

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**

## **EDUCACIÓN FÍSICA**

**IES Coruxo**

**CURSO 2021-2022**

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN</b>	<b>4</b>
1.1.Marco Legal	4
1.2.Contextualización do centro	5
1.3.Departamento	5
1.4.Calendario de reunións	5
1.5. Introducción á materia de Educación Física na ESO	5
<b>2. CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE</b>	<b>6</b>
<b>3. OBXECTIVOS</b>	<b>10</b>
<b>4. CONTIDOS E A SÚA RELACIÓN CON COMPETENCIAS, OBXECTIVOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE</b>	<b>13</b>
<b>5. CONCRECIÓN E TEMPORALIZACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS</b>	<b>41</b>
<b>6. METODOLOXÍA</b>	<b>44</b>
<b>7. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>46</b>
7.1.Materiais didácticos	46
7.2.Organización de tempos e espazos	46
<b>8. MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE</b>	<b>48</b>
8.1    A resposta ás diferenzas individuais dos alumnos	48
8.2    Atención á diversidade na educación física	49
8.3    Atención ao alumnado con necesidades educativas especiais	50

<b>9. AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN</b> .....	51
9.1.Avaliación inicial .....	52
9.2.Criterios de avaliación .....	52
9.3.Procedementos e instrumentos de avaliación .....	57
9.4.Estándares de aprendizaxe .....	58
9.5.Criterios de cualificación e mínimos esixibles para a obtención dunha avaliación positiva .....	73
9.6. Reforzo e/ou afondamento en Educación Física .....	74
<b>10. ENSINO A DISTANCIA</b> .....	75
<b>11. RECUPERACIÓN DE AVALIACIÓNS, AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA EN BACHARELATO E TRATAMENTO DA MATERIA PENDENTE</b> .....	76
11.1 Recuperación de avaliacións .....	76
11.2 Avaliación extraordinaria en bacharelato .....	76
11.3 Tratamento da materia pendente .....	77
<b>12. ELEMENTOS TRANSVERSAIS</b> .....	77
12.1 Educación en valores .....	77
12.2 Aplicación das TIC á Educación Física. ....	78
12.3 Relacións Interdisciplinares .....	78
<b>13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES</b> .....	79
<b>14. MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EN RELACIÓN COS RESULTADOS ACADÉMICOS E PROCESOS DE MELLORA</b> .....	79

## **1. INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN**

### **1.1 Marco Legal**

A máxima referencia legal desta programación didáctica é a LOMCE (Lei Orgánica de Mellora da Calidade Educativa) e o seu desenvolvemento normativo, do cal cabe destacar especialmente:

- O Real Decreto 1105/2014, de 26 de decembro, aprobado polo Ministerio de Educación e Ciencia (MEC) e que establece os ensinos mínimos da Educación Secundaria Obrigatoria como consecuencia da implantación da LOMCE.
- O Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se aproba o currículo da Educación Secundaria Obrigatoria e do Bacharelato para a Comunidade Autónoma de Galicia, constitúe a principal referencia para o desenvolvemento desta programación.
- A Orde do 15 de xullo de 2015 establece a relación de materias de libre configuración autonómica de elección para os centros docentes nas etapas de educación secundaria obrigatoria e bacharelato, e se regula o seu currículo e a súa oferta.

### **1.2 Contextualización do centro**

Esta programación refírese ao IES Coruxo, onde se imparten ensinanzas de Educación Secundaria Obrigatoria e de Bacharelato, nas súas modalidades de Ciencias e de Humanidades e Ciencias Sociais. O centro está emprazado na parroquia de Coruxo, situada nunha zona costeira dentro do Concello de Vigo. O alumnado provén fundamentalmente dos tres colexios ubicados na zona: Carrasqueira e Tintureira (Coruxo) e Ría de Vigo (San Miguel de Ola). Ademais tamén hai alumnado que provén da parroquia de Navia e doutras zonas de Vigo. En xeral, o nivel socioeconómico das familias pódese catalogar como medio. A maior parte do alumnado fai uso do transporte escolar.

O edificio principal, de tres alturas, contén todas as aulas, ximnasio, biblioteca, dúas aulas de informática, aulas específicas, laboratorios, departamentos didácticos, sala do profesorado e os despachos do equipo directivo. Tamén conta con cafetería. O patio central do edificio é un espazo utilizado en numerosos actos ou eventos: festivais, conmemoracións, graduación.... O pavillón polideportivo atópase anexo ao edificio, ten unha porta no fondo sur pola que se accede á pista deportiva exterior e na súa parte traseira ten outra porta que dá acceso ao sendeiro do río Lagares.

### **1.3 Departamento**

O departamento de Educación Física está formado por dous profesores:

- Antonio Giráldez García, ten que impartir clase nos seguintes grupos: 2º ESO A, B, C, D, 4º ESO A,B,C e 1º bacharelato A, B. O total de horas lectivas semanais é de 18, ao que se suma a xefatura do departamento, a titoría de 1º Bacharelato A (1 hora de atención ás familias), e 4 gardas de recreo.
- Miguel Cimas Pita, ten que impartir clase de E.F. en 1º ESO A, B,C, 3º ESO A, B, C e Afondamento en E.F. en 2º ESO A, B, C. Ademais imparte 2 horas de Valores Éticos (1º ESO C e 3º ESO C) e a titoría de 3º ESO C. O total de horas lectivas semanais é de 18, ao que suma 6 gardas de recreo, 1 hora de garda e 1 hora de atención ás familias.

### **1.4 Calendario de reunión**

Unha vez establecidos os horarios, ao non coincidir en ningún oco libre, vémonos na obriga de realizar a reunión do departamento na primeira garda de recreo dos xoves, de 10:10 a 10:30.

### **1.5 Introducción á materia de Educación Física na ESO.**

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

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

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

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

## **2. CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE.**

A materia de Educación Física contribúe de xeito directo e claro á consecución de tres competencias básicas: a competencia no *coñecemento e a interacción co mundo físico*, a competencia *social e cidadá* e a competencia *cultural e artística*. De forma xenérica, contribúe a outras tres: competencia en *comunicación lingüística*, competencia para *aprender a aprender e autonomía e iniciativa persoal*. Ao resto das competencias contribúe de forma menor.

Forman parte da *competencia no coñecemento e a interacción co mundo físico* o conxunto de aspectos que interveñen nas interaccións motoras que se realizan en diferentes contornos e que xeran a capacidade de afrontar e superar múltiples retos motores, tanto na aula como na vida cotiá. O noso corpo é o vínculo de relación co contorno e coas persoas que nos rodean. A saúde como referencia fundamental maniféstase a través de respostas motoras variables que se corresponden coa existencia de continuos axustes corporais adaptados ás condicións do contorno.

Por outra banda, a educación física ten que adaptarse ao medio onde se desenvolven programas e contidos. É necesario axustar as propostas de actividades ao que o contorno social e cultural demanda. O ensino está inserido nunha comunidade determinada, con certas particularidades socioculturais ou xeográficas, que deben ser un punto de partida para a construción dunha adecuada competencia motora e dunha educación física consecuente.

A educación física suscita tamén, en canto a esta competencia, a realización de actividades físico-deportivas no medio natural, así como o coñecemento de materiais, técnicas e criterios específicos previos a calquera tipo de actuación fóra do espazo-aula, de forma que se garanta a seguridade e unha secuencia axeitada das capacidades que se deben desenvolver nos diferentes contornos. A todo iso engádese a promoción dunha utilización responsable do medio natural, sexa en espazos abertos ou urbanos.

Desde o punto de vista da educación física a *competencia social e cidadá* incorpora a capacidade de establecer dinámicas persoais e grupais a través do propio corpo, en situacións de cooperación e de oposición, preservando e fomentando os valores deportivos máis esenciais, que comportan a posta en práctica dun proxecto en común e a aceptación de regras e normas establecidas polo grupo na práctica de xogos ou deportes, así como o respecto aos materiais, ao contorno e ás persoas participantes. As habilidades asociadas á interacción con outras compañeiras e compañeiros implican, xa que logo, a integración de diferentes saberes (sociais e deportivos) que permiten establecer relacións construtivas e facilitan a integración do alumnado na sociedade e/ou no grupo.

Esta competencia tamén relaciona o dereito que toda a cidadanía ten á saúde coa promoción da actividade física no período escolar. A inactividade física é un problema importante de saúde pública. A visión dunha mocidade sedentaria, observadora deportiva e afastada da práctica motora, con índices crecentes de obesidade e problemas de saúde realmente alarmantes establece como prioridade social a educación para a prevención de comportamentos de risco e a promoción da actividade física como base de cultivo de hábitos saudables.

A educación física promove de forma singular a consecución da autonomía e iniciativa persoal das alumnas e dos alumnos. As bases da identidade persoal edifícanse a partir de dous dos aspectos reguladores do ser humano, o corpo e o movemento. A forma de interaccionar con outras persoas e co medio realízase a partir da diferenciada motricidade de cada quen. E é aí, na disposición persoal para a acción, onde se afirma a súa base identitaria.

O ensino das diferentes propostas motoras, dos xogos e deportes, das actividades no medio natural ou do desenvolvemento da condición física e a expresión corporal oriéntanse cara á formación dun ser autónomo capaz de anticipar, percibir, decidir, relacionar, executar e reflexionar sobre as súas actuacións e de transferir o traballo na aula a outros espazos persoais de recreación e tempo libre.

Estas propostas, que fomentan a autonomía e a iniciativa persoal, oriéntanse en educación física, basicamente, desde tres campos: desde a forma de producirse a interacción entre o profesorado e o alumnado, desde a metodoloxía de traballo na aula e desde as esixencias e os retos da propia actividade.

A interacción na aula fai referencia ao clima existente, á cooperación e participación das alumnas e dos alumnos nas propostas que se desenvolven na aula e fóra dela. Neste contexto inclúense formulacións de autoxestión das propias sesións de educación física ou da organización de propostas complementarias como xornadas deportivas, eventos singulares ou programacións específicas.

As metodoloxías seleccionadas condicionan o nivel de autonomía do alumnado. A metodoloxía debe ser utilizada en función da actividade e das características das persoas destinatarias. Con todo as propostas máis creativas, máis autónomas, máis individualizadas, máis exploratorias, promoven unha formación máis individualizada e desenvolven unha maior capacidade de iniciativa persoal.

Doutra banda, as esixencias e os retos das tarefas con certa dificultade técnica ou enfrontarse á mellora do propio nivel de condición física, implican situacións en que o alumnado debe manifestar autosuperación, perseveranza e actitude positiva; responsabilidade e honestidade na aplicación das regras e capacidade de aceptación dos diferentes niveis de condición física e de execución motriz dentro do grupo.

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

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

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

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

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

Esta competencia está vinculada directamente co desenvolvemento da autonomía e da iniciativa persoal na aula. A forma en que se realiza a interacción nela e as metodoloxías de traballo empregadas no desenvolvemento das sesións van condicionar o desenvolvemento desta competencia. A educación física axuda á consecución da competencia para aprender a aprender ao ofrecer recursos para a planificación de determinadas actividades físicas a partir dun proceso de experimentación. Unha educación física e deportiva sobre a base de situacións-problema, discusións polémicas, obradoiros, debates... pode contribuír a que o alumnado sexa capaz de regular a súa propia aprendizaxe da actividade física e á vez estruturar e organizar a práctica no seu tempo libre. Para iso deberán realizarse actividades que, polo seu contido, propicien a resolución de problemas, organizar situacións en que se revelen contradicións, buscar solucións posibles ante as actividades cooperativas ou de competición, individuais ou grupais presentados, e xulgar o proceso e o seu resultado final.

A educación física é unha encrucillada de diversas linguaxes. Algunhas sonlle propias e outras son compartidos. A adquisición da competencia en comunicación lingüística prodúcese en educación física de dúas formas diferentes. A primeira, do mesmo xeito que no resto das materias, ofrecendo unha variedade de intercambios comunicativos e enriquecendo a capacidade comunicativa a través das expresións e o vocabulario específico que achega.

Ademais a comunicación, como factor básico da linguaxe, está unida á área de educación física polo uso do corpo como medio para expresar todo tipo de accións ou sensacións. Co corpo transmítense ademáns, afectos, estados de ánimos, posturas, sinais... que configuran as bases da linguaxe corporal. escoitar, expoñer e dialogar estarían moi empobrecidos sen a significatividade que o corpo lles dá a estes conceptos. A comunicación xestual, a utilización de ritmos e danzas, a respiración e, en xeral, as técnicas de dominio corporal, inicialmente traballadas en primaria, e que convén continuar.

A contribución da educación física á adquisición da competencia matemática é de carácter secundario e prodúcese a través do desenvolvemento de diversos contidos específicos da educación física e a partir doutros de carácter transversal. O cuantitativo no espacial, no temporal, nas distancias e traxectorias, está reflectido en moi diversos momentos e actos. O control do tempo, a toma de pulsacións, o ritmo en función da distancia, a regulación de esforzos, a ocupación espacial, son formas que se manexan habitualmente en educación física, ben polo coñecemento regulamentario, ben polas exixencias da propia práctica.

**Durante o curso actual, todo o anteriormente exposto queda supeditado ás limitacións derivadas do protocolo de adaptación ao contexto da Covid 19 para o curso 2021-2022 nos centros de ensino non universitario de Galicia, que recolle o seguinte:**

**No caso da clase de educación física o uso da máscara será obrigatorio agás que se realicen no exterior, de maneira individual, a máis de 2 metros. Cando se compartan materiais procurarase a súa limpeza e desinfección despois do seu uso ou a realización de hixiene de mans. Coidarase especialmente do uso da máscara nos ximnasiaos ou polideportivos pechados con ventilación reducida.**

### **3. OBXECTIVOS**

Segundo a normativa LOMCE, o referente son os obxectivos xerais da etapa:

- Na ESO:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- No Bacharelato:

a) Exercer a cidadanía democrática, desde unha perspectiva global, e adquirir unha conciencia cívica responsable, inspirada polos valores da Constitución española e do Estatuto de autonomía de Galicia, así como polos dereitos humanos, que fomente a corresponsabilidade na construción dunha sociedade xusta e equitativa e favoreza a sustentabilidade.

b) Consolidar unha madurez persoal e social que lle permita actuar de forma responsable e autónoma e desenvolver o seu espírito crítico. Ser quen de prever e resolver pacificamente os conflitos persoais, familiares e sociais.

c) Fomentar a igualdade efectiva de dereitos e oportunidades entre homes e mulleres, analizar e valorar criticamente as desigualdades e discriminacións existentes e, en particular, a violencia contra a muller, e impulsar a igualdade real e a non discriminación das persoas por calquera condición ou circunstancia persoal ou social, con atención especial ás persoas con discapacidade.

- d) Afianzar os hábitos de lectura, estudo e disciplina, como condicións necesarias para o eficaz aproveitamento da aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.
- e) Dominar, tanto na súa expresión oral como na escrita, a lingua galega e a lingua castelá.
- f) Expresarse con fluidez e corrección nunha ou máis linguas estranxeiras.
- g) Utilizar con solvencia e responsabilidade as tecnoloxías da información e da comunicación.
- h) Coñecer e valorar criticamente as realidades do mundo contemporáneo, os seus antecedentes históricos e os principais factores da súa evolución. Participar de xeito solidario no desenvolvemento e na mellora do seu contorno social.
- i) Acceder aos coñecementos científicos e tecnolóxicos fundamentais, e dominar as habilidades básicas propias da modalidade elixida.

#### 4. CONTIDOS E A SÚA RELACIÓN CON COMPETENCIAS, OBXECTIVOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

##### 1º ESO

Educación Física. 1º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ m</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física.</li> <li>▪ B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión.</li> <li>▪ B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de aseo persoal necesarias para esta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CMCCT</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CAA</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ n</li> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ l</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.</li> <li>▪ B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.</li> <li>▪ B1.6. Aceptación do propio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>

Educación Física. 1º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
	nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ a</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ g</li> <li>▪ l</li> <li>▪ ñ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.7. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.</li> <li>▪ B1.8. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</li> <li>▪ B1.9. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</li> <li>▪ B1.10. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.2. Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ n</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas</li> <li>▪ B1.12. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</li> <li>▪ B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ h</li> <li>▪ i</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.14. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar e seleccionar información relacionada coa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>

Educación Física. 1º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ e</li> <li>▪ b</li> <li>▪ m</li> <li>▪ ñ</li> <li>▪ o</li> </ul>	actividade física e a saúde	seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes adecuados á súa idade.	<p>resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.5.2. Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>
<b>Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ n</li> <li>▪ m</li> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> <li>▪ l</li> <li>▪ d</li> <li>▪ ñ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas básicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>▪ B2.2. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>▪ EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo.</li> <li>▪ EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CCEC</li> <li>▪ CCEC</li> <li>▪ CCEC</li> </ul>
<b>Bloque 3. Actividade física e saúde</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ f</li> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde.</li> <li>▪ B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable.</li> <li>▪ B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.1. Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable.</li> <li>▪ EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.</li> <li>▪ EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CMCCT</li> </ul>

Educación Física. 1º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ g</li> <li>▪ f</li> <li>▪ b</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.4. Métodos básicos para o desenvolvemento das capacidades físicas desde un enfoque saudable.</li> <li>▪ B3.5. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta.</li> <li>▪ B3.6. Principios de ergonomía e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas e na vida cotiá..</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.1. Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</li> <li>▪ B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</li> <li>▪ B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.4. Execución de habilidades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.2. Resolver situacións</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>

Educación Física. 1º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ d</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<p>motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</li> </ul>	<p>motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración- oposición facilitada, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.</p>	<p>tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>

## 2º ESO

Educación Física. 2º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ m</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.1. Fases de activación e recuperación na práctica da actividade física de carácter xeral e específica, en función da actividade que se realice realizar.</li> <li>▪ B1.2. Selección e execución de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.</li> </ul>	<p>EFB1.1.1.Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CMCCT</li> </ul>
			<p>EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CAA</li> </ul>
			<p>EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>

Educación Física. 2º de ESO

Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
			docente.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ n</li> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ l</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.</li> <li>▪ B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.</li> <li>▪ B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando elas e aceptando as súas achegas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.1. Amona tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</li> <li>▪ 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.</li> <li>▪ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ a</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ g</li> <li>▪ l</li> <li>▪ ñ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.</li> <li>▪ B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</li> <li>▪ B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</li> <li>▪ B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.</li> <li>▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ n</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CSC</li> </ul>

Educación Física. 2º de ESO

Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
g	<p>expresivas, baseada na análise previa das características destas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</li> <li>B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</li> </ul>	<p>físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</p>	<p>para si mesmo/a ou para as demais persoas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSIEE</li> <li>CSIEE</li> </ul>
h i g e b m ñ o	<ul style="list-style-type: none"> <li>B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde.</li> <li>B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CD</li> <li>CCL</li> <li>CAA</li> <li>CCL</li> </ul>
<b>Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas</b>				
n m b g l d ñ	<ul style="list-style-type: none"> <li>B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.</li> <li>EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CCEC</li> <li>CCEC</li> <li>CCEC</li> </ul>

Educación Física. 2º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
	<ul style="list-style-type: none"> <li>B2.3. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>compañeiras.</li> <li>EFB2.1.4. Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CCEC</li> </ul>
Bloque 3. Actividade física e saúde				
<ul style="list-style-type: none"> <li>m</li> <li>f</li> <li>b</li> <li>g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo.</li> <li>B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación.</li> <li>B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</li> <li>B3.4. Control da intensidade do esforzo a través da frecuencia cardíaca.</li> <li>B3.5. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde.</li> <li>B3.6. A actividade física e o seu efecto sobre a saúde. Criterios de selección de actividades para a realización dun plan de mellora da saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, e aplicarlos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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.</li> <li>EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.</li> <li>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.</li> <li>EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.</li> <li>EFB3.1.5. Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.</li> <li>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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCCT</li> <li>CMCCT</li> <li>CMCCT</li> <li>CMCCT</li> <li>CMCCT</li> <li>CMCCT</li> <li>CMCCT</li> <li>CSC</li> </ul>

Educación Física. 2º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ g</li> <li>▪ f</li> <li>▪ b</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.7. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</li> <li>▪ B3.8. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</li> <li>▪ B3.9. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas.</li> <li>▪ B3.10. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</li> <li>▪ B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</li> <li>▪ B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes contornos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>

Educación Física. 2º de ESO				
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
			superación.	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>a</li> <li>b</li> <li>d</li> <li>g</li> <li>m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas facilitadas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.</li> <li>B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis relevantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</li> <li>EFB4.2.2. Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</li> <li>EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</li> <li>EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIE</li> </ul>

### 3º ESO

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

Educación Física. 3º de ESO

	Educación Física. 3º de ESO			
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ g</li> <li>▪ l</li> <li>▪ ñ</li> </ul>	<p>próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</li> <li>▪ B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</li> <li>▪ B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</li> </ul>	<p>posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.</p>	<p>seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ n</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas.</li> <li>▪ B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</li> <li>▪ B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</li> <li>▪ EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ h</li> <li>▪ i</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ e</li> <li>▪ b</li> <li>▪ m</li> <li>▪ ñ</li> <li>▪ o</li> </ul>	<p>física e a saúde.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.</li> </ul>	<p>salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ n</li> <li>▪ m</li> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> <li>▪ l</li> <li>▪ d</li> <li>▪ ñ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>▪ B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual e colectivo.</li> <li>▪ B2.3. Realización de bailes e danzas de carácter recreativo e popular.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>▪ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.</li> <li>▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.</li> <li>▪ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CCEC</li> <li>▪ CCEC</li> <li>▪ CCEC</li> <li>▪ CCEC</li> </ul>
Bloque 3. Actividade física e saúde				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ f</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CMCCT</li> </ul>

Educación Física. 3º de ESO

Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> </ul>	<p>expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación.</li> <li>▪ B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</li> <li>▪ B3.4. Adestramento: intensidade, volume e densidade do esforzo, e a súa relación cos sistemas metabólicos de obtención de enerxía.</li> <li>▪ B3.5. Control da frecuencia cardíaca cara á mellora dos factores da condición física.</li> <li>▪ B3.6. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde.</li> <li>▪ B3.7. Elaboración e posta en práctica dun programa básico para a mellora da condición física saudable.</li> </ul>	<p>actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.</li> <li>▪ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.</li> <li>▪ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.</li> <li>▪ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.</li> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> <li>▪ g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.8. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> </ul>

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

Educación Física. 3º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
			<p>aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>a</li> <li>b</li> <li>d</li> <li>g</li> <li>m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.</li> <li>B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> </ul>

## 4º ESO

Educación Física. 4º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.1. Diseña e realiza as fases de activación e recuperación, logo da análise da actividade física que se vaia realizar.</li> <li>▪ B1.2. Fases de activación e recuperación como medio de prevención de lesións.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.1. Diseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.3. Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.2. Colaborar na planificación e na organización de eventos, campionatos ou torneos deportivos, prevendo os medios e as actuacións necesarias para a súa celebración e relacionando as súas funcións coas do resto de implicados/as.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.4. Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> </ul>

Educación Física. 4º de ESO

Obxectivos	Contidos	Crterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> <li>▪ e</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> <li>▪ ñ</li> </ul>	<p>actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</p>	<p>culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.</p>	<p>de competencia motriz, e outras diferenzas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 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.</li> <li>▪ EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CCEC</li> <li>▪ CSC</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.5. Primeiras actuacións ante as lesións máis comúns que poden manifestarse na práctica deportiva.</li> <li>▪ B1.6. Protocolos básicos de primeiros auxilios.</li> <li>▪ B1.7. Medidas preventivas sobre os riscos ou as lesións na realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>▪ B1.8. Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de actividade física, tendo en conta os factores inherentes á actividade e prevendo as consecuencias que poidan ter as actuacións pouco coidadosas sobre a seguridade das persoas participantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.</li> <li>▪ EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.</li> <li>▪ EFB1.4.3. 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a</li> <li>▪ b</li> <li>▪ c</li> <li>▪ d</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.9. Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo.</li> <li>▪ B1.10. Técnicas de traballo en equipo.</li> <li>▪ B1.11. Técnicas de traballo colaborativo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.5. Demostrar actitudes persoais inherentes ao traballo en equipo, superando as inseguridades e apoiando as demais persoas ante a resolución de situacións descoñecidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.5.1. 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.</li> <li>▪ EFB1.5.2. Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CSC</li> </ul>

Educación Física. 4º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.12. Xogo limpo como actitude social responsable.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ compañeiras nos traballos en grupo.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ e</li> <li>▪ g</li> <li>▪ h</li> <li>▪ i</li> <li>▪ m</li> <li>▪ ñ</li> <li>▪ o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas actividades físico-deportivas e as relacionas coa saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.6.3. Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CD</li> <li>▪ CCL</li> </ul>
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas				
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ b</li> <li>▪ d</li> <li>▪ g</li> <li>▪ l</li> <li>▪ m</li> <li>▪ n</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B2.1. Creación de composicións artístico-expresivas individuais ou colectivas, con ou sen apoio dunha estrutura musical, incluíndo os elementos para a súa sistematización: espazo, tempo e intensidade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B2.1. Compor e presentar montaxes individuais ou colectivas, seleccionando e axustando os elementos da motricidade expresiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.1. 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 desinhibición.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CCEC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.2. 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CCEC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CCEC</li> </ul>

Educación Física. 4º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
▪ ñ			das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.	
Bloque 3. Actividade física e saúde				
▪ b ▪ f ▪ g ▪ h ▪ m	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.1. Efectos negativos que determinados hábitos de vida e consumo teñen sobre a condición física e a saúde.</li> <li>▪ B3.2. Actividade física e saúde.</li> <li>▪ B3.3. Realización de exercicios para a consecución dunha óptima hixiene postural.</li> <li>▪ B3.4. Alimentación: repercusión na saúde e na actividade física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os coñecementos sobre actividade física e saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</li> </ul>	▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.</li> </ul>	▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</li> </ul>	▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.</li> </ul>	▪ CMCCT
▪ b ▪ g ▪ m	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.5. Valoración e toma de conciencia da propia condición física e da predisposición a mellorala.</li> <li>▪ B3.6. Elaboración e posta en práctica dun plano de traballo que integre as capacidades físicas relacionadas coa saúde.</li> <li>▪ B3.7. Valoración e aplicación de técnicas e métodos de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.</li> </ul>	▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.</li> </ul>	▪ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB3.2.3. 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</li> </ul>	▪ CMCCT

Educación Física. 4º de ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
	<p>relaxación e respiración de xeito autónomo, co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>B3.8. Métodos de avaliación da condición física en relación coa saúde.</li> </ul>		<p>posibilidades.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CMCCT</li> </ul>
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				
<ul style="list-style-type: none"> <li>a</li> <li>b</li> <li>g</li> <li>m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.1. Traballo dos fundamentos técnicos das actividades físico-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.1. Resolver situacións motrices aplicando fundamentos técnicos nas actividades físico-deportivas propostas, con eficacia e precisión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>EFB4.1.1. 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.</li> <li>EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.</li> <li>EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>a</li> <li>b</li> <li>c</li> <li>d</li> <li>g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.2. Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición nas actividades físico deportivas propostas, tomando a decisión máis eficaz en función dos obxectivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.</li> <li>EFB4.2.2. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> <li>CAA</li> <li>CSIEE</li> </ul>

Educación Física. 4º de ESO

Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Compet. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ m</li> </ul>	<p>adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.3. Coñecemento e práctica de xogos e de deportes tradicionais de Galicia e da propia zona, así como do seu regulamento. Procura de información sobre variacións locais.</li> </ul>		<p>participantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.</li> <li>▪ EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</li> <li>▪ EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.</li> <li>▪ EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> <li>▪ CAA</li> <li>▪ CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ f</li> <li>▪ g</li> <li>▪ m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.4. Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural.</li> <li>▪ B4.5. Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas actividades físico-deportivas no medio natural.</li> <li>▪ B4.6. Realización de actividades deportivas e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ B4.3. Recoñecer o impacto ambiental, económico e social das actividades físicas e deportivas, reflexionando sobre a súa repercusión na forma de vida no contorno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB4.3.1. Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.</li> <li>▪ EFB4.3.2. Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.</li> <li>▪ EFB4.3.3. Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CMCCT</li> <li>▪ CSC</li> <li>▪ CMCCT</li> </ul>

## 1º BACHARELATO

Educación Física. 1º de bacharelato				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ b</li> <li>■ c</li> <li>■ i</li> <li>■ m</li> <li>■ ñ</li> <li>■ p</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.1. Actividade física como recurso de lecer activo: efectos sobre a saúde e como fenómeno sociocultural.</li> <li>■ B1.2. Saídas profesionais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.1. Valorar a actividade física desde a perspectiva da saúde, a satisfacción, a autosuperación e as posibilidades de interacción social e de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interese, respecto, esforzo e cooperación na práctica da actividade física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.1.1. Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios.</li> </ul>	■ CSC
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.1.2. Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas.</li> </ul>	■ CSC
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ a</li> <li>■ b</li> <li>■ c</li> <li>■ h</li> <li>■ m</li> <li>■ n</li> <li>■ ñ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.3. Prevención dos elementos de risco asociados ás actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, ao contorno, á fatiga e aos materiais e os equipamentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.2. Controlar os riscos que pode xerar a utilización dos equipamentos, o contorno e as propias actuacións na realización das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, actuando de forma responsable no seu desenvolvemento, tanto individualmente como en grupo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.2.1. Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</li> </ul>	■ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.2.2. Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas.</li> </ul>	■ CSIEE
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.2.3. Ten en conta o nivel de</li> </ul>	■ CSIEE

Educación Física. 1º de bacharelato				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
■ o			cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo.	
■ a ■ b ■ c ■ h ■ m ■ ñ ■ o	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.4. Actividades físico-deportivas: regras sociais e contorno.</li> <li>■ B1.5. Integración social nas actividades físico-deportivas.</li> <li>■ B1.6. Desenvolvemento da capacidade de traballo en equipo e de cooperación.</li> <li>■ B1.7. Xogo limpo como actitude social responsable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.3. Aposar un comportamento persoal e social responsable respectándose a si mesmo/a, ás outras persoas e o contorno, no marco da actividade física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.3.1. Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas.</li> <li>■ EFB1.3.2. Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CSC</li> <li>■ CSC</li> </ul>
■ b ■ d ■ e ■ f ■ g ■ l ■ m ■ ñ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.8. Emprego das tecnoloxías axeitadas para a obtención e o tratamento de datos, para a procura, a selección e a crítica de información sobre a materia, e para a comunicación de proxectos, resultados e conclusións de traballos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B1.4. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación para mellorar o seu proceso de aprendizaxe, aplicando criterios de fiabilidade e eficacia na utilización de fontes de información e participando en ámbitos colaborativos con intereses comúns.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB1.4.1. Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia.</li> <li>■ EFB1.4.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CD</li> <li>■ CCL</li> <li>■ CD</li> <li>■ CCL</li> </ul>
<b>Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas</b>				
■ b ■ d ■ m	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B2.1. Composicións individuais e colectivas nas actividades físicas artístico-expresivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B2.1. Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas con orixinalidade e expresividade, aplicando as técnicas máis apropiadas á</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB2.1.1. Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CCEC</li> </ul>

Educación Física. 1º de bacharelato				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ n</li> <li>■ ñ</li> <li>■ p</li> </ul>		intencionalidade da composición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB2.1.2. Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva.</li> </ul>	■ CCEC
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB2.1.3. Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo.</li> </ul>	■ CCEC
<b>Bloque 3. Actividade física e saúde</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ b</li> <li>■ d</li> <li>■ l</li> <li>■ m</li> <li>■ ñ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B3.1. Beneficios da práctica regular de actividade física e valoración da súa incidencia sobre a saúde.</li> <li>■ B3.2. Hixiene postural na actividade física e en distintos campos profesionais.</li> <li>■ B3.3. Alimentación e actividade física.</li> <li>■ B3.4. Metodoloxías específicas de recuperación tras o exercicio físico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B3.1. Mellorar ou manter os factores da condición física e as habilidades motoras cun enfoque cara á saúde, considerando o propio nivel e orientándoos cara ás súas motivacións e cara a posteriores estudos ou ocupacións.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.1.1. Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde.</li> </ul>	■ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.1.2. Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde.</li> </ul>	■ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.1.3. Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física.</li> </ul>	■ CMCCT
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.1.4. Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades.</li> </ul>	■ CMCCT
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ b</li> <li>■ d</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B3.5. Aceptación da responsabilidade no mantemento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B3.2. Planificar, elaborar e pór en práctica un programa persoal de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.2.1. Aplica os conceptos aprendidos sobre as características</li> </ul>	■ CMCCT

Educación Física. 1º de bacharelato				
Obxectivos	Contidos	Crterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ i</li> <li>■ l</li> <li>■ m</li> <li>■ ñ</li> </ul>	<p>e na mellora da condición física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ B3.6. Criterios fundamentais e métodos básicos para a planificación e o desenvolvemento da actividade física para a saúde.</li> <li>■ B3.7. Manexo e control dos compoñentes fundamentais da carga na práctica da actividade física: o volume, a intensidade e a densidade do esforzo.</li> <li>■ B3.8. Probas de avaliación das capacidades físicas e coordinativas orientadas á saúde.</li> <li>■ B3.9. Plan persoal de acondicionamento físico orientado á saúde.</li> <li>■ B3.10. Análise da influencia dos hábitos sociais cara a un estilo de vida activo.</li> </ul>	<p>actividade física que incida na mellora e no mantemento da saúde, aplicando os sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, tendo en conta as súas características e nivel inicial, e avaliando as melloras obtidas.</p>	<p>que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características e dos seus intereses persoais.</p>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.2.2. Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CMCCT</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.2.3. Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CMCCT</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.2.4. Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física, conxugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CMCCT</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.2.5. Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CMCCT</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB3.2.6. Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CMCCT</li> </ul>
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				

Educación Física. 1º de bacharelato				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ b</li> <li>■ d</li> <li>■ m</li> <li>■ ñ</li> <li>■ p</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B4.1. Xogo, actividades deportivas individuais e de adversario, e actividades físicas no medio natural.</li> <li>■ B4.2. Perfeccionamento técnico e aplicación de normas tácticas fundamentais para a realización de xogos, actividades deportivas individuais e de adversario/a, e deporte alternativo practicadas nas etapas anteriores.</li> <li>■ B4.3. Planificación e realización de actividades físicas en contornos non estables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B4.1. Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específicas individuais ou de adversario/a con fluidez, precisión e control, perfeccionando a adaptación e a execución dos elementos técnicos desenvolvidos no curso anterior.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> <li>■ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.1.4. Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ a</li> <li>■ b</li> <li>■ c</li> <li>■ m</li> <li>■ p</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B4.4. Aplicación do coñecemento dos fundamentos básicos técnicos, tácticos e regulamentarios dos xogos, das actividades deportivas e do deporte alternativo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ B4.2. Solucionar de xeito creativo situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.2.2. Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> <li>■ CSC</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.2.3. Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> <li>■ CSC</li> </ul>

Educación Física. 1º de bacharelato				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Comp. clave
			postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.2.4. Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSIEE</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>■ EFB4.2.5. Formula estratexias ante as situacións de oposición ou de colaboración-oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ CAA</li> <li>■ CSI</li> </ul>

## 5. CONCRECIÓN E TEMPORALIZACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS

1º ESO	
UNIDADE DIDÁCTICA	TEMPORALIZACIÓN
Condición física	12 sesións (1ª avaliación)
Iniciación aos deportes colectivos	12 sesións (1ª avaliación)
Xogos tradicionais/alternativos I	10 sesións (2ª avaliación)
Iniciación ao bádminon	10 sesións (2ª avaliación)
Introdución aos primeiros auxilios I	8 sesións (3ª avaliación)
Expresión corporal	8 sesións (3ª avaliación)
Sendeirismo	4 sesións (3ª avaliación)
<b>64 SESIÓN</b>	

2º ESO	
UNIDADE DIDÁCTICA	TEMPORALIZACIÓN
Empezamos	4 sesións (1ª avaliación)
Xogos tradicionais/alternativos II	10 sesións (1ª avaliación)
Baloncesto I	10 sesións (1ª avaliación)
Introdución aos primeiros auxilios II	2 sesións (2ª avaliación)
Balonmán I	10 sesións (2ª avaliación)
Floorball	8 sesións (2ª avaliación)
Ritmo II	8 sesións (3ª avaliación)
Raquetas (bádminon/palas)	12 sesións (3ª avaliación)

**64 SESIÓNS**

<b>3º ESO</b>	
<b>UNIDADE DIDÁCTICA</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
Condición física	12 sesións (1ª avaliación)
Fútbol	8 sesións (1ª avaliación)
Bádminton II	10 sesións (2ª avaliación)
Baloncesto I	8 sesións (2ª avaliación)
Primeiros auxilios I	6 sesións (3ª avaliación)
Xogos tradicionais III	10 sesións (3ª avaliación)
Coreografías	8 sesións (3ª avaliación)
Orientación	4 sesións (3ª avaliación)
<b>64 SESIÓNS</b>	

<b>4º ESO</b>	
<b>UNIDADE DIDÁCTICA</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
Empezamos	2 sesións (1ª avaliación)
Balonmán II	10 sesións (1ª avaliación)
Ritmo IV	10 sesións (1ª avaliación)
Bádminton III	10 sesións (2ª avaliación)
Xogos tradicionais/alternativos IV	10 sesións (2ª avaliación)
Primeiros auxilios II	4 sesións (2ª avaliación)
Condición Física	8 sesións (3ª avaliación)
Voleibol II	10 sesións (3ª avaliación)

**64 SESIONES**

<b>1º BACHARELATO</b>	
<b>UNIDADE DIDÁCTICA</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
Empezamos	2 sesiones (1ª evaluación)
Condición física	10 sesiones (1ª evaluación)
Raquetas: bádminton, palas, tenis	12 sesiones (1ª evaluación)
Baloncesto	10 sesiones (2ª evaluación)
Ritmo	10 sesiones (2ª evaluación)
Primeiros auxilios	4 sesiones (2ª evaluación)
Deportes de stick	8 sesiones (3ª evaluación)
Fútbol sala/Voleibol	8 sesiones (3ª evaluación)
<b>64 SESIONES</b>	

## 6. METODOLOXÍA

Os fundamentos didácticos desta programación enténdense dende os principios básicos dunha concepción construtivista, que recolle gran parte das aportacións actuais no campo da psicoloxía e da pedagogía educativa. Contarase en todo momento cun certo nivel de flexibilidade vendo a programación como instrumento de comunicación e reflexión continua, debendo ser reavaliada e reestruturada continuamente segundo as incidencias acaecidas ao longo do curso. Este proceso é o que permite que a programación sexa flexible e adaptable, de forma xeral, a realidade do centro e de forma particular á casuística de cada aula ou grupo de alumnos”.

A educación é un proceso construtivo no que a actitude que manteñen profesor e alumno permite a aprendizaxe significativa. O alumno convértese en motor do seu proceso de aprendizaxe ao modificar el mesmo os seus esquemas de coñecemento. O profesor exerce o papel de guía ao poñer en contacto os coñecementos e as experiencias previas do alumno cos novos coñecementos. O profesor axusta a axuda pedagóxica ás diferentes necesidades do alumnado e facilita recursos e estratexias variadas que permitan darlles resposta ás diversas motivacións, intereses e capacidades dos alumnos.

Esta concepción permite, ademais, garantir a funcionalidade da aprendizaxe, é dicir, asegurar que o alumno poderá utilizar o aprendido en circunstancias reais, ben levándoo á práctica, ben utilizándoo como instrumento para lograr novas aprendizaxes. Así mesmo suscítase a interrelación entre diferentes contidos da área e entre contidos de distintas áreas e materias (interdisciplinabilidade).

### Principios metodolóxicos da materia

Como sinala o currículo oficial, a sociedade actual é consciente da necesidade de incorporar á educación coñecementos, destrezas e capacidades que, relacionados co corpo e a súa actividade motriz, contribúen ao desenvolvemento persoal e a unha mellor calidade de vida. Por este motivo, o obxectivo fundamental deste ensino é lograr que os alumnos coñezan os distintos tipos e formas de realización de actividades e exercicios físicos e os incorporen aos seus hábitos normais na súa vida adulta.

O deseño de actividades constitúe un dos factores de maior relevancia na actuación do profesorado no proceso de ensino-aprendizaxe. É necesario para facilitar o proceso deseñar actividades que poidan cumprir unha función de diagnóstico, de reforzo ou ampliación, de resumo, de avaliación e de desenvolvemento e aprendizaxe. As devanditas actividades deben cumprir os seguintes criterios básicos:

- Permitir que o alumno aprecie o seu grao inicial de competencia nos contidos de aprendizaxe.

- Facilitar a autorregulación do ritmo de execución e aprendizaxe como tratamento específico á diversidade dos alumnos.
- Presentar unha coherencia interna capaz de ser apreciada polo alumno.
- Posibilitar que o alumno poida construír novas aprendizaxes sobre a base ou superación dos seus coñecementos previos.
- Desenvolver os distintos tipos de contidos da área dun xeito interrelacionado.
- Implicar a posibilidade de gozar con aprendizaxes funcionais motivadoras para o alumnado.
- Familiarizar ao alumnado coa contorna da área, cos espazos e materiais propios das actividades físicas, e promover o seu uso adecuado.
- Durante este curso, debido á pandemia, as tarefas será sempre de carácter individual e respectando a distancia de seguridade. Só no exterior, ao aire libre, o alumnado poderá sacar a máscara se a distancia é superior a dous metros e se o uso da máscara resulta inadecuado para a realización da actividade.
- Polo tanto este curso os métodos que máis imos empregar na nosa área son os baseados na recepción, sobre todo por cuestións de tempo, de control e de eficacia:
  - Instrución directa: o profesor dirixe as accións e organiza os recursos mediante técnicas de ensinanza dirixida. Normalmente a organización realízase agrupando a toda a clase.
  - Asignación de tarefas: o alumno pode elixir entre varias opcións, a que mellor se adapte as súas posibilidades. Normalmente, a organización da clase realízase en grupos máis reducidos.

A maneira de configurar as secuencias de actividades nunha determinada unidade didáctica, é un dos trazos máis claros que definen unha proposta metodolóxica en concreto; pero ademais, a forma de agrupalas, as relacións e comunicacións que se establecen entre o profesorado e o alumnado e o alumnado entre si, as formas de agrupamento, a organización do espazo e do tempo, o xeito de organizar os contidos, o uso ou non de materiais curriculares e mesmo o procedemento avaliativo, conforman e caracterizan a metodoloxía utilizada.

O obxectivo primordial deste departamento é lograr que o alumnado descubra a importancia da Educación Física na sociedade actual, que sexan capaces de incorporar á súa vida habitual algún tipo de actividade física e comprendan que a educación a través do corpo e do movemento non pode reducirse aos aspectos perceptivos ou motores, senón que implica ademais aspectos expresivos, comunicativos, afectivos e cognitivos.

## **7. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS**

### **7.1 Materiais didácticos**

Para impartir a materia deberemos ter en conta diferentes recursos ao noso alcance:

- Materiais xerais: Apuntes e fichas aportados polo profesor, cursos na aula virtual do centro, biblioteca escolar. Non usamos libro de texto, xa que as novas tecnoloxías facilitan enormemente a elaboración por parte do profesor dos seus propios materiais, adaptados á realidade inmediata do grupo, utilizando diversas fontes informativas.
- Material deportivo: O departamento dispón de material deportivo en cantidade suficiente: balóns, raquetas, diabolos, trompos, colchonetas, redes.
- Material específico: Para a UD de primeiros auxilios, o centro dispón de 5 maniquís de reanimación, cos repostos necesarios
- Materiais dixitais: Integrados na Aula Virtual do centro e en Edixgal, diferenciados por cursos.

### **7.2 Organización de tempos e espazos**

Ao longo de todo o curso 2021-2022, agás poidamos retornar á normalidade, a organización de cada actividade estará mediatizada polas instrucións do protocolo Covid, tendo sempre moi presente que a tarefa debe ser individual e garantir a distancia de seguridade. Debido a que os grupos son moi numerosos, o desenvolvemento das sesións prácticas farase do seguinte xeito: unha primeira parte da clase que realizará todo o grupo, na pista deportiva exterior, sempre que as condicións meteorolóxicas o permitan, consistente en exercicios de carreira, desprazamento, multisaltos... Na segunda parte da clase realizarase unha actividade máis específica repartindo ao alumnado en dous grupos, de tal maneira que un grupo traballará no pavillón a unidade didáctica correspondente e o outro grupo utilizará a pista deportiva ou o ximnasio para desenvolver a outra unidade didáctica do trimestre. Na parte específica da seguinte sesión semanal, os grupos deberán rotar, cambiando de actividade. De esta maneira, podemos garantir que o alumnado poida realizar as tarefas nun espazo suficientemente grande que permita manter a distancia de seguridade.

Durante o mes de setembro elaborouse un protocolo específico de actuación para aplicar nas clases de educación física, seguindo as instrucións do protocolo de adaptación ao contexto da Covid 19 nos centros de ensino non universitario de Galicia, co obxectivo de buscar o máximo control e seguridade na entrada ao pavillón deportivo, no desenvolvemento da sesión e na saída do pavillón. Este protocolo recolle as seguintes instrucións:

- O alumnado terá que vir ao centro, os días que teña educación física, vestido con roupa deportiva, axeitada para a práctica de actividade física.

- O alumnado poderá traer unha botella de auga na súa mochila. Recoméndase traer unha camiseta de reposto e un paquete de toallitas hixiénicas (sempre para uso individual, nunca compartido) para poder realizar un aseo básico.
- Como instalación pechada utilizarase preferentemente o pavillón. Para os grupos de afondamento en 2º ESO asignaráselle o ximnasio, debido a que as horas de Educación Física superan ás horas de dispoñibilidade do pavillón (33/32). En calquera caso, se as condicións meteorolóxicas o permiten, a sesión preferentemente desenvolverase no exterior, ao aire libre.
- Está absolutamente prohibido o acceso aos vestiarios. Polo tanto, se alguén ten necesidade de ir ao servizo, deberá facelo no cambio de clase anterior ou posterior á sesión de educación física.
- Como norma xeral, non se lle permitirá ao alumnado ir ao servizo durante as clases de educación física, agás que se produza unha situación de urxencia. Neste caso, excepcionalmente o alumnado poderá utilizar o servizo do vestiario do profesorado.

### **Entrada**

- O alumnado deberá entrar ao pavillón pola porta principal. sempre con máscara e en fila de un, respectando a distancia de metro e medio (respectar a sinalización do chan). Deberán facer fila ao longo do corredor da grada e a rampa cuberta exterior. Polo tanto, a entrada será ordenada e continua, evitando a formación de aglomeracións.
- Ao final do corredor da grada, haberá dúas alfombras azuis, separadas a metro e medio, onde se procederá á limpeza do calzado. A continuación, o alumnado pasará por unha alfombra na que terá que desinfectar o seu calzado. Así mesmo haberá un dosificador de xel hidroalcohólico para que o alumnado faga unha correcta desinfección de mans. A continuación, deberá acceder ao corredor da pista deportiva próximo á grada.
- Nesta zona hai dispostas suficientes cadeiras (posto escolar), con separación de metro e medio, na que o alumnado deberá sentarse e depositar a súa mochila.

### **Desenvolvemento da sesión**

- No pavillón ou no ximnasio utilizarase sempre a máscara para o desenvolvemento das diferentes actividades, de maneira individual e sempre respectando a distancia de seguridade.

- No exterior, non se utilizará a máscara, sempre que se realice unha actividade de xeito individual e haxa unha distancia superior a dous metros.

### **Saída**

- Tras rematar a sesión, o alumnado masculino, sempre ordenadamente e respectando a distancia de seguridade, desinfectará as súas mans con xel hidroalcohólico e acudirá ao seu posto escolar. Poderá beber, asearse e cambiar a camiseta. Despois procederá a desinfectar o seu posto escolar (asento e respaldo), o profesor pulverizará a cadeira e o alumnado frotaráa cun papel desbotable. No caso de que se utilizase material do centro, procederase igualmente á desinfección do mesmo.
- A continuación, o alumnado sairá do pavillón ordenadamente, respectando sempre a distancia de seguridade, pola porta lateral (próxima aos vestiarios). Na saída haberá un dosificador de xel hidroalcohólico para que o alumnado proceda a unha axeitada desinfección de mans.
- A continuación, o alumnado feminino procederá do mesmo xeito.

## **8. MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE**

### **8.1 A resposta ás diferenzas individuais do alumnado**

A extensión da escolaridade obrigatoria e a nova estrutura da Educación Secundaria Obrigatoria intensifican a diversidade nos centros: aumentan as diferenzas na orixe e traxectoria escolar do alumnado e varían, sobre todo, as expectativas ante o sistema educativo. Por iso é fundamental unha maior atención aos diversos intereses, capacidades e motivacións.

As tres vías existentes para o tratamento da diversidade, adaptacións curriculares, espazo de opcionalidade e diversificación curricular, non deben ser consideradas en ningún caso como alternativas excluíntes, senón máis ben como camiños que se complementan e que deben ser practicados simultaneamente.

A vía máis importante de atención á diversidade, as adaptacións curriculares, responde á necesidade de adaptar a práctica educativa mediante a elaboración de proxectos curriculares e programacións que teñan en conta as características concretas dos alumnos aos que se dirixen. Estes proxectos e programacións xerais deben, á súa vez, experimentar adaptacións especificamente dirixidas a determinados grupos de alumnos e alumnas cunhas características particulares. Así, segundo as circunstancias, poderase adaptar o material didáctico, variar a metodoloxía, propoñer actividades de aprendizaxe diferenciadas, organizar grupos de traballo flexibles, acelerar ou frear o ritmo de introdución de novos contidos, organizalos e secuenciarlos

de forma distinta, ou dar prioridade a uns bloques de contido sobre outros, profundando con eles ou ampliándoos.

A atención á diversidade a través de adaptacións curriculares ha de seguir unha orde progresiva desde a menos significativa á máis significativa, a través do manexo dos seguintes elementos curriculares:

#### **1. Adaptacións na avaliación**

- Selección de criterios específicos de avaliación.
- Modificación dos instrumentos e procedementos.

#### **2. Adaptacións metodolóxicas**

- Utilización de métodos e procedementos alternativos.
- Selección de actividades alternativas.
- Selección de actividades complementarias.
- Utilización de materiais didácticos específicos.
- Modificación dos agrupamentos previstos.

#### **3. Adaptacións nos contidos**

- Priorización dos contidos.
- Introducción de contidos complementarios.
- Introducción de contidos alternativos.
- Eliminación de contidos.
- Secuencia específica de contidos.
- Organización específica de contidos.

#### **4. Adaptacións dos obxectivos**

- Priorización de obxectivos.
- Introducción de obxectivos complementarios.
- Introducción de obxectivos alternativos.
- Secuenciación específica de obxectivos.
- Eliminación de obxectivos.

#### **5. Modificación na temporalización**

- Modificación da temporalización prevista de cada Unidade Didáctica.
- Modificación da temporalización de determinados contidos ou obxectivos.

### **8.2 A atención á diversidade na educación física**

No caso da Educación Física e do departamento aténdese á diversidade do alumnado de distintas formas:

- Diversifícase a información conceptual para que cada grupo de alumnos, segundo o criterio do profesor, poida elixir os apartados máis axeitados.
- Asíumense as diferenzas no interior do grupo e propóñense exercicios de diversa dificultade de execución.
- Distínguense os exercicios que se consideran realizables pola maioría do alumnado.
- Facíltase a avaliación individualizada na que se fixan as metas que o alumno ha de alcanzar a partir de criterios derivados da súa propia situación inicial.
- Abórdanse situacións cooperativas e competitivas, individuais, en pequeno grupo, e en equipo de xeito que todo o alumnado atope situacións que lle sexan equilibradoras e favorecedoras segundo as súas características de interacción social.

### **8.3 Atención ao alumnado con necesidades específicas de apoio educativo**

Para o alumnado que requira unha atención educativa diferente á ordinaria, por presentar necesidades educativas especiais, por dificultades específicas de aprendizaxe, trastorno por déficit de atención e hiperactividade (TDAH), polas súas altas capacidades intelectuais, por se incorporar tarde ao sistema educativo ou por condicións persoais ou de historia escolar, estableceranse as medidas curriculares e organizativas necesarias co fin de que poida alcanzar o máximo desenvolvemento das súas capacidades persoais e os obxectivos e competencias establecidas en cada etapa para todo o alumnado.

Entre estas medidas estableceranse aquelas que garantan que as condicións de realización das avaliacións se adapten ás necesidades do alumnado con necesidades específicas de apoio educativo.

A escolarización do alumnado con necesidades específicas de apoio educativo rexerese polos principios de normalización e inclusión, e asegurará a súa non-discriminación e a igualdade efectiva no acceso e na permanencia no sistema educativo.

A identificación e a valoración do alumnado con necesidades específicas de apoio educativo e, de ser o caso, a intervención educativa derivada desa valoración, realizaranse do xeito máis temperá posible, nos termos que determine a Consellería con competencias en materia de educación. Os centros docentes deberán adoptar as medidas necesarias para facer realidade esa identificación, valoración e intervención.

As dúbidas sobre a interpretación da nova lei de protección de datos levan a non nomear nesta programación ao alumnado concreto que precisa de adaptacións curriculares nin a explicar a súa problemática e a resposta educativa implementada en cursos anteriores, o cal se fará na primeira reunión de departamento do presente curso.

## 9. AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN

### 9.1 Avaliación inicial.

A data prevista para a súa realización será:

- A nivel de materia: No mes de setembro, nas primeiras sesións do curso.
- A nivel de grupo: Xunta de profesores adicada á avaliación inicial, que adoita realizarse na primeira semana de outubro

Descrición do tipo de proba:

Non somos partidarios de realizar probas específicas de condición física ou de habilidades motrices xa que no ámbito motor sempre se observa unha gran diversidade entre o alumnado. Sempre se van respectar as características individuais e adquire moita máis importancia a interacción que se produce entre o alumnado na realización de actividades e xogos colectivos.

As primeiras sesións de educación física estarán enfocadas á observación de múltiples aspectos relacionados fundamentalmente coa competencia motriz e social. Realizaremos numerosas actividades onde predominen as habilidades motrices básicas como carreiras, saltos, lanzamentos, recepcións... e analizaremos aspectos actitudinais como o esforzo, interese, participación, respecto polos demais, aceptación das normas, tolerancia...

Nas primeiras sesións realizaranse actividades xenéricas de baixo impacto que permitan detectar posibles patoloxías, así coma unha autovaloración do seu grao de saúde e competencia motriz. No caso de que houberse alumnado con patoloxías que poidan limitar a práctica de actividades físicas e deportivas, solicitaríase ás familias a información oportuna sobre ditas enfermidades.

Por outra banda, cada unidade didáctica establecerá o mecanismo para a avaliación inicial da competencia do alumnado respecto aos contidos da mesma.

- Mecanismo para informar ás familias:
  - De xeito ordinario, se realizará a través do titor/a tras a informarlle na Xunta de Profesores adicada a avaliación inicial.
  - En caso de que algún alumno/a padeza algunha enfermidade ou lesión crónica especialmente relevante, o profesorado de EF. contactará directamente coa familia para ampliar información e, de ser preciso, obter as recomendacións médicas pertinentes.
- Consecuencias dos resultados da proba:
  - En función dos resultados da avaliación inicial, o profesorado adaptará o grao de profundización dos contidos tanto a nivel individual coma colectivo co fin de optimizar a aprendizaxe de todo o alumnado, partindo dos seus coñecementos e destrezas previas.

- En función do estado de saúde do alumnado, durante o primeiro trimestre (adicado á condición física saudable) poderá realizar un traballo individualizado que lle axude a recuperar/controlar a súa saúde dun xeito seguro, sempre no marco do grupo-clase.

As medidas individuais que se poden adoptar estarían relacionadas con situacións excepcionais que poden acontecer porque algún alumno/a poida presentar algún tipo de trastorno ou discapacidade motora, auditiva, visual... Podemos considerar as seguintes medidas:

- Incluír adaptacións nas actividades propostas para garantir e asegurar a participación do alumno/a
- Utilizar a algún compañeiro/a como elemento de axuda na realización da tarefa motriz
- Utilizar elementos visuais para reforzar a comprensión das actividades
- Explicación e aclaración da sesión a realizar ao alumno/a previamente á explicación colectiva

A nivel colectivo poderíamos considerar as seguintes medidas:

- Explicación da utilidade da actividade e crear expectativas
- Propor metodoloxías diversas
- Empregar materiais e recursos diversos
- Aclarar as competencias a desenvolver e a súa avaliación

## **9.2 Criterios de avaliación**

### **Primeiro curso**

- B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de aseo persoal.
- B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.
- B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.
- B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.
- B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e

facendo exposicións e argumentacións destes adecuados á súa idade.

- B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.
- B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.
- B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoesixencia no seu esforzo.
- B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.
- B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.

### **Segundo curso**

- B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.
- B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando elas e aceptando as súas achegas.
- B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.
- B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.
- B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.
- B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.
- B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de

control da intensidade da actividade física, e aplicalos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.

B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.

B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.

B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis relevantes.

### **Terceiro curso**

B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.

B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.

B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno

B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.

B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.

B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.

B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación

B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das

marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.

B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.

B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.

#### **Cuarto curso**

B1.1. Deseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.

B1.2. Colaborar na planificación e na organización de eventos, campionatos ou torneos deportivos, prevendo os medios e as actuacións necesarias para a súa celebración e relacionando as súas funcións coas do resto de implicados/as.

B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.

B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de actividade física, tendo en conta os factores inherentes á actividade e prevendo as consecuencias que poidan ter as actuacións pouco coidadosas sobre a seguridade das persoas participantes.

B1.5. Demostrar actitudes persoais inherentes ao traballo en equipo, superando as inseguridades e apoiando as demais persoas ante a resolución de situacións descoñecidas.

B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.

B2.1. Compor e presentar montaxes individuais ou colectivas, seleccionando e axustando os elementos da motricidade expresiva.

B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os coñecementos sobre actividade física e saúde.

B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.

B4.1. Resolver situacións motrices aplicando fundamentos técnicos nas actividades físico-deportivas propostas, con eficacia e precisión.

B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición nas actividades físico deportivas propostas, tomando a decisión máis eficaz en función dos

obxectivos.

B4.3. Recoñecer o impacto ambiental, económico e social das actividades físicas e deportivas, reflexionando sobre a súa repercusión na forma de vida no contorno.

### **1º Bacharelato**

B1.1. Valorar a actividade física desde a perspectiva da saúde, a satisfacción, a autosuperación e as posibilidades de interacción social e de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interese, respecto, esforzo e cooperación na práctica da actividade física

B1.2. Controlar os riscos que pode xerar a utilización dos equipamentos, o contorno e as propias actuacións na realización das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, actuando de forma responsable no seu desenvolvemento, tanto individualmente como en grupo.

B1.3. Amosar un comportamento persoal e social responsable respectándose a si mesmo/a, ás outras persoas e o contorno, no marco da actividade física.

B1.4. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación para mellorar o seu proceso de aprendizaxe, aplicando criterios de fiabilidade e eficacia na utilización de fontes de información e participando en ámbitos colaborativos con intereses comúns.

B2.1. Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas con orixinalidade e expresividade, aplicando as técnicas máis apropiadas á intencionalidade da composición.

B3.1. Mellorar ou manter os factores da condición física e as habilidades motoras cun enfoque cara á saúde, considerando o propio nivel e orientándoos cara ás súas motivacións e cara a posteriores estudos ou ocupacións.

B3.2. Planificar, elaborar e pór en práctica un programa persoal de actividade física que incida na mellora e no mantemento da saúde, aplicando os sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, tendo en conta as súas características e nivel inicial, e avaliando as melloras obtidas.

B4.1. Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específicas individuais ou de adversario/a con fluidez, precisión e control, perfeccionando a adaptación e a execución dos elementos técnicos desenvolvidos no curso anterior.

B4.2. Solucionar de xeito creativo situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.

### **9.3 Procedementos e instrumentos de avaliación**

A valoración dos criterios de avaliación realizarase aplicando distintos procedementos e instrumentos de avaliación referidos aos distintos estándares de aprendizaxe.

Os principais procedementos e instrumentos de avaliación empregados serán:

- Para os contidos procedimentais: tests estandarizados e probas de execución que soliciten do alumno o desenvolvemento práctico que reflecta a asimilación dos contidos. En certos casos e con contidos determinados, utilizaremos medios tecnolóxicos como a cámara de fotos ou de video para con posterioridade analizar o traballo desenvolvido polos alumnado.
- Para os contidos conceptuais: probas escritas e/ou prácticas ou traballos teóricos que reflectan o nivel de adquisición destes.
- Para os contidos actitudinais: planillas de observación referente ao nivel de implicación na clase, a actitude, o grao de execución de práctica, o respecto polo material, polos/as compañeiros/as, ao profesor...

## 9.4 Estándares de aprendizaxe. Temporalización, grao mínimo de consecución, procedementos e instrumentos de avaliación

Durante este curso, como todas as tarefas deben ser de carácter individual, todos os estándares relacionados con actividades colectivas e grupais non se considerarán e consecuentemente non serán obxecto de avaliación.

1º ESO			
Estándar de aprendizaxe	Grao importancia	Procedemento	Trimestre
▪ EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	Alto	Observación	1ª
▪ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.	Alto	Observación	1ª
▪ EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.	Medio	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	Alto	Observación	2º, 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.	Medio	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.	Baixo	Observación	2º, 3º
▪ EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.	Alto	Proba	3º
▪ EFB1.3.2. Respecta o seu contorno e o valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	Medio	Observación	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.	Alto	Proba	1º
▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas	Alto	Observación	1º

propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas.			
▪ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno.	Medio	Proba	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.	Alto	Tarefa	2º
▪ EFB1.5.2. Expón e defende traballos sinxelos sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	Baixo	Tarefa	2º
▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade.	Medio	Execución	3º
▪ EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo.	Medio	Execución	3º
▪ EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.	Medio	Observación	3º
▪ EFB3.1.1. Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable.	Medio	Tarefa	1º
▪ EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.	Baixo	Tarefa	1º
▪ EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	Medio	Observación	1º, 2º
▪ EFB3.2.1. Inicíase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Medio	Observación	1º
▪ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Alto	Test estandarizado	1º
▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Medio	Observación	1º
▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.	Alto	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos	Baixo	Proba	1º

adaptados máis sinxelos.			
▪ 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.	Baixo	Execución	2º, 3º
▪ EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.	Baixo	Execución	3º
▪ 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, respectando o regulamento.	-	-	-
▪ 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.	-	-	-
▪ 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.	-	-	-

2º ESO			
Estándar de aprendizaxe	Grao importancia	Procedemento	Trimestre
▪ EFB1.1.1.Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	Alto	Observación	1º
▪ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	Alto	Observación	1º
▪ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente.	Alto	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	Alto	Observación	1º, 2º, 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.			
▪ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	-	-	-
▪ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.	Baixo	Tarefa	3º
▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	Alto	Observación	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.	Baixo	Cuestionario	1º
▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	Medio	Observación	1º
▪ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	Alto	Cuestionario	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.	Medio	Observación	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.	Medio	Tarefa	1º, 2º, 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.	Medio	Tarefa	3º
▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade	Alto	Observación	3º
▪ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.	Medio	Execución	3º
▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	-	-	-

▪ EFB2.1.4. Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea.	Baixo	Observación	1º
▪ 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.	Medio	Cuestionario	1º, 2º
▪ EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	Medio	Cuestionario	1º
▪ 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.	Alto	Cuestionario	1º
▪ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	Alto	Cuestionario	1º
▪ EFB3.1.5. Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	Baixo	Tests estandarizado	1º
▪ 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.	Baixo	Cuestionario	1º
▪ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Alto	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Medio	Test estandarizado	3º
▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Medio	Observación	1º, 2º, 3º
▪ 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.	Medio	Cuestionario	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	Alto	Observación Cuestionario	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.	Baixo	Observación,	2º, 3º

		Execución	
▪ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.	Baixo	Execución	1º, 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.	Medio	Observación Execución	2º, 3º
▪ 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.	Medio	Execución	3º
▪ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	Medio	Observación	2º, 3º
▪ EFB4.2.2. Describe simplifícadamente 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.	-	-	-
▪ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	-	-	-
▪ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	-	-	-

### 3º ESO

Estándar de aprendizaxe	Grao importancia	Procedemento	Trimestre
▪ EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	Alta	Ficha, exame	1º
▪ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual.	Alta	Traballo	1º
▪ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en	Baixa	Observación	2º

función das propias dificultades.			
▪ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	Alta	Observación	2º, 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.	Media	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	Alta	Observación	2º, 3º
▪ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	Alta	Traballo	3º
▪ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	Alta	Observación	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.	Baixa	Exame ou traballo	1º
▪ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	Alta	Exame	2º
▪ EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	Alta	Exame	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.	Media	Observación	2º
▪ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	Alta	Traballo	1º, 2º
▪ EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	Baixa	Traballo	2º
▪ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Baixa	Observación, exame práctico	3º

▪ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.	Alta	Observación, exame práctico	3º
▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	Media	Observación, exame práctico	3º
▪ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.	Media	Observación	3º
▪ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	Media	Exame	2º
▪ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.	Media	Exame	1º
▪ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.	Alta	Exame	1º
▪ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	Baixa	Ficha. observación	1º
▪ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	Baixa	Ficha, observación	1º
▪ 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.	Media	Exame	1º
▪ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Alta	Observación	1º
▪ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Media	Test estandarizado	1º
▪ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Media	Observación	2º
▪ EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia	Alta	Exame	1º

condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.			
▪ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.	Alta	Exame práctico	2º
▪ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Baixa	Observación	2º
▪ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	Baixa	Ficha	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, autoexixencia e superación.	Media	Exame práctico	2º, 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.	Media	Observación	3º
▪ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.	-	-	-
▪ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.	-	-	-
▪ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	-	-	-
▪ EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	-	-	-

#### 4º ESO

Estándar de aprendizaxe	Grao importancia	Procedemento	Trimestre
▪ 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.	Alta	Cuestionario Observación	1º, 2º

▪ 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.	Alta	Cuestionario Observación	1º, 2º
▪ EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.	Media	Observación Execución	2º
▪ EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	-	-	-
▪ 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.	-	-	-
EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilízalos na súa práctica de maneira autónoma.	Media	Observación	2º, 3º
▪ 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.	Media	Observación	1º, 2º, 3º
▪ 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.	Alta	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	Alta	Observación Cuestionario	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	Alta	Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	Media	Cuestionario	3º
▪ EFB1.4.3. 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.	Alta	Observación Cuestionario	3º
▪ EFB1.5.1. 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.	-	-	-
▪ EFB1.5.2. Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.	-	-	-
▪ EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas	Media	Tarefa	1º, 2º, 3º

vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.			
▪ EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	Baixa	Tarefa	1º, 2º, 3º
▪ EFB1.6.3. Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.	Baixa	Tarefa	3º
▪ EFB2.1.1. 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 desinhibición.	Alta	Observación Execución	1º
▪ EFB2.1.2. 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.	-	-	-
▪ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.	-	-	-
▪ EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	Alta	Observación Cuestionario	2º
▪ EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	Alta	Observación Cuestionario	2º
▪ EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	Alta	Cuestionario	2º
▪ EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	Media	Cuestionario	2º
▪ EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	Alta	Observación Cuestionario	2º
▪ EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	Alta	Execución	1º, 2º, 3º
▪ EFB3.2.3. 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.	Alta	Observación Cuestionario	2º

▪ EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	Media	Observación Cuestionario	1º,2º,3º
▪ EFB4.1.1. 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.	Alta	Execución Observación	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	-	-	-
▪ EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	Baixa	Observación Execución	1º, 2º
▪ EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.	-	-	-
▪ EFB4.2.2. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.	-	-	-
▪ EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	-	-	-
▪ EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	-	-	-
▪ EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.	Baixa	Observación Execución	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno	Baixa	Observación Execución	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.3.1. Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	Media	Cuestionario	1º, 2º
▪ EFB4.3.2. Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.	Media	Cuestionario	2º
▪ EFB4.3.3. Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.	Media	Observación	3º

## 1º BACHARELATO

Estándar de aprendizaxe	Grao importancia	Procedemento	Trimestre
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.1.1. Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios.</li> </ul>	Alta	Observación Cuestionario	3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.1.2. Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas.</li> </ul>	Alta	Cuestionario	3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.1. Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</li> </ul>	Media	Observación Cuestionario	3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.2. Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas.</li> </ul>	Media	Observación Cuestionario	1º, 2º, 3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.2.3. Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo.</li> </ul>	Media	Observación Cuestionario	1º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.1. Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas.</li> </ul>	Alta	Observación Cuestionario	1º, 2º, 3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.3.2. Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> </ul>	-	-	-
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.4.1. Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia.</li> </ul>	Baixa	Cuestionario	1º, 2º, 3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB1.4.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión.</li> </ul>	Baixa	Tarefa	1º, 2º, 3º
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.1. Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas.</li> </ul>	-	-	-
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EFB2.1.2. Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva.</li> </ul>	Alta	Observación Cuestionario	2º

▪ EFB2.1.3. Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo.	Alta	Observación Execución	2º
▪ EFB3.1.1. Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde.	Media	Cuestionario	3º
▪ EFB3.1.2. Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde.	Media	Observación Cuestionario	1º, 2º, 3º
▪ EFB3.1.3. Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física.	Media	Observación Cuestionario	1º, 2º, 3º
▪ EFB3.1.4. Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades.	Alta	Tests	3º
▪ EFB3.2.1. Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características e dos seus intereses persoais.	Media	Cuestionario Tarefa	3º
▪ EFB3.2.2. Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora.	Alta	Tests	3º
▪ EFB3.2.3. Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade.	Media	Tarefa	3º
▪ EFB3.2.4. Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física, conxugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.	Media	Tarefa Observación	3º
▪ EFB3.2.5. Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado.	Baixa	Observación Tests	3º
▪ EFB3.2.6. Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas.	Baixa	Cuestionario	3º
▪ EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses.	Alta	Observación Execución	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas.	-	-	-
▪ EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo.	-	-	-

▪ EFB4.1.4. Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios.	Media	Observación Execución	2º, 3º
▪ EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición.	-	-	-
▪ EFB4.2.2. Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén.	-	-	-
▪ EFB4.2.3. Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.	-	-	-
▪ EFB4.2.4. Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas.	Alta	Observación Execución	1º, 2º, 3º
▪ EFB4.2.5. Formula estratexias ante as situacións de oposición ou de colaboración-oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes.	-	-	-

## 9.5 Criterios de cualificación e mínimos esixibles para a obtención dunha avaliación positiva

Os estándares de aprendizaxe establecidos coma prioritarios (grao de importancia alta) corresponden aos mínimos esixidos para superar a materia en función dos respectivos criterios de avaliación. En cada unidade didáctica, o profesor establecerá a ponderación de cada criterio de avaliación, o seu estándar de aprendizaxe correspondente, o instrumento de avaliación a utilizar e a súa repercusión sobre a nota da mesma. Igualmente, o profesorado ponderará a importancia de cada unidade didáctica na cualificación trimestral.

A cualificación da avaliación final será a media das cualificacións das tres avaliacións trimestrais. Ademais para determinar dita cualificación final considerarase especialmente a evolución positiva do alumnado ao longo do curso.

Tras a realización da terceira avaliación na ESO, no caso de que o alumnado non superase algunha das avaliacións, deberá realizar tarefas de reforzo que lle poidan permitir a súa recuperación.

A concreción da avaliación centrarase en tres ámbitos básicos:

**a) Actitude (30% da cualificación):** recolle aspectos como o interese, o esforzo, a participación, traer a indumentaria axeitada, a hixiene (é recomendable o aseo e o cambio da camiseta), o respecto polos compañeiros, profesor, material... Cada falta de actitude restará un punto sobre dez en cada trimestre. Cando un alumno perda os dez puntos considerarase que non está en condicións de aprobar a materia.

En caso de non traer o material apropiado (roupa e calzado) para participar nas sesións de clase aplicarase a seguinte penalización:

- As dúas primeiras veces restarán un punto cada unha.
- Da terceira a cuarta vez restarán un punto e medio cada unha.
- Da quinta a oitava vez restarán dous puntos cada unha.
- A partir da novena vez restarán dous puntos e medio cada unha.

En caso de non participar nas sesións prácticas por cuestións de saúde: molestias, lesións, dores... o alumnado terá que xustificalo no prazo máximo dunha semana. De non ser así, será considerado como falta de actitude.

O incumprimento das normas básicas da materia terá unha repercusión na cualificación trimestral:

- Puntualidade: o alumnado que se atrase na chegada ao pavillón incorrerá nunha falta de puntualidade (salvo causa xustificada).
- Material: é obrigatorio levar indumentaria axeitada para o desenvolvemento das sesións. Salvo causa xustificada suporá unha falta de material.

- Actitude: Referido ao respecto cara ao profesor, compañeiros, material, realización da sesión ou interese ante a materia. Unha actitude negativa grave ou reiterada suporá unha falta de actitude e levará asociado un parte de conduta disruptiva.
- Hixiene: Será recomendable asearse utilizando toallíñas hixiénicas e cambiar a camiseta ao remate das sesións.
- Alumnado que asiste pero non fai clase práctica por problemas de saúde ou falta de material: En caso de non facer práctica, o alumnado terá tarefa asignada durante esa hora (recoller por escrito o feito en clase, colaborar na organización das tarefas, arbitaxes, actividades de readaptación ao esforzo, ...). Se non se realiza a tarefa alternativa, suporá unha falta de actitude, ao igual que se non fai a práctica de xeito inxustifico.

**b) Aptitude motriz (50% da cualificación):** mediante a realización de probas de carácter práctico avaliaranse a adquisición das habilidades relacionadas coa unidade didáctica correspondente.

**c) Adquisición de conceptos teóricos (20% da cualificación):** este aspecto avaliarase mediante a realización dunha serie de tarefas, actividades, probas, exames... preferentemente a través das plataformas educativas: edixgal na ESO e a aula virtual en 1º bacharelato. Cabe salientar que o alumnado que non faga a actividade proposta recibirá no apartado de actitude unha penalización dun punto por cada tarefa non realizada.

Por outra banda, o alumnado que estea exento por imposibilidade física terá que presentar o respectivo certificado médico, no que se indicará se a exención será permanente ou temporal e total ou só limitada a determinados exercicios e actividades, especificando cales; en todo caso, a exención aplicarase exclusivamente ás clases prácticas.

Polo tanto, a avaliación dos exentos consistirá en:

1. Colaboración na organización e realización da sesión.
2. Realización de actividades compatibles coa súa enfermidade ou lesión: exercicios de rehabilitación e readaptación ou outro tipo de actividades ou habilidades que dito alumno poida realizar.
3. Realización das actividades de edixgal/aula virtual e a elaboración de traballos relacionados coas unidades didácticas desenvoltas ao longo do curso.

## **9.6 Reforzo e/ou afondamento en Educación Física**

En 2º ESO ofértase como materia optativa (unha hora semanal) “Reforzo e/ou afondamento en Educación Física”. Elixiron esta opción 48 dos 95 alumnos que cursan 2º ESO, polo que este alumnado poderá adicarlle unha sesión adicional a reforzar as súas aprendizaxes.

A avaliación desta materia estará integrada na área obxecto de reforzo e/ou aprofundamento, e ademais este alumnado poderá subir como máximo a súa cualificación en 0,5 puntos na materia de Educación Física, sempre en proporción á nota obtida no reforzo.

## 10. ENSINO A DISTANCIA

No caso dun confinamento ou dun período de corentena e tendo sempre moi presente ao alumnado con necesidades educativas específicas, propoñemos actividades baseadas nun modelo de asignación de tarefas, onde se lle transmitirá ao alumnado instrucións sinxelas e claras sobre a realización de tarefas prácticas (motrices) e teóricas. Todo este traballo realizarase nas plataformas corporativas deseñadas para tal fin (edixgal na ESO, aula virtual en 1º Bacharelato).

As tarefas prácticas consistirán en execucións sinxelas, sempre acompañadas na súa descrición de imaxes e vídeos que facilitan a súa comprensión e realización. Estas tarefas irán preferentemente acompañadas de rúbricas que facilitarán ao alumnado a comprensión dos aspectos fundamentais do exercicio e a súa avaliación. Neste contexto, cobra moita importancia a retroalimentación, a análise e valoración desa execución, da cal o alumnado terá coñecemento e deberá asumir e interiorizar.

As tarefas teóricas consistirán fundamentalmente na realización de cuestionarios. Tamén poderán utilizarse outro tipo de tarefas como resumos, análises de textos, redaccións...

No caso de que houberse alumnado que non puidese seguir a ensinanza telemática, realizaríase unha atención individualizada a través doutros medios como contacto telefónico e/ou videochamada. Cabe sinalar que a aplicación de moodle para dispositivos móbiles permite o traballo de xeito offline e dito acceso xa está habilitado na aula virtual do centro. Para o alumnado Edixgal, nos seus portátiles poden descargar os cursos e tamén permitiríalles o traballo offline.

No caso dun período de corentena (10 días) o alumnado terá que realizar algunhas tarefas relacionadas coa unidade didáctica que se está a desenvolver. No caso dun período de confinamento prolongado aplicaranse os mesmos criterios de cualificación que no modo presencial, pero con variacións na porcentaxe da cualificación. Debido as posibles limitacións na realización de exercicios prácticos que poden existir no fogar: espazo, material específico... vaise reducir o valor da parte práctica e equilibrarase con contidos teóricos. A concreción da avaliación centrarase en tres ámbitos básicos:

**a) Actitude (30% da cualificación):** este apartado refírese ás entregas das tarefas en tempo e forma. Polo tanto, cada tarefa non entregada suporá unha penalización acorde ao número total de tarefas a entregar no período de confinamento determinado. Tamén

terase en conta neste apartado a participación nos foros e a resposta en tempo e forma ás mensaxes do profesorado.

**b) Aptitude motriz (35% da cualificación):** referido á valoración das execucións prácticas que enviará o alumnado á plataforma correspondente (edixgal/aula virtual) a través das súas gravacións.

**c) Adquisición de conceptos teóricos (35% da cualificación):** este aspecto avaliarase mediante a cualificación dos cuestionarios e tarefas teóricas realizadas en edixgal/aula virtual.

## **11. RECUPERACIÓN DE AVALIACIÓN, AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA EN BACHARELATO E TRATAMENTO DA MATERIA PENDENTE**

### **11.1 Recuperación de avaliacións**

En función dos estándares de avaliación non superados que motivaran o suspenso na avaliación trimestral, o profesorado escollerá o procedemento para acadar dito estándar, podendo ser de dous xeitos:

- Superación do mesmo estándar nunha Unidade Didáctica do seguinte trimestre, na que tamén estea presente dito estándar de avaliación.
- Realización dunha proba específica para a superación do/s estándar/es non acadados.

En caso de que o alumnado deba ser reavaliado de varios estándares, ambos procedementos son compatibles, podendo recuperar algúns estándares co primeiro procedemento e outros mediante o segundo.

### **11.2 Avaliación extraordinaria en bacharelato**

Respecto á convocatoria extraordinaria de bacharelato do mes de xuño os criterios de cualificación serán os seguintes:

- a) Aptitude motriz (70% da cualificación): mediante a realización de probas de carácter práctico avaliaranse a adquisición das habilidades relacionadas coa unidades didácticas desenvoltas durante o curso. Aplicaranse tests físicos estandarizados e as probas prácticas realizadas durante o curso.
- b) Adquisición de conceptos teóricos (30% da cualificación): este aspecto avaliarase mediante a realización dunha proba teórica en base ás tarefas desenvoltas na aula virtual.

### 11.3 Tratamento da materia pendente

Historicamente no centro o alumnado que ten a materia de Educación Física pendente é moi escaso, non é frecuente atoparse con alumnado nesta circunstancia. Por tanto, non se programan actividades específicas se non que serán as propias do curso actual dado o carácter da nosa área.

Tendo en conta que a Educación Física está considerada como unha materia con contidos progresivos, o departamento considera que se o alumnado supera os dous primeiros trimestres do curso actual, enténdese que tamén supera a materia do curso inferior.

Ademais, como así recolle a normativa, ten dereito a unha proba final en maio onde tería que superar os mínimos esixibles para acadar unha avaliación positiva.

## 12. ELEMENTOS TRANSVERSAIS

### 12.1 Educación en valores

Ademais de coidar escrupulosamente o uso da linguaxe e de revisar coidadosamente os textos e ilustracións para que non conteñan ningún elemento que poida atentar contra a igualdade, a tolerancia ou calquera dos dereitos humanos, o proxecto suscita directamente aqueles temas transversais aos que os contidos desenvolvidos especialmente se prestan.

- **Educación para a convivencia:** O desenvolvemento de actividades físico-deportivas que implican a participación, baixo as premisas de cooperación e respecto, contribúen a fomentar nos alumnos e alumnas actitudes favorables á convivencia sen distinción de idade, raza, sexo ou relixión.
- **Educación para a saúde:** Ponse especial énfase nas repercusións ou efectos fisiolóxicos que teñen as distintas actividades físico-deportivas que se realizan, facilitando o coñecemento do propio corpo, as súas funcións, os efectos sobre os diferentes sistemas e órganos e os beneficios psicofísicos que produce a actividade física. Promóvese unha correcta hixiene tras a práctica de actividade física
- **Educación do consumidor:** Preséntanse criticamente os hábitos da sociedade de consumo no mundo das actividades físico-deportivas, facendo ver como xurdiron diferentes intereses que non teñen unha finalidade educativa, senón un sentido comercial e consumista de marcas e produtos que tratan de aproveitarse da importancia que a sociedade actual concede ao fenómeno deportivo.
- **Educación non sexista:** As diferenzas biolóxicas que existen entre os sexos non son razóns para a marxinación dun ou outro en determinadas actividades físicas. A actividade física educativa vai facilitar o coñecemento entre os sexos e a non discriminación.

- **Educación ambiental:** Foméntanse actitudes de coidado, protección e respecto polo ecosistema a través das actividades no medio natural.
- **Educación multicultural:** Abórdase desde unha perspectiva crítica a alta competición e os espectáculos deportivos mundiais (campionatos, olimpíadas...) como un fenómeno multicultural do século XX.

### 12.2 Aplicación das TIC á educación física.

- Integración da materia no programa EDIXGAL. En 1º e 2º ESO se lle dará especial importancia ao uso dos recursos dixitais, para que o alumnado adquira as ferramentas dixitais básicas.
- Utilización da Aula Virtual no resto dos cursos do centro coma principal soporte para o tratamento dos contidos teóricos da materia e para a realización de tarefess. Para isto, están creados cursos na aula virtual para todos os grupos, cos seus temas correspondentes vinculados ás sesións prácticas.
- Emprego de cámara de video, foto, smartphone para a recollida de datos coa finalidade de analizar as tarefas de cara a súa avaliación.
- Emprego de proxeccións, presentacións e material didáctico en formato dixital.
- Emprego de internet coma fonte de busca, intercambio e almacenamento de información.

### 12.3 Relacións Interdisciplinares.

Con respecto aos contidos, as relacións interdisciplinares que se poden establecer son:

- Lingua e Literatura Galega, para as unidades didácticas con nomes de material e especialidades deportivas galegas. Tamén coas de xogos populares e tradicionais.
- Música, para todas as unidades que inclúan danzas e adaptación do movemento ao ritmo.
- Informática, no uso da Aula Virtual, búsquedas de información en internet e a elaboración de traballos coa axuda do ordenador
- CCSS, para a contextualización histórica das diversas especialidades deportivas. Mapas de orientación
- Educación Plástica e Visual, en todos os traballos que esixan actividade manual polo traballo común da motricidade fina.
- Matemáticas: Cálculos mentais. Estadísticas. Uso do compás
- Tecnoloxía: Construción de materiais deportivos a partir de outros materias e reciclaxe.

### **13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES**

Debido á pandemia derivada do virus Covid-19, en principio non se proporán actividades complementarias e extraescolares. Se a situación epidemiolóxica o permite, intentaríanse realizar algunhas rutas a pé pola contorna, utilizando a rede de sendeiros locais de pequeno e medio percorrido. Realizaríanse cara a finais de curso, no mes de xuño, para o alumnado da ESO.

### **14.MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EN RELACIÓN COS RESULTADOS ACADÉMICOS E PROCESOS DE MELLORA**

Enténdese a programación como un documento vivo, en continua transformación a través da avaliación da práctica docente, o que permitirá facer as correccións e modificacións necesarias que os procesos de ensino-aprendizaxe nos demanden, tanto a curto prazo, no desenvolvemento da programación durante un curso, coma a medio prazo a través dos sucesivos anos escolares. A avaliación da programación didáctica e das unidades didácticas ten como finalidade valorar se a súa posta en práctica cumpriu todos os obxectivos e expectativas previas. O profesorado realizará unha análise crítica de todos os aspectos que a compoñen:

- Se os obxectivos foron cumpridos.
- Se foi posible desenvolver os contidos.
- Se a temporalización se levou a cabo e foi a adecuada.
- Se as actividades se desenvolveron correctamente.
- Se os criterios de avaliación e cualificación foron xustos e correctos.
- Se os resultados académicos foron axeitados
- Se a metodoloxía aplicada foi a adecuada e conseguiu transmitir os contidos a todo o alumnado.

Dende unha perspectiva ampla, a avaliación da propia programación podería presentar tres momentos diferenciados:

- A comprobación de que a planificación se fixo correctamente e se concretaron todos os elementos curriculares da programación didáctica.
- segundo momento alude á revisión da programación coincidindo coas avaliacións parciais e finais do curso (decembro, marzo e xuño). A partir de dita análise estableceranse as medidas de mellora que se consideren oportunas. As opinións do alumnado a través de súas autoavaliacións ou as postas en común son tamén unha referencia importante para unha valoración máis participativa e compartida do proceso de ensino-aprendizaxe.

- Por último, tras a aplicación total da programación, cando se teña unha mellor perspectiva se completará cos resultados das avaliacións do alumnado.

A avaliación de todos os elementos que compoñen a programación conduciranos a propostas de mellora en cada un destes apartados, o cal redundará nun proceso de mellora da propia programación didáctica.