacia os primeiros auxilios, no caso que sexa.	CMCCT CSIEE
			Lista control e/ou rexistro anecdótico / e/ou rúbrica	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas y o traballo de clase. -Esfórzase por superarse en tódalas clases. -Actitude en tódalas clases moi correcta cara compañeiros e profesora. -Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F. -Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	CSC

						-Aplica o control tónico e postural na súa execución das habilidades ximnásticas propostas.	-Realización dunha composición na que deben misturar xiros en diferentes eixes e equilibrios de forma coordinada e controlada.		
						EFB4.1.2	-Recoñece os erros cometidos na execución de diferentes habilidades, tanto como executante como na axuda prestada a outro compañeiro.	-Valoración argumentada da execución de habilidades ximnásticas dun compañeiro.	CAA CSIEE
			Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%		EFB1.1.2	-Deseña correctamente un queceamento específico para ximnasia deportiva.	-Deseñar un queceamento específico para ximnasia deportiva, prestando especial atención á columna vertebral.	CSC CAA
							EFB4.1.3	-Describe correctamente e exhaustivamente como deben colocarse os diferentes segmentos para a realización segura e efectiva das diferentes habilidades. -Detalla con precisión e sen erros, como deben colocarse os diferentes segmentos para a execución efectiva e segura 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. -Describe os eixes nos que se executan os diferentes xiros.	-Descrición por escrito ou oralmente, como deben colocarse os diferentes segmentos corporais para realizar as habilidades ximnásticas de forma segura. -Identificación dos aspectos máis importantes a ter en conta para facer cada unha das habilidades de xeito seguro. -Relación de diferentes habilidades ximnásticas básicas cos eixes nos que se realizan. -Narración da evolución da ximnasia deportiva, centrada nos seus feitos máis relevantes. -Descrición por escrito dos eixes nos que se están a realizar os xiros propostos.

				EFB3.1.1	-Entende e sabe explicar a implicación da forza e da flexibilidade na execución das habilidades ximnásticas. -É quen de relacionar os contidos actuais cos da UD 1	-Explicación da relación entre as capacidades físicas básicas e a súa aplicación nas habilidades ximnásticas.	CMCCT	
				EFB1.5.1 EFB1.3.3	-Utiliza a tecnoloxía para acceder a contidos que analizan criticamente o estilo de vida actual, afastado dos hábitos saudables. -Utiliza as tecnoloxías para procurar, analizar e seleccionar información.	-Lectura crítica de artigos sobre a saúde, aos que se accederá con códigos QR, para celebrar a Semana da Prensa. -Elaboración, cos contidos da materia e contidos de actividade física, deporte e saúde da páxina de pasatempos dun xornal, para celebrar a Semana da Prensa. -Consulta dos apuntamentos no blog para consultar información, facer resúmenes, e esquemas dos contidos da materia. -Entrega dun traballo voluntario.	CSC CD CCL	
				EFB1.5.2	-Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións.	-Lectura e análise de artigos que traten temas de saúde relacionados co que se está a traballar en clase.	CAA CCL	
			Lista control e/ou rexistro anecdótico, rúbrica	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas y o traballo de clase. -Esfórzase por superarse en tódalas clases. -Actitude en tódalas clases moi correcta cara compañeiros e profesora. -Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Aséase e cámbiase tras cada clase,	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F. -Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva,	CSC

3º						como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .	intermitente ou pouco correcta.		
						EFB1.4.1 -Realiza as axudas necesarias e se preocupa pola integridade dos compañeiros.	-Aplicación consciente da axuda axeitada na realización de diferentes xiros e habilidades.	CSIEE CSC	
						100%			
	4.Construímos co noso corpo	B1.1 B1.3 B1.5 B1.10 B1.13 B1.14 B2.1 B2.2 B2.3 B3.1 B3.4 B4.1	B1.1 B1.2 B1.4 B1.5 B2.1 B3.1 B4.1		Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%	EFB1.1.2 -Deseña correctamente un quecemento específico para ximnasia deportiva.	-Deseñar un quecemento específico para acrosport, prestando especial atención á columna vertebral e xustificando a elección dos exercicios.	CSC CAA
							EFB1.4.1 EFB1.4.3 -Coñece as medidas de seguridade básicas na construción de pirámides e figuras. -Coñece cales son os puntos de apoio mais seguros. -Coñece os diferentes roles nas actividades de acrosport.	-Describe que aspectos deben terse en conta para facer e desfacer unha pirámide ou figura, tanto en relación ás normas de seguridade como ás fases de construción e deconstrución. -Identifica os diferentes roles que poden atoparse en diferentes pirámides e figuras de acrosport.	CSIEE CSC
						EFB1.5.1 -Utiliza as tecnoloxías para procurar, analizar e seleccionar información.	-Consulta dos apuntamentos no blog para consultar información, facer resúmenes, e esquemas dos contidos da materia. -Entrega dun traballo voluntario.	CD CCL	
						EFB3.1.1 -É quen de relacionar a mellora das capacidades físicas básicas da forza. Resistencia e flexibilidade, cas actividades cooperativas de base musical.	-Reflexión sobre a relación das capacidades físicas cas actividades cooperativas coreográficas. -Explicación da prescrición de actividades cooperativas	CMCCT	

					con base musical para a mellora da saúde.		
				<p>EFB3.1.3</p> <p>EFB3.1.2</p>	<p>-Recoñece os beneficios que a práctica de actividades de baile ou con base musical, ten para a súa saúde.</p> <p>-Coñece e define os elementos básicos do ritmo que condicionan a creación de bailes e coreografías sinxelas</p>	<p>-Resolución de cuestións sobre os beneficios que a práctica de actividades físicas con base musical ten para a saúde</p> <p>-Lectura e análise de artigos nos que se relacionen as actividades coreográficas ca mellora da condición física e a saúde.</p> <p>-Definir e explicar conceptos como ritmo, frase musical, bloque musical, pulso e tempo musical.</p>	CMCCT
Proba de execución	40%	EFB1.1.1	-Recoñece a estrutura dunha sesión de exercicio físico.	-Execución de quecementos e voltas á calma de xeito autónomo.	CSC CMCCT		
		EFB1.1.2	-Deseña correctamente quecementos xerais e específicos respectando as súas partes e incluíndo e exercicios diferentes en cada unha.	-Confección e dirección dun quecemento xeral ou específico.	CSC CAA		
		EFB1.5.1	-Utiliza as tecnoloxías para procurar, analizar e seleccionar información.	-Buscar e seleccionar a base musical do seu exercicio de acrosport.	CD CCL		
		EFB2.1.1	-Resolve correctamente tarefas nas que debe compor un número concreto de frases e/ou bloques musicais, respectando as consignas dadas.	-Elaboración grupal de frases e/ou bloques musicais.	CCEC		
		EFB2.1.2	-Crean figuras e pirámides de acrosport enlazados con habilidades ximnásticas de	-Elaboración dunha composición de acrosport con base musical, enlazando	CCEC		

						<p>xeito fluído e coordinado co tempo e pulsos da melodía. -Adapta o seu movemento a melodías de diferente tempo</p>	<p>as pirámides e figuras con habilidades ximnásticas. -Execución de coreografías con diferentes tempos.</p>	
						<p>EFB2.1.3</p> <p>-Coordina o seu movemento, co do resto de compañeiros do grupo .</p>		<p>CCEC</p>
						<p>EFB2.1.4</p> <p>-É quen de adaptalo seu movemento a melodías de diferente tempo. -Improvisa movementos de forma desinhibida.</p>	<p>- Realizar actividades cooperativas de acrosport. -Enlazar as pirámides e figuras de forma creativa.</p>	<p>CCEC</p>
						<p>EFB1.4.1</p> <p>-Ten en conta os elementos que poden supor un risco para el ou para os demais</p>	<p>-Construción e deconstrución de pirámides e figuras de acrosport, respectando as normas de seguridade.</p>	<p>EFB1.4.1</p>
						<p>EFB4.1.1</p> <p>-Executa correctamente as habilidades vinculadas ao acrosport (xiros, equilibrios, cuadrupedias.), respectando as normas de seguridade e as fases de construción e deconstrución. -Executa de forma fluída pasos básicos de diferentes tipos de bailes.</p>	<p>-Enlazar as figuras e pirámides con habilidades ximnásticas básicas. -Executar con seguridade os diferentes roles presentes no acrosport. -Realizar pasos básicos de aerobio, aerobox e hip hop.</p>	<p>CAA CSIEE</p>
			<p>Lista control e/ou rexistro anecdótico, rúbrica</p>	<p>30%</p>	<p>EFB1.2.1</p> <p>EFB1.2.2</p> <p>EFB1.2.3</p>	<p>-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas y o traballo de clase. -Actitude en tódalas clases moi correcta cara compañeiros e profesora. -Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Proporciona ideas útiles nas actividades grupais. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de</p>	<p>-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F. -Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva,</p>	<p>CSC</p>

							convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico.	intermitente ou pouco correcta.	
					100%				

TR I	U.D. <u>3ºESO</u>	CONTIDOS	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	INSTRUMENTOS AVALIACIÓN	PONDERACIÓN INSTRUMENTOS	ESTÁNDARES APRENDIZAXE (en VERMELLO OS BÁSICOS)	INDICADORES LOGRO / GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN	SITUACIÓN DE AVALIACIÓN	COMPETENCIAS ASOCIADAS				
1º	1.Móvome para estar san II	B1.1	B1.1	Exame Escrito e/ou Proba obxectiva	30%	EFB1.1.1	-Identifica correctamente, en base ao tipo de exercicios feitos e a intensidade dos mesmos, cada unha das fases dunha sesión de actividade física.	-Contestación á pregunta de en que fase da sesión estamos. -Se lle pide que dirixa a fase de quecemento ou de volta á calma.	CSC CMCCT				
		B1.2	B1.2										
		B1.3	B1.4										
B1.5	B1.5	Exame Escrito e/ou Proba obxectiva	30%			EFB1.1.2	-Deseña correctamente quecementos xerais orixinais respectando as súas partes e incluíndo exercicios diferentes en cada unha. -Deseña voltas á calma baseadas nos estiramientos.	-Confecção dun quecemento xeral. -Dirección dunha volta á calma de 4 estiramientos para músculos diferentes.	CSC				
B1.10	B3.1												
B1.14	B3.2												
B3.1						Exame Escrito e/ou Proba obxectiva	30%	EFB1.1.3	-É quen de deseñar e tarefas para traballar a forza e a flexibilidade, adaptadas ao alumno, por diferentes métodos.	-Resolución de preguntas nas que teña que deseñar exercicios para mellorar as capacidades traballadas, por diferentes métodos -Preparar un pequeno programa de adestramento da forza e da flexibilidade, atendendo ás consignas dadas (autocargas, traballo por parellas e pequenas sobrecargas; método activo	CSC		
B3.2													
B3.4													
B3.7								Exame Escrito e/ou Proba obxectiva	30%	EFB1.1.3	-É quen de deseñar e tarefas para traballar a forza e a flexibilidade, adaptadas ao alumno, por diferentes métodos.	-Resolución de preguntas nas que teña que deseñar exercicios para mellorar as capacidades traballadas, por diferentes métodos -Preparar un pequeno programa de adestramento da forza e da flexibilidade, atendendo ás consignas dadas (autocargas, traballo por parellas e pequenas sobrecargas; método activo	CSC
B3.8													
B3.9													
B3.10		Exame Escrito e/ou Proba obxectiva	30%	EFB1.1.3	-É quen de deseñar e tarefas para traballar a forza e a flexibilidade, adaptadas ao alumno, por diferentes métodos.	-Resolución de preguntas nas que teña que deseñar exercicios para mellorar as capacidades traballadas, por diferentes métodos -Preparar un pequeno programa de adestramento da forza e da flexibilidade, atendendo ás consignas dadas (autocargas, traballo por parellas e pequenas sobrecargas; método activo	CSC						
B3.11													
B3.12		Exame Escrito e/ou Proba obxectiva	30%	EFB1.1.3	-É quen de deseñar e tarefas para traballar a forza e a flexibilidade, adaptadas ao alumno, por diferentes métodos.	-Resolución de preguntas nas que teña que deseñar exercicios para mellorar as capacidades traballadas, por diferentes métodos -Preparar un pequeno programa de adestramento da forza e da flexibilidade, atendendo ás consignas dadas (autocargas, traballo por parellas e pequenas sobrecargas; método activo	CSC						

							e pasivo da flexibilidade) indicando nº de series, repeticións e tempo de descanso. -Entregar un catálogo de exercicios de forza e de flexibilidade por diferentes métodos.	
						EFB1.4.1	-Identifica os erros máis importantes que non deben cometerse na execución de exercicios de forza e flexibilidade para evitar riscos en si mesmos ou nos demais. -Deseño de exercicios de forza con autocargas, pequenas sobrecargas e por parellas e de flexibilidade polo método activo e pasivo e explicación de como realízalos -Observación e corrección dos erros cometidos polos compañeiros na execución de exercicios de forza e flexibilidade, que poidan supoñer un risco para eles mesmos ou para os demais.	CSIEE CSC
						EFB3.1.1	-Identifica sen erros, as capacidades traballadas e os métodos utilizados, nas actividades propostas, así como os músculos máis implicados en cada tarefa. -Identificación da capacidade traballada e do método utilizado, nunha batería de exercicios de forza e flexibilidade. -Identificación do músculo máis solicitado nun exercicio de forza ou flexibilidade.	CMCCT
						EFB3.1.6	-Identifica correctamente os fallos que non deben cometerse á hora de executar exercicios concretos de autocarga, forza por parellas e pequenas sobrecargas, así como os que non deben cometerse no traballo da flexibilidade. -Contestar por escrito ou verbalmente, que erros se están cometendo na execución de exercicios básicos de autocargas, traballo por parellas e pequenas sobrecarga. -Identificar por escrito ou verbalmente, que erros non deben cometerse para facer	CMCCT CSC

						-Coñece as series e repeticións que deben realizarse para que o traballo de forza teña repercusións positivas na súa saúde, así como do tempo que debe manterse cada estiramento en función do método traballado.	estiramientos seguros e efectivos.		
						EFB3.2.4	-É quen de relacionar os déficits de forza e a flexibilidade, cos problemas posturais e as dores musculares máis habituais.	-Resolver cuestións nas que se lle pregunte polas posibles razóns da prescrición dun traballo de flexibilidade e/ou forza, para resolver dores musculares. -Lectura e análise de artigos nos que se trate os riscos para a saúde dos déficits de forza e flexibilidade.	CAA
						EFB3.1.3	-Define correctamente hipertrofia e entende que debe ser resultado dun proceso sistemático de adestramento da forza.	-Resolución de preguntas sobre que é a hipertrofia. -Identificación de deportistas caracterizados pola súa hipertrofia muscular. -Lectura e análise crítico de artigos que relacionen a hipertrofia co consumo de proteína química.	CMCCT
						EFB1.5.2	-Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións.	-Lectura e análise de artigos que traten temas de saúde relacionados co que se está a traballar en clase.	CD CL
			Proba de execución	40%	EFB1.1.1 EFB1.1.2	- Deseña correctamente quecementos xerais respectando as súas partes e incluíndo exercicios diferentes en cada unha. -Deseña voltas á calma baseadas nos estiramientos.	-Dirección dun quecemento e dunha volta á calma de 4 estiramientos para músculos diferentes.	CSC CMCCT	
					EFB1.1.3	-É quen de deseñar tarefas para	-Levar a cabo un pequeno programa de adestramento de 2 sesións para traballar a	CSC	

						traballar a forza e a flexibilidade, adaptadas ao alumno, por diferentes métodos.	forza resistencia e a flexibilidade, atendendo ás consignas dadas.		
						EFB1.4.1	-Identifica e corrixe os erros máis importantes que non deben cometerse na execución de exercicios de forza e flexibilidade para evitar riscos en si mesmos ou nos demais.	-Execución de exercicios de forza con pequenas sobrecargas e por parellas e de flexibilidade polo método pasivo. -Observación e corrección dos erros cometidos polos compañeiros na execución de exercicios de forza e flexibilidade, que poidan supoñer un risco para eles mesmos ou para os demais.	CSIEE CSC
						EFB3.1.1	-Identifica sen erros, as capacidades traballadas e os métodos utilizados, nas actividades propostas.	-Realización e identificación da capacidade traballada e do método utilizado, nunha batería de exercicios de forza e flexibilidade. -Deseño e posta en práctica de actividades para traballar a forza e a flexibilidade, polo método solicitado.	CMCCT
						EFB3.1.5	-Correcta execución e medición dos test de forza salto de lonxitude sen pulo e lanzamento de balón medicinal. -Extracción de conclusións sobre o seu nivel de forza no tren superior e no inferior.	-Autoavaliación do nivel de forza e comparación dos resultados cunha mostra de referencia.	CMCCT
						EFB3.2.1	-É quen de identificar e utilizar correctamente o método de traballo indicado, así como os tipos de forza traballada.	-Deseño e posta en práctica de actividades para traballar a forza ou a flexibilidade, polo método que se lle solicite.	CAA
						EFB3.2.2	-Mellorou os seus niveis iniciais de forza e flexibilidade.	-Superar retos saudables: mellorar o seu nivel de flexibilidade e de forza, respecto á avaliación inicial desta UD.	CAA

						EFB3.2.3	-Realización tecnicamente correcta, dos exercicios, tanto de forza como de flexibilidade. -Ten sempre en conta o manexo de sobrecargas, como elemento de risco para si mesmo e para a persoa coa que está traballando.	-Execución de exercicios de forza con pequenas sobrecargas e por parellas e de flexibilidade polo método pasivo.	CAA CSIEE
				Lista control e/ou rexistro anecdótico, rúbrica	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas y o traballo de clase. -Actitude en tódalas clases moi correcta cara compañeiros e profesora. -Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. - Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Proporciona ideas útiles nas actividades grupais, liderando o grupo. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F. -Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta. -Xogos multisensoriais e adaptados para celebrar o Día Internacional da Discapacidade.	CSC
					100%				
2º	2.Somos Carolina Marín	B1.1 B1.2 B1.3 B1.5 B3.1 B4.2 B4.4 B4.5	B1.1 B1.2 B3.1 B4.1 B4.2	Proba de execución / rúbrica	40%	EFB4.1.1	-Aplica correctamente a técnica básica dos golpes, dos desprazamentos e do saque. -Demuestra coñecelo regulamento do bádminton. -É quen de utilizar un repertorio variado de golpes, segundo a posición do seu adversario.	-Resolución de tarefas nas que deben empregarse diferentes golpes, desprazamentos.... de forma individual e colectiva. -Arbitraxe de partidos individuais e en parellas. -Resolución de actividades variadas de 1x1, baseadas na	CAA CSIEE

							execución de golpes, de desprazamentos...		
						EFB4.1.2	-Recoñece os erros cometidos na súa execución. -Identifica os erros cometidos na execución dos compañeiros.	-Co avaliación do desempeño nun partido de bádminton 1x1 -Gravación e posterior análise co alumno, dun partido 1x1.	CAA CSIEE
						EFB4.1.4	-Mellorou o seu nivel de execución dende o inicio da U.D., sendo máis eficaz e eficiente que ao inicio da UD.	-Avaliación e comparación do desempeño do alumno nun partido 1x1 ao inicio da UD e ao final da UD.	CAA CSIEE
						EFB4.2.1	-Varía o tipo de golpeo para enviálo volante aos espazos baleiros do campo contrario, para dificultala súa devolución. -Ocupa (volve) sempre o espazo central do seu campo, para estar en disposición de devolver calquera volante.	-Situacións xogadas de 1x1 e 2x2, en campos nos que se modifica a lonxitude ou o ancho do campo. -Situacións xogadas de 1x1 e 2x2 en campo de bádminton.	CAA CSIEE
						EFB4.2.2	-Non interrompe a acción da súa parella. -Amosa un bo entendemento ca súa parella de xeito que non se molestan mentres xogan.	-Resolucións de situacións de xogo 2x2.	CAA CSIEE
						EFB4.2.3	-Amosa variedade de golpes, que adapta á situación na que se atopa o seu adversario, para que a este lle coste devolverlos volantes	-Situacións xogadas de 1x1 e 2x2, en campos nos que se modifica a lonxitude ou o ancho do campo. -Situacións xogadas de 1x1 e 2x2 en campo de bádminton.	CAA CSIEE
						EFB1.1.1 EFB1.1.2	-Prepara e dirixe sen erros, quecementos específicos e orixinais para bádminton, así como voltas á calma.	-Dirección dun quecemento específico para bádminton, xustificando a elección das actividades propostas. -Dirección dunha volta á calma, xustificando a elección dos estiramientos propostos.	CSC

						EFB1.1.1 EFB 1.1.2	-Deseña quecementos específicos e orixinais para bádminton, así como voltas á calma.	-Deseñar un quecemento específico para bádminton, xustificando a elección das actividades propostas, así como unha volta á calma.	CSC
						EFB1.5.1 EFB1.3.3	-Utiliza a tecnoloxía para acceder a contidos que analizan criticamente o estilo de vida actual, afastado dos hábitos saudables.	-Lectura crítica de artigos sobre a saúde, aos que se accederá con códigos QR, para celebrar a Semana da Prensa. -Elaboración, cos contidos da materia e contidos de actividade física, deporte e saúde da páxina de pasatempos dun xornal, para celebrar a Semana da Prensa.	CSC CD CCL
						EFB1.5.2	-Xustifica, con argumentos, as súas conclusións.	-Elaboración e defensa de traballos e actividades relacionados cos contidos tratados na UD.	CD CL
				Lista control e/ou rexistro anecdótico e/ou rúbrica	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 EFB1.2.3	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas y o traballo de clase. -Actitude en tódalas clases moi correcta cara compañeiros e profesora. -Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Proporciona ideas útiles nas actividades grupais, liderando o grupo. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico .	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F. -Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	CSC
					100%				

3º	3.Comunícome sen falar	B1.3 B1.4 B1.5 B2.1 B2.2 B1.13 B1.14	B1.2 B2.1 B1.5	Proba de execución / rúbrica	40%	EFB2.1.1	-Utiliza de forma desinhibida e variada, os diferentes canais da comunicación non verbal para comunicar mensaxes, emocións, estados de ánimo, historias...	-Creación e representación dunha historia en grupo, utilizando de forma creativa e orixinal os diferentes canais da comunicación non verbal. -Xogos e actividades xogadas nas que o alumnado debe utilizar de forma desinhibida, os diferentes canais da comunicación verbal.	CCEC
						EFB2.1.2	-Crea e pon en práctica de forma desinhibida e autónoma, movementos adaptados a son externos.	-Xogos e tarefas con soporte musical que busquen a desinhibición do alumno.	CCEC
						EFB2.1.4	-Realiza improvisacións suxeridas por palabras, frases.	-Xogar ao Stop tendo que representar aquilo que se suxira (emocións, animais, profesións..) -Adiviñar títulos de películas, personaxes coñecidas, descubrir quen é o compañeiro representado...	CCEC
				Lista control e/ou rexistro anecdótico, rúbrica	30%	EFB1.2.1	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase.	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non.	CSC
						EFB1.2.2	-Actitude, en tódalas clases, moi correcta cara a compañeiros e profesora.	-Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F.	
						EFB1.2.3	-Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Proporciona ideas útiles nas actividades grupais, liderando o grupo. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	

							apropiados para facer exercicio físico.		
				Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%	EFB2.1.1	-Coñece amplamente os diferentes canais da comunicación non verbal. -Coñece tódalas diferencias entre a comunicación verbal e a non verbal. -Entende e argumenta a importancia de dominar e interpretar a linguaxe non verbal na súa vida diaria e na busca de traballo.	-Responder por escrito a preguntas sobre os canais da comunicación non verbal. -Lectura e análise de informacións sobre a importancia do uso consciente da comunicación non verbal á hora de enfrontarse ás entrevistas de traballo.	CCEC
							EFB1.5.1 EFB1.5.2	-Utiliza as tecnoloxías da información para elaborar documentos ou profundar nos contidos da U.D. -Defende e xustifica con argumentos, as súas conclusións.	-Lectura e análise de artigos na web e/ou no blog da materia, onde relacionen a utilización consciente da comunicación non verbal coa busca de traballo. -Lectura e análise de artigos que traten temas relacionados co que se está a traballar en clase.
					100%				

T R I	U.D. <u>4ºESO</u>	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	8. Somos personal trainers	B1.1	B1.1	Exame escrito e/ou Proba obxectiva / rúbrica	30%	EFB1.1.1	-Deseña de forma correcta e creativa, quecementos e voltas á calma, tendo en conta o contido da parte principal 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
		B1.2	B1.2			EFB1.1.2			
		B1.3	B1.3			EFB3.1.1	-Nomea e explica os beneficios máis importantes que a actividade física regular ten para a saúde. -Demostra coñecer os beneficios máis salientables do traballo da forza, resistencia e flexibilidade, para a saúde individual e colectiva. - Nomea e explica os riscos que para a saúde ten a vida sedentaria, o consumo de tabaco e alcohol, así como unha dieta pouco saudable. -Sabe calcular a FCM e a % na que debe traballala súa resistencia aeróbica, buscando beneficios para a súa saúde.	-Lectura e análise do contido dun artigo no que se relaciona actividade física cos beneficios para a saúde (LDL, IMC..) -Cálculo do IMC e do ITC -Avaliación do seu nivel de resistencia e forza a través de test específicos e posterior análise crítico do resultado. -Lectura e análise de informacións que relacionen hábitos da xuventude cos riscos para a saúde. -Cálculo da FCM e da % de traballo da resistencia, para persoas de idades diferentes.	CMCCT
		B1.4	B1.4						
B1.8	B1.5								
B1.9	B1.6								
B1.13	B3.1								
B3.1	B3.2								
B3.2									
B3.3									
B3.4									
B3.5									
B3.6									
B3.8									
EFB3.1.1	-Xustifica a elección de determinados exercicios de forza, resistencia e flexibilidade como medio para evitar as dores musculares máis habituais producidas polo sedentarismo.	-Deseñar actividades de forza, resistencia e flexibilidade para previr as dores máis incapacitantes para traballar.	CMCCT						
				EFB3.1.2					
				EFB3.1.3					
EFB3.1.2	-Lectura e análise de artigos nos que se relacione a falta de actividade cas súas consecuencias na saúde.	CMCCT							
			EFB3.1.3						

						(LDL, HDL, azucre, IMC, ICT, % de graxa..)		
						-Identifica correctamente a capacidade traballada en cada tarefa, así como o método empregado.	-Identificación da capacidade traballada e do método empregado, nunha batería de actividades. -Deseño de exercicios para traballar unha capacidade concreta, polo método indicado.	CMCCT
						-Analiza e relaciona informacións sobre temáticas vinculadas á actividade física, utilizando recursos tecnolóxicos.	-Visionado da conferencia “Como 59 minutos poden cambiar el mundo” e resposta crítica por escrito ás cuestións que sobre ela se formulen. -Lectura e análise crítica de artigos que traten contidos tratados nesta UD, entregados pola profesora ou colgados no blog da materia.	CD CCL
						-Presenta un vídeo tutorial, seguindo as consignas dadas, nas que profunda no desenvolvemento dunha capacidade física básica.	-Gravación dun vídeo tutorial en pequeno grupo, sobre como pode traballarse unha das capacidades físicas básicas traballadas na UD.	CD CCL
						-Informa, en soporte dixital, como pode traballarse de forma autónoma unha capacidade en concreto.		
				Proba de execución e/ou rúbrica	40%	EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3 EFB1.2.3	-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
						EFB1.6.2	-Uso de Apps para medila actividade física diaria.	CD CCL

						-Utiliza as tecnoloxías para afondar en contidos desta U.D.	-Uso de báscula de bioimpedancia.	
						EFB1.6.3 -Utiliza medios tecnolóxicos para avaliar o seu estado de forma.	-Elaboración dun vídeo tutorial sobre como debe traballarse, dende un punto de vista saudable, unha capacidade física concreta.	
						EFB3.2.2 EFB3.2.3 EFB1.4.1 -Deseña e leva a práctica de forma autónoma, un plan de adestramento deseñado polo alumno co fin de melloralas súas capacidades físicas cunha orientación saudable.	-Posta en práctica dun programa de adestramento de 4 sesións, adaptado ás súas posibilidades e intereses, no que traballe diferentes capacidades e utilice métodos variados.	CMCCT CSIEE
						EFB3.2.4 -Valora de forma crítica a súa aptitude física e a compara cunha mostra de referencia.	-Execución de test físicos e avaliación crítica do seu resultado en comparación cunha mostra de referencia. -Cálculo do seu IMC e ICT. -Cálculo da súa FCM e da % á que traballala resistencia, buscando beneficios para a saúde.	CMCCT
				Lista control e/ou rexistro anecdótico	30%	EFB1.2.1 EFB1.2.2 -Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Proporciona ideas útiles nas actividades grupais, liderando o grupo.	-Observación da actitude do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude do alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco respectuosa.	CSC
						EFB1.3.1 EFB1.3.3 -Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase. -Actitude moi correcta cara compañeiros e profesora.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta. -Xogos multisensoriais e adaptados para celebrar o	CSC

								Día Internacional da Discapacidade.		
						EFB1.4.1	-Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Asease e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico.	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F.	CSIEE	
						EFB1.5.1 EFB1.5.2	-Busca e suxire solucións aos problemas plantexados no grupo. -Proporciona ideas útiles nos traballos en grupo. -Lidera o grupo.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	CSC	
					100%					
2º	2.Xogos e deportes alternativos e adaptados	B1.1	B1.1	Exame escrito e/ou proba obxectiva	30%	EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3	-Deseña correctamente quecementos xerais e específicos orixinais, e voltas á calma de xeito autónomo, introducindo actividades dirixidas á mellora da cohesión grupal.	-Deseño dun quecemento e dunha volta á calma específicos (segundo a actividade principal da sesión), introducindo actividades dirixidas á mellora da cohesión grupal.	CSC	
		B1.2	B1.2				EFB1.2.3	-Presenta propostas creativas e inclusivas nunha sesión de xogos alternativos para todo un grupo clase.	-Deseño dun xogo alternativo a partir da modificación dalgúns elementos da estrutura formal dun deporte, buscando que o tempo de compromiso motor sexa alto.	CSC
		B1.4	B1.3					EFB1.3.2	-Recoñece e argumenta o valor educativo dos deportes alternativos e adaptados polo seu carácter integrador e igualitario. -Entende e explica a orixe dos xogos e deportes	-Responder por escrito a cuestións sobre os valores do deporte, a orixe dos deportes alternativos e adaptados e ás características dos mesmos.
B1.7	B1.4									
B1.8	B1.5									
		B1.9	B2.1							
		B1.10	B3.1							
		B1.11	B4.1							
		B1.12	B4.2							
		B2.1	B4.3							
		B3.1								
		B4.1								
		B4.2								
		B4.6								

						alternativos, enumerando as súas características e obxectivos que perseguen.			
						EFB1.5.1 EFB1.3.3	-Utiliza a tecnoloxía para acceder a contidos que analizan criticamente o estilo de vida actual, afastado dos hábitos saudables.	-Lectura crítica de artigos sobre a saúde, aos que se accederá con códigos QR, para celebrar a Semana da Prensa. -Elaboración, cos contidos da materia e contidos de actividade física, deporte e saúde da páxina de pasatempos dun xornal, para celebrar a Semana da Prensa.	CSC CD CCL
						EFB1.6.1 EFB3.1.3	-Coñece, procura, procesa e analiza información relacionada co ámbito saúde, co deporte e ca actividade física. -Coñece outras formas de vida vinculadas á práctica deportiva, na nosa comunidade.	-Elaboración de pasatempos para a creación da sección de pasatempos dun xornal, para celebrar a Semana da Prensa. -Visita á Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte así como ao CGTD.	CD CCL CMCCT
						EFB3.1.1	-Demostra coñecer que significa saúde segundo a OMS e é quen de transferilo aos xogos e deportes alternativos e adaptados.	-Xustifica a elección dun xogo/ deporte alternativo ou adaptado, porque mellora a saúde, segundo a definición da OMS.	CMCCT
						EFB4.2.5	-Xustifica, en base ás características que deben manter os xogos alternativos e adaptados, as propostas feitas.	-Deseño dun xogo alternativo e/ou adapto, a partir da modificación dalgúns dos elementos da estrutura formal dun deporte, buscando que o tempo de compromiso motor sexa alto.	CAA CSIEE
						EFB4.3.2	-Argumenta correctamente a relación positiva que hai entre a práctica de xogos e deportes alternativos e a mellora da saúde en senso amplo.	-Propón e leva á práctica, actividades alternativas e estratexias como medio para traballar a cohesión grupal e a condición física.	CSC CMCCT CD

								-Argumentación escrita da súa proposta de xogo alternativo baseada nas características destes xogos.	
						EFB1.4.2 EFB1.4.3	-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.	-Define por escrito de forma básica as lesións máis frecuentes no ámbito deportivo e describe correctamente os protocolos a seguir ante ditas lesións. e/ou accidentes. -Argumentación dos pasos dados ante un accidente ou lesión concreta.	CSIEE
				Proba de execución e rúbrica	40%	EFB1.1.1 EFB1.1.2 EFB1.1.3	-Prepara e leva á práctica quecementos xerais e específicos orixinais e voltas á calma de xeito autónomo, introducindo actividades dirixidas á mellora da cohesión grupal.	-Dirección de quecementos e voltas á calma específicos , introducindo actividades dirixidas á mellora da cohesión grupal.	CSC
						EFB1.2.3	-Presenta e leva á práctica, sesións nas que fan propostas creativas , inclusivas e ben dirixidas.	-Dirección dunha sesión na que propoñen e levan a cabo, xogos alternativos e inclusivos, inventados por eles ou a partir de modificacións introducidas nun deporte tradicional.	CSC
						EFB1.4.3	-Realiza correctamente os protocolos a seguir ante un accidente ou lesión, segundo as características do mesmo e o estado da vítima.	-Resolución de situacións que requiren a aplicación de primeiros auxilios (hemorragias, contusións, esguices, atragantamentos, perda da consciencia e parada cardiorrespiratoria.	CSIEE
						EFB4.1.1 EFB4.1.2 EFB4.1.3	-Propón xogos alternativos que faciliten a participación constante, segura e inclusiva de tódolos participantes,	-Proposta de xogos inclusivos, a partir da modificación dos elementos formais de deportes tradicionais.	CAA CSIEE

							independentemente da idade, condición física..	-Coñecer a través da práctica, deportes adaptados. -Realizar prácticas de deportes adaptados con persoas con discapacidade.	
						EFB4.2.2	-Presenta propostas de xogos alternativos baseados na cooperación e na oposición, a partir das que se logre un aumento da participación e da cohesión grupal.	-Proposición de modificacións dun xogo ou deporte tradicional, que repercutan nunha maior cooperación e cohesión entre os participantes.	CAA CSIEE
						EFB4.2.3			
						EFB4.2.4	-Aplica solucións variadas para crear xogos e deportes alternativos.	-Creación dalgún xogo alternativo a partir da modificación dos elementos formais dun deporte ou xogo tradicional	CAA CSIEE
						EFB4.2.6	-Propón ideas útiles e argumenta as solucións aportadas a problemas propostos en relación ás características que deben manter os xogos e deportes alternativos.	-Explicación escrita e/ou oral, ás solucións aportadas, tendo en conta o tema tratado.	CAA CSIEE
						EFB4.3.2	-Argumenta correctamente a relación positiva que hai entre a práctica de xogos e deportes alternativos e a mellora da saúde en senso amplo.	-Propón e leva á práctica, actividades alternativas e estratexias como medio para traballar a cohesión grupal e a condición física.	CSC CMCCT
						EFB1.3.1	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase. -Actitude moi correcta cara compañeiros e profesora.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	CSC
						EFB1.3.3			
						EFB1.2.1	-Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros. -Proporciona ideas útiles nas actividades grupais, liderando o grupo.	-Observación da actitude do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude do alumno foi apática, pasiva,	CSC
						EFB1.2.2			

								intermitente ou pouco respectuosa.	
						EFB1.4.1	-Utiliza o material sempre de forma segura. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e o calzado axeitado para facer exercicio físico.	-Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado axeitado para a clase de EF -Observación da actitude do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude do alumno foi pouco respectuosa co material.	CSIEE
						EFB1.4.2	-Asease e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais e para previr enfermidades.	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non.	CSIEE
						EFB1.5.1 EFB1.5.2	-Sempre escoita, atende e apoia o esforzo de outros. -Busca e suxire solucións aos problemas plantexados no grupo. -Proporciona ideas útiles nos traballos en grupo. -Lidera o grupo.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	CSC
					100%				
3º	3.Imos ser empresarios!!!	B1.1	B1.1	Proba de execución e rúbrica	70%	EFB1.1.1	-Prepara e leva á práctica quecementos xerais e específicos, así como voltas á calma, a partir da análise da parte principal da sesión.	-Dirección de quecementos e voltas á calma específicos, previo análise do contido da parte principal da sesión.	CSC
		B1.2	B1.2			EFB1.1.2			
		B1.3	B1.3			EFB1.1.3			
		B1.4	B1.4						
		B1.5	B1.5						
		B1.6	B1.6						
		B2.1	B2.1			EFB1.6.2	-Utiliza as tecnoloxías da información para preparar as sesións que deben dirixir, para levalas a cabo e/ou para filmalas e elaboralo dossier a entregar.	-Entrega dun dossier que debe cumprir cos puntos e requisitos esixidos.	CD CCL
						EFB1.6.3	-Divulga de forma suficiente e por medios variados, a súa actividade. -Entrega o dossier das	-Resumo e entrega, en fotografía ou vídeo, das sesións levadas á práctica por parte do seu grupo. -Co avaliación, autoavaliación e avaliación da labor de divulgación que fixo cada grupo.	

						actividades deseñadas e dirixidas, cunha calidade moi alta.		
						EFB1.2.1 -O grupo se “constitúe” en empresa e elabora un organigrama coas responsabilidades a asumir por cada integrante.	-Selección do nome da “empresa”, deseño do logo da mesma e elaboración do organigrama.	CSC
						EFB1.2.3 -Presenta propostas creativas e orixinais a un grupo clase, e as dirixe con acerto.	-Planificación, organización e posta en práctica de actividades deportivas, a través da elaboración previa dunha PTO. -Autoavaliación e coevaluación posterior á dirección da sesión, das actividades propostas. -Organización dunha actividade deportiva para todo o centro para celebrar o Día das Letras Galegas. -Organización dun evento para todo o centro para celebrar o final de curso. -Organización dunha sesión de actividade física para alumnado do CPI próximo ao noso centro.	CSC CD
						EFB4.2.4 -Modifica a situación de práctica cando observa que a actividade proposta non está alcanzando o obxectivo da mesma. -É quen de reaccionar ante os imprevistos, propoñendo outra actividade ou ben modificando o uso ou tipo de material que se está a usar.	-Levar á práctica actividades físicas e eventos deportivos propostas para o grupo clase, para todo o centro ou outro tipo de grupo.	

					EFB4.2.5	-Xustifica de forma coherente, as propostas de actividades feitas.	- Planificación, organización e posta en práctica de actividades deportivas.	CAA CSIEE	
			Rúbricas, registro anecdótico e lista control	30%	EFB1.3.1	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude de alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco correcta.	CSC	
					EFB1.3.3	-Actitude moi correcta cara compañeiros e profesora, respectando os niveis de competencia motriz e outras diferencias.			
					EFB1.2.1	-Sempre escoita, atende e apoia o esforzo dos seus compañeiros.	-Observación da actitude do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude do alumno foi apática, pasiva, intermitente ou pouco respectuosa.	CSC	
					EFB1.2.2	- Proporciona ideas útiles nas actividades grupais, liderando o grupo. -Asumiu totalmente o rol outorgado no grupo, sabendo perfectamente o que ten que facer.	- Observación especial da función que o alumno desempeña nas sesións que teñen que preparar e dirixir.		
						EFB1.4.1	-Axuda sempre a recollelo material sen que llo pidan. -Aséase e cámbiase tras cada clase, como hábito de convivencia e respecto polos demais. -O alumno ven a tódalas clases ca roupa e calzado apropiados para facer exercicio físico.	-O alumno informa á profesora, tras cada clase, de si se aseou ou non. -Anotación das sesións nas que o alumno non trouxo a roupa ou o calzado para facer E.F.	CSIEE
					EFB1.5.1 EFB1.5.2	-Sempre escoita, atende e apoia o esforzo doutros. -Busca e suxire solución aos problemas plantexados no grupo. -Proporciona ideas útiles ao grupo. -Lidera o grupo.	-Observación da participación do alumno en tódalas sesións e apuntamento daquelas nas que a actitude do alumno foi apática, pasiva, intermitente e/ou pouco correcta.	CSC	
				100%					

En cada un dos trimestres, os alumnos poderán **sumar ata un punto máis** se entregan un traballo voluntario individual (que poderá ser escrito ou en formato dixital) sobre algún dos contidos traballados na unidade didáctica. Ao inicio de cada trimestre publicarase no taboleiro do noso aula, un listado de posibles temáticas de traballo e o alumnado terá todo o trimestre para entregalo se así o deciden facer. Con cada listado publicarase tamén a rúbrica de corrección dos traballos así como a data tope de entrega dos mesmos. Esta entrega voluntaria de traballo en cada trimestre, establécese con 2 intencións:

a)-Como forma de que o alumnado traballe o obxectivo xeral: *Desenvolver a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender.*

b)-Que o alumnado poida suplir en parte os seus puntos febles nesta materia, coa entrega dun traballo, de xeito que co punto que poden conseguir, equilibren a puntuación que ao mellor non poden conquistar en algún dos apartados que se valoran.

No caso excepcional de que algúns alumnos propoñan, polas características do traballo, facelo entre dous en vez de forma individual e a profesora dea o seu consentimento, valorarase coa seguinte rúbrica e sumarase a nota obtida a cada un dos alumnos.

RÚBRICA PARA CORREXIR OS TRABALLOS ESCRITOS OU EN FORMATO DIXITAL (ATA 1 PUNTO)		
	SI	NON
O traballo cumpre os requisitos formais establecidos	0,10	0 puntos
O tema foi cuberto amplamente, sendo a idea central desenvolvida	0,10	0 puntos
A bibliografía é ampla e está ben referenciada	0,10	0 puntos
A presentación do traballo é axeitada (limpo, ordenado..)	0,10	0 puntos
A redacción é correcta. Sen faltas de ortografía e con uso correcto da puntuación	0,20	0 puntos
O traballo é orixinal. Apréciase a orixinalidade do alumno porque utiliza unha linguaxe adecuada ao seu nivel e aporta a súa opinión.	0,40	0 puntos
TOTAL:		

Como **criterio de promoción**, estipúlase obter unha nota **igual ou superior a 5** en cada un dos trimestres, sendo a **nota final**, a media aritmética DA NOTA REDONDEADA dos tres trimestres. Na decisión sobre esta nota final, terase en conta a evolución do alumno ao longo do curso, de xeito que se reflexe na nota a evolución positiva do mesmo.

Se algún alumno non supera a materia en xuño, terá que presentarse á **proba extraordinaria de setembro**. Nesta proba, o alumno terá que amosar que alcanzou os **estándares básicos relacionados cos contidos non superados** ao longo do curso (contidos conceptuais e/ou contidos procedimentais). Valorarase esta consecución dos estándares básicos a través dos instrumentos que se indican na seguinte táboa. A suma final da/s nota/s obtida/s, debe dar polo menos, un 5.

PROBA EXTRAORDINARIA DE SETEMBRO			
ESTÁNDARES SOBRE OS QUE SE FARÁ A AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA	GRAO MÍNIMO CONSECUCIÓN DE CADA ESTÁNDAR AVALIABLE	INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	
		Exame escrito	Proba de execución
ESTÁNDARES BÁSICOS DE 1º ESO	50%	50%	50%
ESTÁNDARES BÁSICOS DE 2º ESO	50%	50%	50%
ESTÁNDARES BÁSICOS DE 3º ESO	50%	50%	50%
ESTÁNDARES BÁSICOS DE 4º ESO	50%	50%	50%
<p>NOTA: no caso de que o alumno só teña que examinarse dun tipo de contido (conceptual ou procedimental), o valor do instrumento de avaliación será do 100%</p>			

Co alumnado que vaia suspendendo algún trimestre, levaremos a cabo un seguimento relacionado cos estándares non superados no trimestre anterior. *Se estes estándares seguen estando presentes no trimestre seguinte,* os daremos por alcanzados se os supera nese seguinte trimestre. No caso de non seguir presentes no curso, actuaremos do seguinte xeito:

-Se os estándares non alcanzados se avaliaron a través dunha proba obxectiva ou dun exame escrito, no trimestre seguinte utilizaremos as mesmas situacións de avaliación para avalialos e aplicaremos o grao mínimo de consecución xa recollido nas táboas anteriores como criterio de consecución do estándar. A nota obtida na *repetición* do exame escrito ou na/s proba/s obxectiva/s, sumarase ás notas xa obtidas polo alumno a través dos instrumentos de avaliación exame teórico e/ou probas obxectivas do trimestre anterior. Se con esa nota, sumada a todas ás do trimestre anterior, o alumno chega ao 5 na avaliación, eses estándares os daremos por alcanzados e o trimestre, superado. Se non consegue superar os estándares suspensos, mantería a avaliación como non superada e ao final do curso faráselle media cas notas das outras avaliacións

-Se os estándares non superados se avalían a través dunha proba de execución, actuaremos como no caso anterior, utilizando, no trimestre ou unidade didáctica seguinte, as mesmas situacións de avaliación para avaliar eses estándares non superados, e aplicaremos o grao mínimo de consecución xa recollido nas táboas anteriores como criterio de consecución do estándar. Se non os superase, mantería a súa nota e ao final do curso faríaselle media co resto de avaliacións.

-Os estándares que se van a avaliar a través de procedementos de observación se manteñen ao longo de cada curso, en tódolos cursos, polo que neste caso os daremos por superados se na unidade seguinte / trimestre, o alumnado alcanza o grao mínimo de consecución que temos establecido para cada estándar.

➤ **Obxecto da avaliación**

Serán obxecto da avaliación tanto o alumnado como o profesor e tamén o proceso de ensino. No caso do alumnado, será avaliado pola profesora (heteroevaluación) a través dos diferentes instrumentos de avaliación recollidos en puntos anteriores desta programación, pero tamén, nalgunhas Unidades Didácticas, polos seus compañeiros (coevaluación). En cada trimestre o alumnado tamén fará unha autoavaliación,

buscando con ela facelo consciente e responsable do seu aprendizaxe e en definitiva, da nota que vai acadar na materia. Así mesmo, a profesora será avaliada en cada trimestre polos seus alumnos, a través dunha rúbrica como a seguinte:

RÚBRICA DE SATISFACCIÓN CO LABOR DA PROFESORA						
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 nela. 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 pretenden que consigades, cales van a ser os contidos a traballar e os obxectivos a conquistar.						
2. Explícanos como se vai a realizar a avaliación e de onde vai saír a nota do trimestre.						
3. Cando explica céntrase no importante, tratando de deixar claros os conceptos e os pasos a seguir nas tarefas a realizar.						
4. Relaciona contidos e actividades cos coñecementos previos						
5. Trata de facelas clases amenas para manternos activos e interesados.						
6. Pregunta con frecuencia se temos todo claro, se temos dúbidas..						
7. Axuda a todos os alumnos, 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.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES, 1º ESO	TEMPORALIZACIÓN PREVISTA				TEMPORALIZACIÓN REAL			
	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3		T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3	
EFB1.1.1	X							
EFB1.1.2	X	x	x					
EFB1.1.3	X	X	X					
EFB1.2.1	X	X	X					
EFB1.2.2	X	X	X					
EFB1.2.3	X	X	X					
EFB1.3.1			x					
EFB1.3.2			x					
EFB1.3.3	X		X					
EFB 1.4.1	X							
EFB1.4.2			X					
EFB1.5.1	X		X					
EFB1.5.2	X		X					
EFB2.1.1	X							
EFB2.1.2	X							
EFB2.1.3	X							
EFB3.1.1	X							
EFB3.1.2	X							
EFB3.1.3	X	X						
EFB3.2.1		X						

EFB3.2.3	X	X	X					
EFB4.1.1		X	X					
EFB4.1.2		X	X					
EFB4.1.3		X						
EFB4.1.4			X					
EFB4.2.1		X						
EFB4.2.2		X						
EFB4.2.3		X						

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE AVALIABLES, 2º ESO	TEMPORALIZACIÓN PREVISTA				TEMPORALIZACIÓN REAL			
	T1 UD1	T1 UD2	T2 UD3	T3 UD4	T1 UD1	T1 UD2	T2 UD3	T3 UD4
EFB1.1.1	x		x	x				
EFB1.1.2	X		X	X				
EFB1.1.3	X		X	X				
EFB1.2.1	X	X	X	X				
EFB1.2.2	X	X	X	X				
EFB1.2.3	X	X	X					
EFB1.3.3	X	X						
EFB1.4.1		X	X	X				
EFB1.4.2		X						
EFB1.4.3				X				
EFB1.5.2	X		X					
EFB2.1.1		X	X	X				
EFB2.1.2				X				
EFB2.1.3				X				
EFB2.1.4				X				
EFB3.1.1	X		X	X				
EFB3.1.2				X				
EFB3.1.3				x				
EFB3.1.4	X							
EFB3.1.5	X							
EFB3.1.6	X							
EFB3.2.1	X							
EFB3.2.2	X							
EFB3.2.3	X	X	X					
EFB3.2.4	X							
EFB4.1.1			X					
EFB4.1.2			X					
EFB4.1.3			X					
EFB4.1.4			X					

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE AVALIABLES, 3º ESO	T1 UD1	T2 UD2	T2 UD3	T1 UD1	T2 UD2	T2 UD3
	EFB1.1.1	X	x			
EFB1.1.2	X	X				
EFB1.1.3	X					
EFB1.2.1	X	X	X			
EFB1.2.2	X	X	X			
EFB1.2.3	X	X	X			
EFB1.3.3		X				
EFB1.4.1	X					
EFB1.5.1		X	X			
EFB1.5.2	X	X	X			
EFB2.1.1			x			
EFB2.1.2			x			
EFB2.1.3			X			
EFB2.1.4			x			
EFB3.1.1	X	x				
EFB3.1.3	X					
EFB3.1.5	X					
EFB3.1.6	X					
EFB3.2.1	X					
EFB3.2.2	X					
EFB3.2.3	X					
EFB3.2.4	X					
EFB4.1.1		X				
EFB4.1.2		X				
EFB4.1.3		X				
EFB4.1.4		X				
EFB4.2.1		X				
EFB4.2.2		X				
EFB4.2.3		X				
EFB4.2.4		X				

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE AVALIABLES, 4º ESO	TEMPORALIZACIÓN PREVISTA			TEMPORALIZACIÓN REAL		
	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3	T1 UD1	T2 UD2	T3 UD3
EFB1.1.1	X	X	X			
EFB1.1.2	X	X	X			
EFB1.1.3	X	X	X			
EFB1.2.1	X	X	X			
EFB1.2.2	X	X	X			
EFB1.2.3	X	X	X			
EFB1.3.1	X	X	X			
EFB1.3.2		X				
EFB1.3.3	X	X	X			
EFB1.4.1	X	X	X			
EFB1.4.2		X				
EFB1.4.3		X				
EFB1.5.1	X	X	X			
EFB1.5.2	X	X	X			
EFB1.6.1	X	X				
EFB1.6.2	X		X			
EFB1.6.3	X		X			
EFB3.1.1	X	x				
EFB3.1.2	X					
EFB3.1.3	X	X				
EFB3.2.1	X					
EFB3.2.2	X					
EFB3.2.3	X					
EFB3.2.4	X					
EFB4.1.1		X				
EFB4.1.2		X				
EFB4.1.3		X				
EFB4.2.2		X				
EFB4.2.3		X				
EFB4.2.4		X	X			
EFB4.2.5		X	X			
EFB4.2.6		X				
EFB4.3.2		X				

O **segundo indicador** será comprobar que ademais de respectala 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 70% do alumnado supere a materia en cada trimestre.**

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

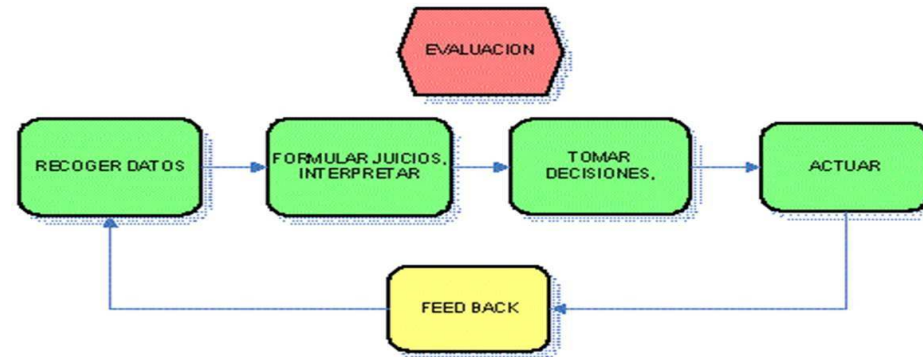
Cos **alumnos coa materia de Educación Física pendente**, seguiremos un procedemento que terá por obxectivo que estes alumnos alcancen, na proba extraordinaria de maio, o grao mínimo de consecución dos estándares de aprendizaxe básicos establecidos para cada trimestre no curso no cal teñan pendente a materia, e referidos exclusivamente a aqueles que se van avaliar a través de *procedementos de experimentación*. Como instrumentos de avaliación utilizarase o exame escrito. O procedemento será o seguinte: en cada trimestre se lle entregará aos alumnos unha relación de traballos (probos obxectivos) que deberían ir facendo para preparalo exame de maio, indicándolles que a entrega das actividades *non será obrigatoria*, pero si convinte para o seguimento da materia.

Se lles informará de que o contido teórico de cada trimestre terán que recollelo na conserxería ou ben, descargalo do blog da materia, onde tamén se publicarán.

A **proba extraordinaria de maio** consistirá nun exame escrito, que versará sobre todo o contido de carácter conceptual impartido no curso. Neste exame, o alumnado terá que obter unha nota igual ou superior a 5 para dar por recuperada a materia.

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 farémola no mes de setembro ao longo das 3 / 4 primeiras sesións en cada un dos cursos. Esta avaliación inicial a temos incluída xa na UD1 dos respectivos cursos, e dos seus resultados tomaranse decisións para o desenvolvemento desas UDS1, tanto á hora de facelos grupos de traballo como para propor retos saudables a alcanzar por eses grupos.

Como parte de esta avaliación inicial, utilizaremos:

- ✓ En **1º da ESO**, unha serie de retos cooperativos que nos permitan ir coñecendo ao grupo e aos seus integrantes, fundamentalmente en contidos relacionados co ámbito actitudinal. Aplicaremos a seguinte rúbrica para situar a cada alumno/a nun nivel de responsabilidade individual que irá do nivel 3 (excelente) ao nivel 0 (irresponsable).

CATEGORÍA	NIVEL 3 EXCELENTE (1)	NIVEL 2 BO (0,75)	NIVEL 1 SUFICIENTE (0,5)	NIVEL 0 INSUFICIENTE (0)
1/ ACTITUDE	-Sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase. -Actitude moi respectuosa cara a compañeiros e profesora.	-Case sempre ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase. -Actitude correcta cara compañeiros e profesora.	-Na maioría das clases ten unha actitude pouco positiva cara as tarefas e o traballo de clase. -A miúdo manifesta unha actitude pouco correcta cara compañeiros e/ou profesora.	-Non ten unha actitude positiva cara as tarefas e o traballo de clase. -Sempre manifesta unha actitude pouco correcta cara compañeiros e/ou profesora.
2/TRABALLO CON OUTROS	-Sempre escoita, atende e apoia o esforzo doutros. -Proporciona ideas útiles. -Lidera o grupo.	-Case sempre escoita, atende e apoia o esforzo doutros. -Algunhas veces proporciona ideas útiles.	-A veces escoita, atende e apoia o esforzo doutros. -Fai o que lle piden, pero non aporta.	-Case nunca escoita, atende e apoia o esforzo doutros. -Non proporciona ideas útiles ao grupo.
3/RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	-Busca e suxire solucións ao traballo plantexado.	-Redefine as solucións aportadas por outros ou copia as de outros.	-Non busca nin suxire solucións ao traballo plantexado, pero amósase atento e disposto a levar a cabo as solucións plantexadas. Pasivo.	-Non busca nin suxire solucións ao traballo plantexado.
4/MANEXO DO TEMPO, PARTICIPACIÓN E ESFORZO	-Aproveita ben todo o tempo de clase. -Presta atención todo o tempo. -Esfórzase en tódalas clases.	-Aproveita ben case todo o tempo de clase, porque tende a demorarse no inicio das actividades. -Esfórzase na maioría das clases.	-É moi intermitente na práctica. -Esfórzase pouco. -Aproveita pouco o tempo de clase.	-Non se esforza nada. -Non aproveita nada o tempo de clase, incluso pode tender a buscar excusas para sentarse e non traballar.

- ✓ En 2º, comenzaremos por unha proba de resistencia aeróbica por medio dunha carreira continua na que se lle pedirá ao grupo que corra por bloques de tempo, intercalándose entre estes bloques, períodos de descanso activo. O reto que se lles formulará será o de conseguir completar correndo, tódolos bloques de carreira. Irase marcando o bloque no que cada alumno/a cese voluntariamente a súa carreira, así como as pulsacións tomadas en 10 segundos.

PROBA INICIAL DE CARREIRA CONTÍNUA											
RETO: Conseguir completar correndo, tódolos bloques de carreira											
CURSO 2º: _____ DATA: _____											
Alumnado	5' C	2' D	4' C	2' D	3' C	1,5' D	2' C	1' D	1' C	Pulso 10''	Observacións
1.											
2.											
<p>-Nivel pésimo: non completar o 1º bloque. Nota 0</p> <p>-Nivel baixo: completar só o 1º bloque. Nota 1</p> <p>-Nivel vas polo bo camino: completar só os bloques 1 e 2. Nota 2</p> <p>-Nivel estás no bo camino: completar só os bloques 1, 2 e 3. Nota 3</p> <p>-Nivel aínda podes mellorar: Completar os bloques 1,2,3 e 4. Nota 4</p> <p>-Nivel saudable. Completar os 5 bloques. Nota 5</p>											

-Neste curso tamén faremos unha proba de forza resistencia de membros superiores, fondos de brazos en 1 minuto e de forza explosiva do tren inferior a través da proba salto de lonxitude sen pulo. No caso do 1º test, teremos como referencia os estándares establecidos na batería Fitnessgram e para o tets de salto, os da batería Alpha-fitness.

TEST DE FORZA RESISTENCIA FONDO DE BRAZOS

NIVEL	RAPAZAS (Nº REPETICIÓN)			RAPACES (Nº DE REPETICIÓN)			Nota avaliación
	13 ANOS	14 ANOS	15 ANOS	13 ANOS	14 ANOS	15 ANOS	Inicial*
MOI BAIXO	Menos de 5 5118	Menos de 6 66121	Menos de 7	Menos de 8	Menos de 10	Menos de 12	2
BAIXO	6-7	7-8	8-9	9-12	11-14	13-15	3-4
SUFICIENTE	8-10	9-12	10-12	13-15	15-17	16-20	5
BO	11-12	13-14	13-14	16-18	18-20	21-25	6-7
MOI BO	13-14	15-16	15-16	19-20	21-25	26-30	8-9
EXCELENTE	Más de 15	Más de 16	Más de 16	Más de 20	Más de 25	Más de 30	10
Todo resultado por debaixo do nivel <i>moi baixo</i>, sería nivel pésimo							1
*Se os <u>centímetros</u> totais alcanzados polo alumno están máis próximos á marca máis alta dun nivel, o alumno levará como nota de avaliación inicial, a nota máis alta correspondente a ese nivel							

TEST DE SALTO DE LONXITUDE SEN PULO

NIVEL	RAPAZAS (CM)			RAPACES (CM)			Nota avaliación
	13 ANOS	14 ANOS	15 ANOS	13 ANOS	14 ANOS	15 ANOS	Inicial*
MOI BAIXO	Menos de 118	Menos de 121	Menos de 123	Menos de 135	Menos de 151	Menos de 165	2
BAIXO	119-133	122-137	124-138	136-152	152-169	166-182	3-4
SUFICIENTE	134-147	128-151	139-151	153-167	170-183	183-196	5
BO	148-163	152-167	152-167	168-184	184-200	197-212	6-7
MOI BO	164-167	168-180	168-180	185-187	200-212	213-225	8-9
EXCELENTE	Más de 168	Más de 180	Más de 180	Más de 187	Más de 212	Más de 225	10
Todo resultado por debaixo do nivel <i>moi baixo</i>, sería nivel pésimo							1
*Se os <u>centímetros</u> totais alcanzados polo alumno están máis próximos á marca máis alta dun nivel, o alumno levará como nota de avaliación inicial, a nota máis alta correspondente a ese nivel							

- ✓ No curso de **3º ESO**, faremos 2 test de forza, un para medirla forza do tren inferior (test de salto de lonxitude sen pulo), e outro para medirla forza do tren superior, para o cal empregaremos un dinamómetro. Nos dous test, a mostra de referencia serán os resultados publicados na Bateria AlphaFitness (2011).

SALTO DE LONXITUDE A PES XUNTOS

NIVEL	RAPAZAS (CM)				RAPACES (CM)				Avaliación inicial
	14 ANOS	15 ANOS	16 ANOS	17 E +	14 ANOS	15 ANOS	16 ANOS	17 E +	
MOI BAIXO	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de 151	Menos de	Menos de	Menos de	2
BAIXO	122-137	124-138	127-141	130-144	152-169	166-182	176-192	185-201	3-4
SUFICIENTE	128-151	139-151	142-154	145-157	170-183	183-196	193-206	202-215	5
BO	152-167	152-167	155-169	158-172	184-200	197-212	207-221	216-229	6-7
MOI BO	168-180	168-180	170-182	173-185	200-212	213-225	222-235	230-242	8-9
EXCELENTE	Más de 180	Más de 180	Más de 182	Más de 185	Más de 212	Más de 225	Más de 235	Más de 242	10
Todo resultado por debaixo do nivel <i>moi baixo</i>, sería nivel pésimo									1
*Se os <u>centímetros</u> totais alcanzados polo alumno están máis próximos á marca máis alta dun nivel, o alumno levará como nota de avaliación inicial, a nota máis alta correspondente a ese nivel.									

TEST DE FORZA DE PRENSIÓN MANUAL

NIVEL	RAPAZAS (KG)				RAPACES (KG)				Avaliación inicial*
	14 ANOS	15 ANOS	16 ANOS	17 E +	14 ANOS	15 ANOS	16 ANOS	17 E +	
MOI BAIXO	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de	Menos de	2
BAIXO	21.6-24.1	22.6-25.1	23.0-25.4	24.0-26.4	26.4-30.4	31.4-35.7	36.0-40.0	40.0-43.5	3-4
SUFICIENTE	24.2-26.4	25.2-27.4	26.5-27.8	26.5-28.9	30.5-34.0	35.8-39.7	40.1-43.7	43.6-46.7	5
BO	26.5-29.2	27.5-30.3	27.9-30.8	29.0-32.1	34.1-38.5	39.8-44.3	43.8-48.1	46.8-50.6	6-7
MOI BO	29.3- 30.0	30.4-31.5	30.9-32.0	32.2-33.0	38.6- 40.0	44.4-45.0	48.2-49.0	50.7-51.0	8-9
EXCELENTE	Más de 30.0	Más de 31.5	Más de 32.0	Más de 33	Más de 40.0	Más de 45.0	Más de 49.0	Más de 51	10
Todo resultado por debaixo do nivel <i>moi baixo</i>, sería nivel pésimo									1
*Se os <u>centímetros</u> totais alcanzados polo alumno están máis próximos á marca máis alta dun nivel, o alumno levará como nota de avaliación inicial, a nota máis alta correspondente a ese nivel.									

En 3º tamén faremos 2 probas de flexibilidade, unha para o tren superior e outra para medila flexibilidade do tren inferior. No 1º caso, a proba será a de alcanzalas mans polo lombo e no segundo, alcanzalo pe.

ALCANZALAS MANS POLA ESPALDA			ALCANZALOS PES		
RAPAZAS E RAPACES			RAPAZAS E RAPACES		
Tocan as puntas dos dedos no lombo, tanto no lado dereito como no esquerdo	NOTA	Excelente	-Toca cas puntas dos dedos os nocellos	NOTA	Excelente
Tocan as puntas dos dedos no lombo, pero só nun lado	NOTA	Mellorable	-Toca cas puntas dos dedos a parte media da tibia	NOTA	Mellorable
Non tocan nin no lado dereito nin no esquerdo	NOTA	Insuficiente	-Non chega ca punta dos dedos á parte media da tibia	NOTA	Insuficiente

✓ **Co alumnado de 4º:**

-O test de Cooper. Os resultados obtidos vannon permitir situar o nivel de resistencia de cada un dos alumnos respecto a súa poboación de referencia (idade e grupo clase) o cal vai selo punto de partida para o desenvolvemento da primeira unidade didáctica en cada un destes cursos da ESO. Ademais, os resultados obtidos permitirannos propor retos saudables aos alumnos, que os impliquen na mellora da súa condición física. Para valorar esta proba utilizaremos a seguinte táboa.

BAREMO TEST COOPER

NIVEL	METROS PERCORRIDOS RAPAZAS			METROS PERCORRIDOS RAPACES			Nota avaliación
	12 ANOS	13-14	15-16	12 ANOS	13-14	15-16	Inicial*
Moi baixo	1535-1860	1660-2010	1810-2160	1735-2075	1760-2110	1850-2300	1-2
Baixo	1861-2235	2011-2260	2161-2410	2076-2425	2111-2460	2301-2650	3-4
Suficiente	2236-2485	2261-2510	2411-2660	2426-2775	2461-2800	2651-2850	5
Bo	2486-2735	2511-2760	2661-2910	2776-2845	2801-2900	2851-2950	6-7
Moi bo	2736-2800	2761-2900	2911-3000	2846-3000	2901-3100	2951-3110	8-9
Excelente	+ de 2800	+ de 2900	+ de 3000	+ de 3000	+ de 3100	+ de 3110	10
Todo resultado por debaixo do nivel <i>moi baixo</i>, sería nivel pésimo							1
*Se os metros totais percorridos polo alumno están dentro da centena da marca máis alta dun nivel, o alumno levará como nota de avaliación inicial, a nota máis alta correspondente a ese nivel.							

Tamén en 4º faremos os 2 test de forza que facemos en 3º. Neste curso, ademais dos test de forza e o test de Cooper, calcularemos o índice de masa corporal (IMC) e o índice cintura/ talla (ICT), 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

-En tódolos cursos faremos preguntas tendentes a coñecer canto lembra o alumnado dos contidos do bloque de actividade física e saúde traballados no ano anterior e sobre os que sa vai construír a aprendizaxe desta 1ª UD. No caso dos cursos de 1º, estas preguntas versarán sobre as capacidades físicas básicas e o quecemento.

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 das tarefas propostas, ás posibilidades de cada alumno.
- Seleccionando os contidos que precisan ser repasados e aprendidos por ser chave para poder seguir progresando.
- Coñecendo cales son os alumnos que precisan de reforzo tanto en relación ao desempeño das habilidades motrices básicas como das capacidades físicas básicas.
- Propoñendo retos saudables individuais aos alumnos, que os impliquen na mellora da súa condición física saudable.
- 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 diagnosticados de **TDAH** en tódolos cursos. Para atendelos axeitadamente seguiremos as recomendacións recollidas no *Protocolo de consenso sobre o TDAH na infancia e na adolescencia nos ámbitos sanitario e educativo*, editado pola Xunta de Galicia, 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.• 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.

Neste curso tamén imos ter dous alumnos en 1º da ESO que presentan NEAE. Dada a información que temos neste momento, ambos requiriran ter que facer ACS en tódalas UDS do curso.

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

a) Reforzo educativo:

- o Alumnado de 1º e 2º exento da materia de francés. Esta medida está contemplada para alumnado de 1º que xa repetiu en Educación Primaria e non acadaron os obxectivos desta etapa e para alumnado de 1º e 2º que están repetindo e presentan un claro desfase curricular.

- Alumnado con reforzo educativo en áreas instrumentais. Este reforzo será de dous tipos: 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:
- 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. Igualmente, á hora da organización dos agrupamentos (parellas, grupos de maior ou menor número de compoñentes..) ademais do apuntado no apartado anterior de medidas individuais e colectivas, na súa composición rexerá buscar que todo o alumnado se integre e se sinta parte do grupo clase. Para elo, para formar os grupos (que serán cambiantes) usaremos estratexias que eviten que algún alumno poida sentirse rexeitado.

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 (roupa/calzado), deberán:

-Participar na sesión naquilo que a profesora lles solicite e que eles poidan facer (dirixir quecementos, avaliar a compañeiros, prestar axuda aos seus compañeiros ou á profesora nalgunha tarefa, colocar / recollelo material, dirixila volta á calma...)

-E/ ou, encher unha ficha da sesión que deben entregar á profesora ao final da clase ou na clase seguinte, co fin de que non se despiste e siga a clase. Esta ficha será corrixida e devolta ao alumno para que a incorpore ao seu material da materia.

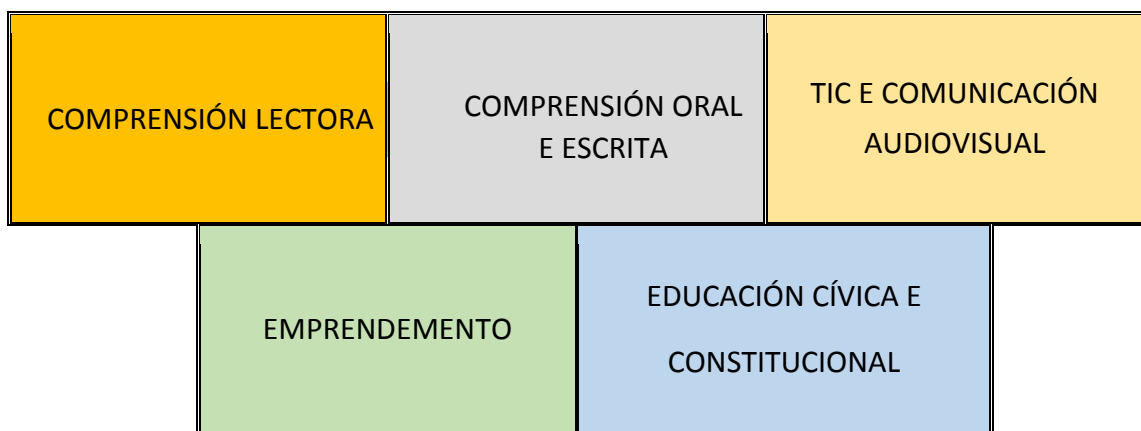
No caso do **alumnado lesionado de longa duración para os que o ditame médico sexa non facer ningún tipo de actividade física**, ademais do exposto no punto anterior, se lles pedirá aos titores legais do alumno que envíen á profesora información sobre a lesión e o tempo estimado da baixa. Nestes casos se lles propondrá a realización dun traballo relacionado ca temática que esteamos a traballar na unidade didáctica, que terán que entregar por escrito dentro do prazo que se estableza, e que tamén terán que expor á clase na data que profesora e o alumno acorden. O valor máximo deste traballo e da exposición *será do 40% da nota da unidade didáctica (ata 3 puntos poderán obterse co traballo escrito e ata 1 punto, ca exposición)*, xa que este traballo substitúe a aqueles estándares que se van a avaliar a través dunha proba de execución. Para corrixir o traballo e a exposición, utilizaranse sendas rúbricas. No caso da corrección do traballo, a rúbrica será a mesma que para corrixir os traballos voluntarios, xa exposta anteriormente. Para corrixir a exposición utilizarase a rúbrica seguinte:

RÚBRICA PARA A EXPOSICIÓNS DE TRABALLOS ORAIS (ata 1 punto)				
NOTAS / CATEGORÍAS	SOBRESAÍNTE (0,16)	NOTABLE (0,12)	SUFICIENTE (0,08)	INSUFICIENTE (0,04)
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. 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	Demuestra dominar completamente o tema.	Demuestra dominar bastante o tema.	Demuestra dominar partes do tema.	Demuestra 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 7 desta programación.

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

1º, 2º, 3º 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	4ª			
1º ESO	- EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.3, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB 3.1.1, EFB4.1.4, EFB4.1.2, EFB4.2.3, EFB3.1.3, EFB3.2.1	CL	Exame escrito e proba obxectiva	x	X	x				-As situacións de avaliación recollidas no punto 7 da programación.
2º ESO	-EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB3.1.1, EFB3.1.2, EFB3.1.3, EFB3.1.6, EFB3.2.4, EFB4.1.3, EFB1.5.2			X	X	X	X			
3º ESO	-EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.4.1, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB2.1.1, EFB3.1.1, EFB3.1.6, EFB3.2.4, EFB3.1.1, EFB3.1.3, EFB4.1.1, EFB4.1.3, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4			X	X	X				
4º ESO	EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.3, EFB1.3.2, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB1.6.1, EFB1.6.2, EFB1.6.3, EFB3.1.1, EFB3.1.2, EFB3.1.3, EFB3.2.1, EFB4.2.5, EFB4.3.2,			X	X	X				

✓ TIC E COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL.

1º, 2º, 3º 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	4ª	
1º ESO	- EFB1.5.1, EFB1.5.2	CD	Exame Escrito e proba obxectiva / Proba de execución	X		X		-Elaboración dun vídeo titorial sobre o quecemento xeral. -Fotografar un espazo natural próximo a súa casa e propor actividades físicas que se poidan realizar nel.
2º ESO	-EFB1.5.1, EFB3.1.1			x			X	-Entregar un catálogo de exercicios de autocarga. -seleccionar unha base musical para o seu exercicio de acrosport .
3º ESO	-EFB1.5.1, EFB1.5.2			X	x	x		-Lectura e análise de artigos nos que traten temas de saúde relacionados cos contados que se están traballando en clase.
4º ESO	EFB1.6.1, EFB1.6.2, EFB1.6.3			X		X		-Visionado da conferencia "Como 59 minutos pueden cambiar el mundo" -Gravación dun vídeo titorial sobre como pode traballarse unha das cfb traballadas en clase. -Fotografar e gravar as sesión impartidas polo seu grupo.

✓ EMPRENDEMENTO.

1º, 2º, 3º E 4º ESO								
CURSOS	E. RELACIONADOS CO EMPRENDEMENTO	COMP. CLAVE	INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	U.D ONDE SE TRABALLA				EXEMPLOS DE ACTIVIDADES
				1ª	2ª	3ª	4ª	
1º ESO	- EFB1.4.1, EFB3.2.3, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3,	CSIEE	Exame Escrito e proba obxectiva / Proba de execución / Rúbrica, lista control e/ou rexistro anecdótico	X	x	x		-Superación cooperativa de retos físicos. -Resolución práctica e escrita a situacións de cooperación e oposición. -Resolver tarefas de orientación
2º ESO	-EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB3.2.3, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4,			x	X	x	X	-Resolución de situacións que requiren a aplicación do PAS. -Creación dunha composición na que deben mesturar xiros en diferentes eixes.
3º ESO	-EFB1.4.1, EFB3.2.3, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.1.4, EFB4.2.1, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4			X	x	x		-Corrección da execución dos compañeiros. -Arbitraje de partidos. -Resolución de situacións 1x1 e 2x2
4º ESO	-EFB1.4.1, EFB1.4.2, EFB1.4.3, EFB4.1.1, EFB4.1.2, EFB4.1.3, EFB4.2.2, EFB4.2.3, EFB4.2.4, EFB4.2.5, EFB4.2.6,			x	x	X		-Resolver situacións que requiren aplicar os protocolos ante lesións deportivas e/ou accidentes, -Crear xogos alternativos.

✓ EDUCACIÓN CÍVICA E CONSTITUCIONAL.

1º, 2º, 3º 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	4ª	
1º ESO	- EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.3, EFB1.4.1.	CSC	Exame Escrito e proba obxectiva / Proba de execución / Rúbrica, lista control e/ou rexistro anecdótico	X	x	x		-Actividades de cooperación. -Aseo diario.
2º ESO	-EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.3, EFB1.4.1, EFB1.4.3, EFB3.1.6,			x	X	x	X	-Dirixir quecementos xerais. -Aseo diario. -Realización de axudas aos compañeiros.
3º ESO	-EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.4.1, EFB3.1.6.			X	x	x		-Observación e corrección da execución dos compañeiros. -Dirección de quecementos. -Observación do grao de implicación do alumno nas actividades.
4º ESO	-EFB1.1.1, EFB1.1.2, EFB1.1.3, EFB1.2.1, EFB1.2.2, EFB1.2.3, EFB1.3.1, EFB1.3.2, EFB1.3.3, EFB1.5.1, EFB1.5.2, EFB4.3.2			x	x	X		-Dirección de quecementos específicos. -Proposta dun xogo alternativo e de estratexias para traballar a cohesión grupal. -Coavaliación.

13.Actividades complementarias e extraescolares programadas para cada curso.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS													
CURSOS	TRIMESTRES			UNIDADE DIDÁCTICA						ESTÁNDAR APRENDIZAXE	INSTRUMENTO AVALIACIÓN	ACTIVIDADE	
	1º	2º	3º	1	2	3	4						
1º ESO	X	X		X	X						EFB1.2.1 EFB1.5.1 EFB1.3.3 EFB4.1.4	-Probas obxectivas / proba de execución	-Realización da ruta de sendeirismo "Pedra da auga". -Realización dunha ruta de sendeirismo de 2 km polo entorno natural próximo ao centro. -Celebración do día Mundial da Discapacidade (03/12/2019) -Celebración da Semana da Prensa (09-13/03/2020)
2º ESO	X	X		X	X	X					EFB1.2.1 EFB1.5.1 EFB1.3.3	-Proba de execución / Proba obxectiva	-Celebración do día Mundial da Discapacidade (03/12/2019) -Celebración da Semana da Prensa (09-13/03/2020)
3º ESO	X	X		X	X						EFB1.2.1 EFB1.5.1 EFB1.3.3	-Proba de execución / Proba obxectiva	-Celebración do día Mundial da Discapacidade (03/12/2019) -Celebración da Semana da Prensa (09-13/03/2020)
4º ESO	X	X	X	X	X	X					EFB1.3.1 EFB1.6.1 EFB3.1.3 EFB1.2.3 EFB4.2.4	-Proba de execución e rúbrica	-Celebración do día Mundial da Discapacidade (03/12/2019) -Celebración da Semana da Prensa (09-13/03/2020) -Celebración do Día das Letras Galegas (semana anterior á SS) -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.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES											
CURSOS	TRIMESTRES			UNIDADE DIDÁCTICA					ESTÁNDAR APRENDIZAXE	INSTRUMENTO AVALIACIÓN	ACTIVIDADE
	1º	2º	3º	1	2	3	4				
4º ESO		x			x				EFB1.6.1	-Proba obxectiva	-Visita ao Centro Galego de Tecnificación Deportiva e á Facultade de Ciencias da Actividade Física e do Deporte do Campus de Pontevedra.

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 analizalas posibles causas deses resultados e por último, propor medidas a tomar conducentes a melloralos.

CURSOS	Nº DE ALUMNOS/AS	Nº DE SUSPENSOS / %	Nº DE APROBADOS / %	OBSERVACIÓNS / ANÁLISIS DOS RESULTADOS
1º A	19	?	?	
1º B	16	?	?	
1º C	19	?	?	
2º A	25	?	?	
2º B	24	?	?	
3º A	20	?	?	
3º B	20	?	?	
4º A	12	?	?	
4º B	23	?	?	

Desde 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			
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 actividade propostas facilitaron a consecución dos estándares básicos			
10. A contribución das actividades propostas á consecución dos estándares por parte do alumnado,			
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....			
Conclusiones:			
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.
- Varios (1997): La Educación Física en secundaria. Elaboración de materiales curriculares. Fundamentación teórica. Inde. Barcelona.
- Varios (1999): Batería Fitnessgram. Manual de instrucciones. Ed. Champaign,II; Human Kinetics. Dallas.

-Varios (2010): Aprendizaje cooperativo en Educación Física. Fundamentos y aplicaciones prácticas. Ed. Inde. Barcelona.

-Varios (2011) : Batería AlphaFitness: Test de campo para la evaluación de condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. Manual de instrucciones. Ed. Universidad de Granada. Granada.