

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
32016790	IES Castro de Baronceli	Verín	2022/2023

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	1º ESO	3	105

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	5
4.1. Concrecións metodolóxicas	14
4.2. Materiais e recursos didácticos	15
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	17
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	17
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	18
6. Medidas de atención á diversidade	19
7.1. Concreción dos elementos transversais	21
7.2. Actividades complementarias	22
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	22
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	23
9. Outros apartados	23

1. Introducción

A continuación, preséntase neste documento a Programación Didáctica do Departamento de Educación Física para o curso académico 2022-2023 no IES ¿Castro de Baronceli¿ de Verín, na provincia de Ourense en Galicia.

A educación é a base para o correcto funcionamento e progreso dunha sociedade, e imprescindible para o desenvolvemento íntegro como persoas. É un ben social que nos dá liberdade, enriquece a cultura, os valores e todo o que nos caracteriza como seres humanos. Do mesmo xeito que a sociedade e a educación, a nosa área de coñecemento, a Educación Física, evolucionou desde a súa incorporación ao sistema educativo, do mesmo xeito que as leis que a guían. O noso alumnado, ademais de desenvolver a súa competencia motriz, debe construír a súa personalidade acorde á sociedade plural na que se atopa inmerso. Aproveitando as oportunidades que nos brinda a nosa materia, basearemos a nosa intervención na educación integral do individuo (ámbito cognoscitivo, afectivo, psicomotor e social). Así, axudaremos a que se desenvolva con autonomía, sendo capaces de asumir as súas limitacións e desenvolver e valorar as súas capacidades, atopando o seu sitio nunha sociedade cada vez máis complexa. Para poder conseguir isto, é necesario elaborar un plan concreto de actuación a nivel educativo, que determine o que queremos alcanzar, con que e como o imos a conseguir; así como o que, como e cando o imos a avaliar. Esta proposta é a que se recolle neste documento en forma de programación didáctica.

Tendo en conta a lexislación vixente e as características do contexto e ó que está dirixida esta programación, esta intervención educativa desenvolverase ao redor de tres eixos fundamentais, relacionados entre si. O primeiro é utilizar a nosa materia como ferramenta socializadora para a diversidade do alumnado, que chega a un novo centro e atópase na etapa da puberdade e adolescencia. Fomentaremos o respecto e o traballo colaborativo, as boas relacións sociais, sendo críticos coas situacións de discriminación e de acoso de calquera ámbito. O segundo eixo é favorecer a súa autonomía a través dunha metodoloxía activa, propoñendo traballos de procura e investigación, para ampliar o abanico de posibilidades de actividade física para mellorar a saúde. O que nos leva ao terceiro eixo desta programación: a promoción dun estilo de vida saudable. Isto xustifícase por dúas situacións: a reducida carga horaria que ten a nosa materia e o estilo de vida sedentario, cada vez máis estendido na infancia e adolescencia, provocando un dos maiores problemas de saúde da nosa sociedade, o sobrepeso e a obesidade. Como docentes, debemos facelos conscientes deste problema e propoñer actividades coas que o alumnado goce e xere actitudes positivas cara ao exercicio físico, dándolle novas alternativas para ocupar o seu tempo libre no presente e no futuro.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto entre os participantes e as regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír con progresiva autonomía ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa.	5	3			1-3-5	3		
OBX4 - Practicar, analizar e valorar distintas manifestacións da cultura motriz aproveitando as posibilidades e recursos expresivos que ofrecen o corpo e o movemento, profundando nas consecuencias do deporte como fenómeno social e analizando criticamente as súas manifestacións desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económico-políticos que o rodean, para alcanzar unha visión máis realista, contextualizada e xusta da motricidade no marco das sociedades actuais.		3				2-3		1-2-3-4
OBX5 - Adoptar un estilo de vida sostible e ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridade individuais e colectivas na práctica físico-deportiva segundo a contorna e desenvolvendo colaborativa e cooperativamente accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, para contribuír activamente á conservación do medio natural e urbano.			5			4	1-3	

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	CONDICIÓN FÍSICA E SAÚDE I	O alumnado poñerá en práctica quecementos e voltas á calma, coñecerá as	16	16	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	CONDICIÓN FÍSICA E SAÚDE I	pautas básicas dunha alimentación sa e equilibrada; e valorará a actividade física coma unha ferramenta para a mellora da saúde	16	16	X		
2	PRIMEIROS AUXILIOS I	O alumnado coñecerá e poñerá en práctica as normas de seguridade e os protocolos básicos de intervención en accidentes derivados da práctica de actividade física	10	10	X		
3	EXPRESIÓN CORPORAL I	O alumnado coñecerá e poñerá en práctica diversos recursos corporais, como medio de expresión e comunicación. Ademais, desenvolverá a capacidade expresiva-comunicativa a través da improvisación e a dramatización	9	10	X		
4	INICIACIÓN DEPORTES COLECTIVOS	O alumnado poñerá en práctica os aspectos técnico-tácticos básicos dos seguintes deportes colectivos: baloncesto, balonmán e voleibol	15	16		X	
5	BÁDMINTON I	O alumnado poñerá en práctica os aspectos técnico-tácticos básicos da modalidade individual de bádminton	12	12		X	
6	ACTIVIDADES RÍTMICAS	O alumnado tomará conciencia da posibilidade expresiva do movemento rítmico a través da realización de danzas e bailes sinxelos	8	8		X	
7	XOGOS E DEPORTES TRADICIONAIS	O alumnado coñecerá e practicará xogos e deportes populares e tradicionais galegos da zona, valorándoos como medio para ocupar o tempo de ocio. Incidirase na importancia da deportividade e o respecto ás normas, compañeiros e adversarios en calquera actividade deportiva practicada	10	11			X
8	HABILIDADES ATLÉTICAS	O alumnado poñerá en práctica os aspectos técnicos das habilidades atléticas básicas	10	11			X
9	ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL	O alumnado coñecerá e poñerá en práctica as técnicas básicas de orientación con mapa, e realizará saídas en bicicleta tendo en conta as normas básicas de seguridade vial	10	11			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	CONDICIÓN FÍSICA E SAÚDE I	16

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Coñece os conceptos básicos de alimentación sa e equilibrada, e valora a actividade física coma ferramenta para mellorar a saúde	PE	40
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Valora o importancia da hixiene no deporte		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Fai un estudio das 5 aplicacións máis empregadas no mundo do deporte, analizando beneficios e riscos das mesmas		
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Elabora e pon en práctica rutinas diarias de actividade física adaptadas ao seu estado de forma	TI	60
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Coñece as partes do quecemento e volta á calma, e é capaz de poñelo en práctica		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	O alumnado actúa con deportividade e respecto nas diferentes prácticas realizadas		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.

UD	Título da UD	Duración
2	PRIMEIROS AUXILIOS I	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Valora a importancia da deportividade e o respecto na práctica das actividades deportivas	PE	50
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñece e sabe aplicar as normas básicas de seguridade na práctica das diferentes actividades vistas		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Recoñece situacións de risco nas diferentes prácticas, e toma as medidas pertinentes	TI	50
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	pon en práctica de xeito axeitado os protocolos básicos de intervención ante accidentes derivados da actividade física		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

UD	Título da UD	Duración
3	EXPRESIÓN CORPORAL I	10

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Elabora unha improvisación individuais empregando a mímica	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos.

UD	Título da UD	Duración
4	INICIACIÓN DEPORTES COLECTIVOS	16

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Fai un estudio das 5 aplicacións máis empregadas no mundo do deporte, analizando beneficios e riscos das mesmas	PE	10
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Domina os aspectos técnico-táctico básicos dos deportes practicados	TI	90
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Coñece e adapta os aspectos táctico básicos ás situacións propostas		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Coñece e adapta os aspectos técnico-táctico básicos ás situacións propostas		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Resolve os diferentes conflitos motrices propostos		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.

UD	Título da UD	Duración
5	BÁDMINTON I	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Fai un estudio das 5 aplicacións máis empregadas no mundo do deporte, analizando beneficios e riscos das mesmas	TI	100
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Domina os aspectos técnico-táctico básicos dos deportes practicados		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Coñece e adapta os aspectos táctico básicos ás situacións propostas		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Coñece e adapta os aspectos técnico-táctico básicos ás situacións propostas		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Resolve os diferentes conflitos motrices propostos		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.

UD	Título da UD	Duración
6	ACTIVIDADES RÍTMICAS	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Elabora e representa unha coreografía grupal	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
7	XOGOS E DEPORTES TRADICIONAIS	11

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Realiza unha análise da coeducación e inclusión nos diferentes deportes practicados na comarca	PE	20
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participa na organización e posta en práctica da Xornada do Xogo, coincidindo co día das Letras Galegas	TI	80
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa nas actividades propostas con deportividade e respecto		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Participa nas actividades propostas con deportividade e respecto		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participa de forma activa na Xornada do Xogo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
8	HABILIDADES ATLÉTICAS	11

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Domina os aspectos técnicos das habilidades atléticas básicas	TI	100
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Aplica os coñecementos adquiridos nas diferentes actividades propostas		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Coñece e adapta os aspectos técnico-táctico básicos ás situacións propostas		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Resolve os diferentes conflitos motores propostos		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.

UD	Título da UD	Duración
9	ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL	11

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Coñece e sabe actuar ante as diferentes situacións de risco que poden xurdir na práctica de actividades no medio natural	PE	20
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Valora o impacto que teñen tanto na saúde como na contorna, os comportamentos incívicos		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Realiza de forma axeitada as actividades propostas (carreira de orientación con plano e saída en bici)	TI	80
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Realiza de forma axeitada as actividades propostas (carreira de orientación con plano e saída en bici)		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Á hora de establecer a metodoloxía para empregar na programación, debemos ter en conta diversos factores que nos van a condicionar e influír en como debemos enfocala: as características do centro e a contorna, aproveitando as posibilidades que nos brinda; dos alumnos, usando a metodoloxía como unha forma máis para atender á diversidade; e as necesidades que expoñen os obxectivos e as competencias en función dos contidos curriculares a desenvolver.

Deste xeito, a metodoloxía didáctica baséase en:

¿ ROL DO PROFESOR NO ENSINO:

- Plantexamento de proxectos ou retos a longo prazo ou preguntas inmediatas.
- Asinar tarefas individuais, cooperativas ou de colaboración que sexan atractivas, que supoñan un reto ou útiles a diario.
- Observación da adaptación das tarefas ao nivel de aprendizaxe de cada un e as necesidades educativas especiais, atendendo á diversidade de niveis e intereses.
- Dirixir mediante demostración e explicación ou feedback claro e breve.
- Potenciación do uso de recursos didácticos variados de internet, apps móbiles e opcións que xurdan durante o curso.
- Contacto coas familias.

¿ ROL DO ALUMNADO NA APRENDIZAXE:

- Resolución de proxectos ou retos a longo prazo ou solución a preguntas inmediatas.
- Realización de tarefas encomendadas.
- Análise, toma de decisións e mellora da execución.
- Dialogar co profesor en caso de necesidade.
- Uso de recursos de internet e apps de móbil.

¿ OS RECURSOS DIDÁCTICOS DO PROFESOR:

- Diario do profesor de rexistro de anotacións.
- Pizarra do ximnasio e rotuladores para escribir información clave.
- Apuntes xerados sobre a parte práctica.
- Ficheiro de cada curso e grupo para gardar fichas de cada alumno/a.
- Aula virtual

¿ METODOLOXÍA BÁSICA: Principalmente será a ASIGNACIÓN DE TAREFAS, que aínda que se trata dun estilo directivo, é o que mellor se acomoda ás sesións dentro desta materia. Non obstante, haberá momentos, sobre todo en unidades didácticas referidas á expresión corporal ou a xogos pre- deportivos, no que o método dominante sexa a RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS. Gustaríanos recalcar que os estilos non directivos son de gran axuda para os alumnos, pero debemos ter en conta os condicionantes de espazo, nº de alumnos por grupo, ou tempo, á hora de poder levarlos a cabo.

¿ ACTIVIDADES NAS QUE NOS BASAREMOS: Ao ser esta unha materia de marcado carácter práctico, as actividades que viran en torno aos contidos procedimentais serán as de maior peso específico. Aínda que, atendendo aos tres tipos de contidos levaremos a cabo actividades que os abarquen a todos:

a) Explicacións de tipo teórico nas que o profesor ou profesora explicará aos alumnos os fundamentos conceptuais en torno aos que vira cada sesión. Para nós é moi importante que os alumnos comprendan a fundamentación de cada sesión e non sexan meros repetidores dos exercicios que se propoñen. Nos contidos que se considere necesario pola súa importancia ou complexidade facilitaráselle aos alumnos apuntes ou outro tipo de material para facilitar a súa aprendizaxe.

b) Continuando co apartado anterior, os alumnos, segundo as distintas unidades didácticas buscarán activamente información, ben sexa en xornais, libros ou en internet.

c) Exercicios de tipo práctico nos que se incluírán unha gran batería de xogos e tarefas xogadas, intentando motivar o máis posible a cada alumno, así como exercicios analíticos e progresións que faciliten a aprendizaxe das técnicas motrices.

d) Mini-competicións cuxo obxectivo será aplicar o aprendido en cada sesión e colaborar cos compañeiros no desenvolvemento da actividade. É importante destacar que a competición ten un alto contido educativo a condición de que o obxectivo de gañar non sexa nin o primeiro nin o único.

¿ ESTRUCTURA DAS SESIONS: Debido á propia natureza da materia, as nosas sesións han de lograr que os alumnos asimilen os contidos propostos ao mesmo tempo que realicen unha práctica física correcta. Así pois, respectando o anterior, a estrutura básica das sesións será a seguinte:

a) Parte Inicial:

¿ Explicación teórica por parte do profesor ou profesora: Nesta parte indicaranse os obxectivos pretendidos para a sesión e explicaranse os contidos conceptuais pertinentes.

¿ Quecemento: Posta a punto para a realización do exercicio físico tendo en conta a actividade posterior que se levará a cabo.

b) Parte Principal: Parte da sesión na que se traballa de forma máis intensa e buscando o logro dos obxectivos propostos.

c) Parte Final:

¿ Volta á calma: Nesta parte báixase a intensidade da sesión e aprovéitase tamén para comentar o desenvolvemento da mesma e ata aclarar cuestións que os alumnos estimen oportunas.

¿ Hixiene: Aseo persoal básico e/ou cambio de roupa (polo menos da camiseta).

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Tres tipos de materiais: fixo no interior, fixo no exterior, móbil.

- FIXO NO EXTERIOR:

¿ 2 xogos de porterías de tubo redondo de balonmán e fútbol sala.

¿ 2 xogos de porterías de sección cadrada de balonmán e fútbol sala.

- ¿ 1 xogo de canastras de pé de baloncesto.
- ¿ 3 canastras de parede.
- FIXO NO XIMNASIO
- ¿ 8 espaldeiras.
- ¿ Dobres postes de voleibol e bádminon
- ¿ 1 mesa de tenis de mesa e mobiliario que ten que quedar fora do almacén
- MÓBIL
- ¿ 1 Xogo de Postes voleibol.
- ¿ 2Xogos de Postes bádminon.
- ¿ 2 xogos de canastras móbiles de minibásquet
- ¿ 1 armazón de ferro con barras para pendurarse ou pasar pendurado delas.
- ¿ 1 Potro.
- ¿ 1 Plinto.
- ¿ 14 Colchonetas.
- ¿ 2 Quitamedos.
- ¿ 8 Bancos suecos.
- ¿ 24 Picas.
- ¿ Cordas.
- ¿ Aros.
- ¿ 4 Balóns medicinais de 4 Kg e 4 de 3 kg.
- ¿ 12 Balóns de voleibol, 24 de baloncesto, 8 de fútbol sala, 12 de balonmán, 2 de rugby
- ¿ 18 Pelotas variadas.
- ¿ 24 Raquetas de bádminon.
- ¿ 1 Mesa de tenis de mesa.
- ¿ 8 Vallas.
- ¿ Cinta métrica de 50 metros e flexómetro de 1 m.
- ¿ 1 Xogo de salto de altura.
- ¿ 1 minitramp

- ¿ 4 xogos de Petos de varias cores.
- ¿ 30 esterillas individuais .
- ¿ Escaleira e barra para subir
- ¿ 20 sticks de floorball.
- ¿ 1 cronómetro.
- ¿ Brúxulas de orientación.
- ¿ 4 cascos de escalada
- ¿ 3 arneses
- ¿ Materia de escalada
- ¿ 1 paracaídas
- ¿ Aros y panos de malabares

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial levarase a cabo ó comenzo das diferentes unidades didácticas, a través principalmente de probas de execución práctica, e servirá para constatar o nivel do alumnado e determinar así a concreción dos obxectivos a alcanzar, a selección de contidos e a metodoloxía a empregar.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	16	10	9	15	12	8	10	10	10	100
Proba escrita	40	50	0	10	0	0	20	0	20	17
Táboa de indicadores	60	50	100	90	100	100	80	100	80	83

Criterios de cualificación:

Os resultados da avaliación expresaranse mediante unha cualificación numérica, que será o resultado do cálculo da media ponderada de todas as notas recollidas cos instrumentos de avaliación. Tendo en conta que os estándares están vinculados ao contidos establecidos na programación e en cada unidade didáctica, podemos agrupalos en tres ámbitos relacionados co carácter deses contidos; a cualificación aproximarase, logo, ao seguinte:

- o Estándares vinculados ao ámbito procedimental: 30 %, referido ás producións motrices dos alumnos/as
- o Estándares vinculados ao ámbito actitudinal: referidos á participación activa nas actividades propostas e ó comportamento diario 70 %

Para os alumnos lesionados ou con algunha enfermidade ou indisposición temporal, que lles impida a realización dos exercicios prácticos, as porcentaxes de cualificación corresponderán nun 70% ao ámbito conceptual, dado que a parte práctica se traballará tamén mediante producións non motrices, e nun 30% ao actitudinal.

Criterios de recuperación:

Os criterios de avaliación para o alumnado pendente son os mesmos que para o alumnado que está a cursar a área no curso no que se atopa actualmente.

Por todo o dito anteriormente, o departamento de Educación Física considera que un alumno ou alumna que teña a materia de Educación Física pendente do curso anterior superará dita área se supera a mesma no curso no que está matriculado e segue o plan de traballo establecido, aplicando os mesmos criterios de avaliación e promoción que aparecen na programación.

5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes

Os criterios de avaliación para o alumnado pendente son os mesmos que para o alumnado que está a cursar a área no curso no que se atopa actualmente.

Por todo o dito anteriormente, o departamento de Educación Física considera que un alumno ou alumna que teña a materia de Educación Física pendente do curso anterior superará dita área se supera a mesma no curso no que está matriculado e segue o plan de traballo establecido, aplicando os mesmos criterios de avaliación e promoción que aparecen na programación.

¿ AVALIACIÓN FINAL DE XUÑO

Tendo en conta a Orde do 25 de Xaneiro de 2022, pola que se actualiza a normativa de avaliación nas ensinanzas de educación primaria, de educación secundaria obrigatoria e de bacharelato no sistema educativo de Galicia (DOG do 11 de febreiro), proporemos para o alumnado:

-Actividades de apoio, reforzo e recuperación no período entre a 3ª avaliación parcial e final

O alumn@ que teña a materia pendente, unha vez realizada a 3ª avaliación parcial, deberá realizar as actividades de apoio, reforzo e recuperación recollidas no informe de avaliación individualizado, que se entregará co boletín de cualificacións da 3ª avaliación, as cales incidirán nos aspectos curriculares nos que o alumn@ presenta máis dificultades.

Para superar a materia, será precisa a avaliación positiva en todas as actividades previstas no informe de avaliación individualizado.

A cualificación definitiva da materia farase efectiva na avaliación final de xuño.

-Actividades de ampliación no período entre a terceira avaliación parcial e a final

O alumnado que teña a materia superada, unha vez realizada a 3ª avaliación parcial, realizará actividades de ampliación, baseadas na planificación e práctica autónoma da actividade física.

As actividades de ampliación serán avaliadas co único obxecto de mellorar a cualificación, tendo en conta os seguintes criterios de avaliación e cualificación:

- Realiza as actividades de xeito satisfactorio: subirá a cualificación obtida durante o curso regular, ata o máximo de 1 punto.

- Non realiza as actividades de xeito satisfactorio: conserva a cualificación obtida durante o curso regular da materia.

6. Medidas de atención á diversidade

Para atender á diversidade do alumnado, debemos tomar certas medidas para facelo da forma adecuada, ademais das xa indicadas na metodoloxía e tratamento dos elementos curriculares.

As necesidades educativas específicas do alumnado se poden agrupar en :

Necesidades Educativas Especiais. (NEE): Alumnado con minusvalía (motora, sensorial e intelectual) ou trastornos graves de conduta.

Dificultades específicas de aprendizaxe (dislexia, discalculia, atraso escolar...).

Altas capacidades intelectuais.

Incorporación tardía ao sistema educativo español (inmigrantes, xitanos).

Condicións persoais ou de historia escolar. (Problemas familiares, hospitalización continuada, cambio de centro constante, ...).

Debido á peculiaridade da nosa área, o alumnado con NEAE que require maior atención debido ao grao de adaptación do currículo, sería o do grupo de N.E.E.

En liñas xerais, como obxectivos prioritarios a ter en conta, estaría potenciar a súa autonomía persoal, favorecer a súa participación activa e fomentar a súa capacidade de socialización. Como educadores, é importante non adoptar situacións de permisividade ou sobreprotección, interaccionando con eles con naturalidade.

Como medidas de atención á diversidade, poderemos adaptar o currículo en todos os seus elementos (Orde do 6 de outubro 1995. DOG 07/11/95): elementos prescriptivos (obxectivos, contidos e/ou criterios de avaliación) elaborando unha Adaptación Curricular Individualizada (ACI), ou elementos non prescriptivos (secuencia de contidos, formas e instrumentos de avaliación, organización da aula, agrupamentos e todo aquilo incluído na metodoloxía), elaborando un Reforzo Educativo (RE).

Para a elaboración do Reforzo Educativo poderemos ter en conta algunhas das seguintes consideracións metodolóxicas en función do alumno ao que van dirixidas:

NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIAIS:

Alumnos con minusvalía:

Motora:

Modificar os regulamentos dos xogos e sistemas de puntuación.

Utilizar materiais brandos alternativo ou adaptado.

Ante falta de equilibrio, dotar o alumno de reforzos, xeonlleiras.

En determinadas situacións "facer de sombra" do alumno para evitar caídas.

Facer de speaker para dar orientacións.

Modificar os espazos.

Equiparar a desigualdade motora, modificando as formas de desprazamento dos alumnos/as.

Sensorial visual:

Familiarización co ámbito coñecendo texturas, sons, etc.

Deixarlle tocar o material previamente á actividade.

Non utilizar material duro ou con ariscas.

Utilizar materiais máis grandes, sonoros (con cascabeis).

Utilizar compañeiro-guía unidos por unha corda para situacións de colaboración, persecución

Adaptar o material con marcas (stick, zonas, paredes, etc.).

Engadir cascabeis en situacións de precisión (canastras, porterías, dianas, conos).

Utilizar sons (golpes, palmadas, etc.) para orientarse no espazo.

Variar sistemas de puntuación (tocar o taboleiro 1 pto., tocar cascabeis rede 2 pt

Equiparar a situación de desvantaxe ao grupo clase (todos con anteface).

Sensorial auditiva:

Falar de fronte vocalizando sen berrar nin esaxerando os xestos.

Utilizar frases curtas, signos e sinais axudando a comprender a mensaxe.

Proximidade ao profesor, equipo de música, etc.

Utiliza reforzos visuais (Pano verde=saída, cambio? Pano roxo= stop, cambio parella?).

Equiparar a situación de desvantaxe ao grupo clase (todos con tapóns).

Intelectual:

Utilizar poucos obxectos á vez.

Propoñer xogos que presenten poucas decisións a tomar.

Presentar habilidades moi sinxelas nun principio e ir aumentando a súa dificultade.

Propoñer alumnos colaboradores, que cambiarán en cada sesión

Transmitir axeitadamente a información con unha linguaxe clara, sinxela e comprensible.

Utilizar sistemas de puntuación sinxelos.

Alumnos con trastornos graves de conduta:

Darlle protagonismo e responsabilidades cando consideremos oportuno (recollida de material, arbitraje, organización e dirección de xogos, etc.).

Non utilizar a actividade física como castigo.

Utilizar reforzos positivos.

DIFICULTADES ESPECÍFICAS DE APRENDIZAXE:

Formularanse actividades de reforzo e de apoio, dependendo do caso. En coordinación co P.T. segundo directrices de intervención dadas no informe de avaliación psicopedagóxica ou nos documentos de Adaptación curricular individualizada (A.C.I.).

ALTAS CAPACIDADES INTELECTUAIS:

Formularanse actividades de ampliación, dependendo do caso. Segundo directrices dadas no programa de enriquecemento deseñado para o alumno. Dende esta área será especialmente importante traballar obxectivos encamiñados ao desenvolvemento social do alumno.

INCORPORACIÓN TARDÍA AO SISTEMA EDUCATIVO ESPAÑOL:

A través da actividade física favoreceremos a inclusión destes alumnos, obtendo unha maior participación e socialización destes no grupo, independentemente do momento da súa incorporación e situación persoal. Utilizaremos actividades de presentación, xogos cooperativos, actividades de socialización, etc. Variaranse para cada tarefa as formas de agrupamento. Achega cultural ao grupo clase (xogos tradicionais, danzas, música, etc.)

CONDICIÓNS PERSOAIS OU DE HISTORIA ESCOLAR:

Con este alumnado será especialmente importante a coordinación cos servizos sociais, así como a intervención encamiñada á mellora das habilidades básicas, fomento das relacións sociais, inclusión no grupo, seguimento da asistencia e inculcar a importancia da escolaridade. En caso de existir dificultades de aprendizaxe asociadas a estas condicións persoais, seguir as directrices dadas no punto B.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - COMPRENSIÓN LECTORA	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL E TIC	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E VALORES	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - FOMENTO DA CREATIVIDADE E DO ESPÍRITU CIENTÍFICO			X			X		
ET.6 - EDUCACIÓN PARA A SAÚDE	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9
ET.1 - COMPRENSIÓN LECTORA	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X

	UD 9
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL E TIC	X
ET.4 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E VALORES	X
ET.5 - FOMENTO DA CREATIVIDADE E DO ESPÍRITU CIENTÍFICO	
ET.6 - EDUCACIÓN PARA A SAÚDE	X

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición
XOGADE	Participación no deporte escolar
XORNADAS INTERCENTROS	Xornadas deportivas con outros centros da comarca
SENDEIRISMO	Ruta sendeirismo pola comarca

Observacións:

A realización das actividades complementarias e extraescolares quedarán a expensas da evolución da situación sanitaria ao longo do curso académico.

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

Indicadores de logro	
-	As aprendizaxes conseguidas polos alumnos/as.
-	A formación adecuada de grupos e as propostas de traballo cooperativo.
-	Se o proceso de información e comunicación entre profesor e alumno facilita a aprendizaxe.
-	Constatando se a estrutura da sesión, organización do espazo, material e distribución do tempo é correcta.
-	Vendo se o número, duración e o nivel de dificultade das actividades son adecuados e resultan interesantes para o alumnos así como a súa significatividade para o proceso de ensino-aprendizaxe.
-	A atención á diversidade
-	Os instrumentos para a recollida de datos serán:

Descrición:

A avaliación debe ser un instrumento de mellora polo que os datos obtidos servirán para identificar áreas de mellora que permitan introducir cambios na programación didáctica para adaptala mellor ás necesidades dos nosos alumnos.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

A avaliación debe ser un instrumento de mellora polo que os datos obtidos servirán para identificar áreas de mellora que permitan introducir cambios na programación didáctica para adaptala mellor ás necesidades dos nosos alumnos. Por iso esta avaliación levarase a cabo en distintos momentos do curso: Ao finalizar cada unidade didáctica, para identificar lagoas, aspectos que supuxeron unha especial dificultade para os alumnos, necesidades de implementar actividades de reforzo ou de ampliación; Ao remate de cada trimestre, momento especialmente interesante para analizar os resultados dos alumnos; e ao rematar o curso, como ferramenta de mellora para o curso seguinte

9. Outros apartados