

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

## Centro educativo

| Código   | Centro     | Concello | Ano académico |
|----------|------------|----------|---------------|
| 36019426 | IES Coruxo | Vigo     | 2023/2024     |

## Área/materia/ámbito

| Ensinanza   | Nome da área/materia/ámbito | Curso   | Sesións semanais | Sesións anuais |
|-------------|-----------------------------|---------|------------------|----------------|
| Bacharelato | Educación física            | 1º Bac. | 3                | 105            |

## Réxime

Réxime xeral-ordinario

| <b>Contido</b>  | <b>Páxina</b> |
|---|---------------|
| 1. Introducción   | 3             |
| 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias                                  | 4             |
| 3.1. Relación de unidades didácticas  | 5             |
| 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas   | 7             |
| 4.1. Concrecións metodolóxicas  | 29            |
| 4.2. Materiais e recursos didácticos  | 33            |
| 5.1. Procedemento para a avaliación inicial   | 34            |
| 5.2. Criterios de cualificación e recuperación  | 34            |
| 5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes                     | 36            |
| 6. Medidas de atención á diversidade  | 36            |
| 7.1. Concreción dos elementos transversais  | 37            |
| 7.2. Actividades complementarias  | 38            |
| 8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro | 39            |
| 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora                                    | 40            |
| 9. Outros apartados   | 40            |

## 1. Introducción

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 có 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.

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.

Tal e como se describe na LOMLOE, todas as áreas ou materias do currículo deben participar no desenvolvemento das distintas competencias do alumnado. Estas, dacordo coas especificacións da lei, son:

1º Comunicación lingüística.

2º Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía.

3º Competencia dixital.

4º Aprender a aprender.

5º Competencias sociais e cívicas.

6º Sentido de iniciativa e espírito emprendedor.

7º Conciencia e expresións culturais.

A Programación Didáctica, que forma parte da Programación Xeral Anual (documento que ten que elaborar cada centro docente, e no que se pon de manifesto as intencións educativas que se establecen para cada curso académico, e que segue as directrices do Proxecto Educativo do Centro e é a base das programacións didácticas dos departamentos), organiza as ensinanzas de cada materia ao longo da etapa correspondente. Nesta, o departamento didáctico establece a adecuación, organización e secuenciación dos obxectivos, contidos, e criterios de avaliación pra cada curso e materia e acorda os principios metodolóxicos e recursos que se empregarán na actuación docente.

Partindo da Programación Didáctica, cada profesor(a) do departamento debe concretar o seu plan de actuación (conxunto de unidades didácticas) que lle vai servir de guía detallada da súa actuación docente durante o curso escolar pra cada un dos seus cursos. Esta segunda parte da Programación Didáctica adoitase denominar Programación de Aula.

A Programación Didáctica Anual do nivel que imos impartir, levarase a cabo tralas reunións realizadas polos membros do departamento ó inicio do curso e tendo en conta a situación inicial e características do centro e alumnado, ademais das consideracións dos mesmos.

O ensino é unha actividade intencionada, e un criterio básico pra isto é confeccionar un plan de actuación. A necesidade de deseñar unha programación que sistematice o proceso no desenvolvemento da acción didáctica, como axente de concreción do currículo, está amplamente xustificada e asígnanselle as seguintes funcións:

- Planificar o proceso de ensino-aprendizaxe que se desenvolve na aula.
- Asegurala coherencia entre as intencións educativas do centro e a práctica docente.
- Proporcionar elementos pra a análise, a revisión e a avaliación do Proxecto Educativo de Centro.
- Promover a reflexión sobre a práctica docente.
- Dar ó centro e ó profesorado protagonismo e autonomía pedagóxica.
- Facilitala progresiva implicación do alumnado no seu propio proceso de aprendizaxe.
- Atender á diversidade de intereses, motivacións e características do alumnado.
- E, por suposto, mellorar a calidade da educación como servizo público.

Pra a elaboración da Programación teremos en conta as 4 fontes habituais do currículo: Sociolóxica, Epistemolóxica, Psicolóxica e Pedagóxica.

Pra a realización da Programación Didáctica débese ter en conta a análise do contexto có centro realiza para elaborar o seu Proxecto Educativo.

### 1.1. O centro.

O centro está emprazado na parroquia de Coruxo, situada nunha zona costeira dentro do Concello de Vigo. O alumnado provén fundamentalmente dos tres colexios situados na zona: CEIP Carrasqueira e CEIP A Paz(Coruxo) e CEIP Ría de Vigo (San Miguel de Oia). 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 cunha pista de 40x20 metros 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. Neste curso haberá 60 estudantes de 1ºBach repartidos en 2 grupos de 27 e 33 alumnos e alumnas.

O centro tenta, coma liña xeral común, desenvolver unha educación en valores e unha formación integral pra o alumnado, respectando os diversos ritmos evolutivos, capacidades intelectuais e maduración. Prímase a aprendizaxe interdisciplinar de tódolos contidos có permitan, a través da coordinación dos distintos departamentos e das actividades complementarias e extraescolares. Promóvense hábitos de respecto, orde e bo trato como parte dun ambiente propicio para o estudo e a convivencia. Un dos obxectivos do centro é a atención á diversidade.

O Centro cumpre os requisitos do R.D.1537/2003 referente as instalacións dos centros educativos e impártense ensinanzas de ESO e Bacharelato.

A presente programación didáctica está contextualizada na etapa de Bacharelato. Nesta etapa, a Educación Física está presente unicamente no primeiro curso, cunha carga lectiva de tres horas semanais, por tanto, en principio, será o último contacto que terá o alumnado con contidos propios da materia.

O carácter propedéutico da materia neste nivel favorecerá o achegamento do alumnado a unha serie de profesións vinculadas co deporte, así coma novas posibilidades de estudo, xa sexa no ámbito universitario, no da Formación Profesional ou no dos Ensinos Deportivos.

Independentemente dos estudos que continúe o alumnado, a materia busca capacitar ó alumnado na programación autónoma e a autorregulación da súa práctica física, así coma consolidar un estilo de vida activo e saudábel ó longo da súa vida.

A Programación Didáctica consta de 10 Unidades Didácticas.

## 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

| Obxectivos   | CCL | CP | STEM | CD  | CPSAA    | CC | CE  | CCEC |
|--|-----|----|------|-----|----------|----|-----|------|
| OBX1 - Interiorizar o desenvolvemento dun estilo de vida activo e saudable, planificando responsable e conscientemente a súa actividade física a partir da autoavaliación persoal con base en parámetros científicos e avaliábeis, e axustando as prácticas motrices ás súas necesidades e motivacións persoais para satisfacer as súas demandas de lecer activo e de benestar persoal, así como coñecer posibles saídas profesionais asociadas á actividade física.   |     |    | 2-5  | 1-4 | 11-12-50 |    | 3   |      |
| OBX2 - Adaptar autonomamente as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices específicas das modalidades practicadas, a diferentes situacións con distintos niveis de dificultade, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión e execución adecuados á súa lóxica interna para resolver situacións motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas, e consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos. |     |    |      |     | 12-40    |    | 2-3 |      |

| Obxectivos   | CCL | CP | STEM | CD | CPSAA    | CC | CE | CCEC |
|--|-----|----|------|----|----------|----|----|------|
| OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia. | 5   | 3  |      |    | 11-20-50 | 3  |    |      |
| OBX4 - Analizar criticamente, e investigar, sobre as prácticas e manifestacións culturais vinculadas coa motricidade segundo a súa orixe e evolución, desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económicos, políticos e sociais que condicionasen o seu desenvolvemento, practicándoas e fomentando a súa conservación para ser capaz de defender, desde unha postura ética e contextualizada, os valores que transmiten.   |     | 3  | 5    |    | 12       | 1  |    | 1    |
| OBX5 - Implementar un estilo de vida sustentable e comprometido coa conservación e mellora da contorna, organizando e desenvolvendo accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, asumindo responsabilidades na seguridade das prácticas, para contribuír activamente ao mantemento e coidado do medio natural e urbano e dar a coñecer o seu potencial entre os membros da comunidade.   |     |    | 5    |    | 12-20    | 4  | 1  |      |

#### Descrición:

### 3.1. Relación de unidades didácticas

| UD | Título  | Descrición   | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|---|--|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 1  | O coidado do corpo. Alimentación saudable, educación postural, o autoconceito e a autoestima, a | UD de tipo transversal que permitirá traballar distintos contidos ao longo do curso, adaptándoos ás especificidades de cada unha das demais UDD. | 3              | 10         | X        | X        | X        |

| UD | Título  | Descrición  | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|---|---|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 1  | imaxe percibida. Saídas profesionais.                                 | UD de tipo transversal que permitirá traballar distintos contidos ao longo do curso, adaptándoos ás especificidades de cada unha das demais UDD.  | 3              | 10         | X        | X        | X        |
| 2  | Autoavaliación da condición física saudable.                          | Nesta UD o alumnado debe aprender a avaliar e interpretar o estado da súa condición física saudable, empregando distintas probas/test, así como aplicacións específicas. Esta valoración farase en función tanto dos seus intereses como da práctica física que teña pensado desenvolver.   | 14             | 12         | X        |          |          |
| 3  | Planificación da actividade físico-deportiva para a saúde.            | Nesta UD o alumnado aprenderá, dende a práctica, a planificar o seu propio plan de adestramento en función dos resultados da autoavaliación realizada na UD anterior, e dos obxectivos que se propoña. Centrarase principalmente na musculatura lumbopélvica pola súa relación directa coa saúde musculo-esquelética do resto do corpo. | 14             | 12         | X        |          |          |
| 4  | Perfeccionamento do Bádminton.  | Nesta UD o alumnado traballará un deporte de rede, neste caso o Bádminton. Profundizará na lóxica do xogo e nos elementos técnicos, tácticos e regulamentarios.   | 17             | 15         |          | X        |          |
| 5  | Linguaxe corporal, ritmo e movemento danzado.                         | Nesta UD didáctica o alumnado traballará as técnicas de expresión, dramatización e relaxación, desenvolvendo ao final da mesma unha composición dramática sen utilizala fala, individual ou en grupos de 3 coma máximo, cunha duración de 2' aproximadamente e cun soporte musical.   | 17             | 12         |          | X        |          |
| 6  | Perfeccionamento do Voleibol.   | Nesta UD o alumnado traballará un deporte de rede, neste caso o Voleibol. Repasará e de ser o caso, profundizará na lóxica do xogo e nos elementos técnicos, tácticos e regulamentarios.  | 20             | 17         |          |          | X        |
| 7  | Orientación.  | Nesta UD o alumnado profundizará nos coñecementos e técnicas de Orientación, tanto no ámbito urbán como no medio natural.   | 5              | 9          |          |          | X        |
| 8  | A animación socio-deportiva no medio urbano e natural.                | Nesta UD o alumnado practicará, en función das posibilidades da contorna do centro, actividades no medio natural, como o sendeirismo; ou no medio urbán, como o crossfit. Ademais, practicarán a mobilidade en BTT.   | 5              | 8          |          |          | X        |
| 9  | Prevención de accidentes nas prácticas motrices e primeiros auxilios. | Nesta UD o alumnado aprenderá a anticiparse aos riscos e lesións derivadas das diversas prácticas motrices, e tentará dominar os protocolos de intervención ante situacións críticas ou accidentes (PAS, DEA, DESA, RCP, entre outros).   | 3              | 5          |          |          | X        |

| UD | Título                          | Descrición   | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|---------------------------------|--|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 10 | Xogos tradicionais e populares. | Nesta UD o alumnado practicará algúns dos deportes tradicionais e populares, tanto autóctonos como doutras rexións do mundo. | 2              | 5          |          |          | X        |

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

| UD | Título da UD  | Duración |
|----|---|----------|
| 1  | O coidado do corpo. Alimentación saudable, educación postural, o autoconcepto e a autoestima, a imaxe percibida. Saídas profesionais. | 10       |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.   | Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, alimentación saudable e educación postural durante a práctica de actividades motrices.   | TI | 100 |
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.   | Actuar de forma crítica e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde.  |    |     |
| CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional. | Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente |    |     |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente  |    |     |
| CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.  | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social       |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe. | Relacionarse co resto de participantes facendo uso do diálogo na resolución de conflitos, respectando a diversidade de competencia motriz e situándose fronte aos estereotipos e a violencia.   |    |   |
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.   | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social |    |   |
| CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Comprender a influencia social das manifestacións motrices actuais máis relevantes, rexeitando os compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  |    |   |
| CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.  | Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas   |    |   |

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

| Contidos   |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Profesións vinculadas á actividade física e á saúde.</li> <li>- Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais.</li> <li>- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.</li> <li>- Saúde social.</li> <li>- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.</li> <li>- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.</li> <li>- Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.</li> <li>- Saúde mental.</li> <li>- Trastornos vinculados coa imaxe corporal.</li> </ul> |



## Contidos

- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- Toma de decisións.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Mercado, consumismo e deporte.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.

| UD | Título da UD                                 | Duración |
|----|--|----------|
| 2  | Autoavaliación da condición física saudable. | 12       |

| Cráterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos. | Avaliar de maneira autónoma as diferentes capacidades físicas relacionadas coa saúde, segundo as necesidades e intereses individuais.   | TI | 100 |
| CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.          | Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene. |    |     |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.   | Actuar de forma crítica ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida.   |    |   |
| CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.  | Empregar autónomamente aplicacións dixitais relacionadas coa avaliación da condición física, e respectar a privacidade e as medidas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.   |    |   |
| CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional. | Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios                                       |    |   |
| CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.   | Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas                              |    |   |
| CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.  | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social. |    |   |
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.  | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social. |    |   |
| CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para prever e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.   | Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para prever e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade.         |    |   |

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

## Contidos

## Contidos

- Saúde física.
- Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.
- Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración.
- Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal.
- Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados.
- Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia.
- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.
- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.

| UD | Título da UD   | Duración |
|----|--|----------|
| 3  | Planificación da actividade físico-deportiva para a saúde. | 12       |

| Cráterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|-------------------------|------------------------|----|---|
|                         |                        |    |   |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.  | Poñer en práctica autónomamente un programa persoal de A.F. dirixido ao mantemento da saúde, aplicando sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas, avaliando os resultados obtidos.  |    |     |
| CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.   | Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices |    |     |
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.   | Actuar de forma crítica ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos á información recibida.  |    |     |
| CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.  | Empregar autónomamente aplicacións dixitais relacionadas coa planificación da A. Físico-deportiva para a saúde, e respectar a privacidade e as medidas de seguridade sobre á difusión de datos persoais.  | TI | 100 |
| CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional. | Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente.              |    |     |
| CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.  | Xestionar autónomamente calquera imprevisto nas medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva.  |    |     |
| CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  | Mostrar iniciativa durante o desenvolvemento de plans de adestramento.  |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar. |    |   |
| CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas. | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social.                            |    |   |
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas. | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social.                            |    |   |
| CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.                                      | Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.  |    |   |

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

| <b>Contidos</b>   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.</li> <li>- Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración.</li> <li>- Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal.</li> <li>- Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados.</li> <li>- Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia.</li> <li>- Sistemas de adestramento.</li> <li>- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.</li> <li>- Técnicas básicas de descarga postural e relaxación.</li> <li>- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.</li> </ul> |

## Contidos

- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Saúde mental.
- Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Análise crítica de estratexias publicitarias.
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- Toma de decisións.
- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitrase, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Mercado, consumismo e deporte.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.

| UD | Título da UD                   | Duración |
|----|--------------------------------|----------|
| 4  | Perfeccionamento do Bádminton. | 15       |

| Craterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|-------------------------|------------------------|----|---|
|                         |                        |    |   |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución   | IA | %   |
|---|--|----|-----|
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.  | Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde.   |    |     |
| CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.  | Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente. |    |     |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.   | Coñecer e practicar os elementos técnicos, tácticos e regulamentarios do padel.  |    |     |
| CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.  | Adaptar a propia intervención respecto da do/a rival con fluidez, precisión e control, e aplicar os procesos de percepción, decisión e execución en situacións reais de práctica.  | TI | 100 |
| CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.  | Identificar os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos, e identificar os erros comúns.   |    |     |
| CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe. | Respectar a diversidade de competencia motriz do resto de participantes durante o desenvolvemento da práctica motriz e facer uso das habilidades sociais na resolución de conflitos.   |    |     |
| CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Comprender e contextualizar a influencia cultural e social do padel no panorama actual, e coñecer a súa orixe e evolución ata a actualidade.   |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade                              |    |   |
| CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan. | Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración.</li> <li>- Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.</li> <li>- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.</li> <li>- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.</li> <li>- Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.</li> <li>- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.</li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.</li> <li>- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> <li>- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.</li> <li>- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> </ul> |



| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saídas profesionais no ámbito deportivo.</li> <li>- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.</li> <li>- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.</li> </ul> |

| UD | Título da UD                                  | Duración |
|----|---|----------|
| 5  | Linguaxe corporal, ritmo e movemento danzado. | 12       |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|---|---|----|-----|
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.  | Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde   | TI | 100 |
| CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente  |    |     |
| CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.   | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.   |    |     |
| CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.   | Practicar actividades motrices de dramatización desde a perspectiva do gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social.   |    |     |
| CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe. | Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz |    |     |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución   | IA | % |
|---|--|----|---|
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.         | Organizar actividades motrices de dramatización adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.   |    |   |
| CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.  | Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas con e sen base musical ante as súas compañeiras e compañeiros, e aplicar as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición.               |    |   |
| CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan. | Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir. |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Técnicas básicas de descarga postural e relaxación.</li> <li>- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.</li> <li>- Saúde mental.</li> <li>- Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.</li> <li>- Trastornos vinculados coa imaxe corporal.</li> <li>- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).</li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Técnicas específicas de expresión corporal.</li> </ul> |

| <b>Contidos</b>   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.</li> <li>- Saídas profesionais no ámbito deportivo.</li> <li>- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.</li> <li>- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.</li> </ul> |

| <b>UD</b> | <b>Título da UD</b>           | <b>Duración</b> |
|-----------|-------------------------------|-----------------|
| 6         | Perfeccionamento do Voleibol. | 17              |

| <b>Criterios de avaliación</b>   | <b>Mínimos de consecución</b>   | <b>IA</b> | <b>%</b> |
|--|---|-----------|----------|
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.   | Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde   |           |          |
| CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional. | Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente |           |          |
| CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.   | TI        | 100      |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.  | Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo, xestionando autonomamente calquera situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente e axustada aos obxectivos.   |           |          |
| CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.   | Aplicar de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.   |           |          |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución  | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.  | Identificar os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas.   |    |   |
| CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.   | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de situacións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.                           |    |   |
| CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe. | Respectar a diversidade de competencia motriz do resto de participantes durante o desenvolvemento da práctica motriz e facer uso das habilidades sociais na resolución de conflitos.                                  |    |   |
| CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade.                             |    |   |
| CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.   | Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir |    |   |

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

| Contidos   |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.</li> <li>- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.</li> <li>- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.</li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como</li> </ul> |

| <b>Contidos</b>   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.</li> <li>- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> <li>- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.</li> <li>- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Saídas profesionais no ámbito deportivo.</li> <li>- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.</li> </ul> |

| <b>UD</b> | <b>Título da UD</b> | <b>Duración</b> |
|-----------|---------------------|-----------------|
| 7         | Orientación.        | 9               |

| <b>Criterios de avaliación</b>   | <b>Mínimos de consecución</b>   | <b>IA</b> | <b>%</b> |
|--|---|-----------|----------|
| CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais. | Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene. | TI        | 100      |
| CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.                 |           |          |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.  | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente              |           |          |
| CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos motrices.   |           |          |

| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución   | IA | % |
|---|--|----|---|
| CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe. | Respectar a diversidade de competencia motriz do resto de participantes durante o desenvolvemento da práctica motriz e facer uso das habilidades sociais na resolución de conflitos.   |    |   |
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.   | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social. |    |   |
| CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade.  |    |   |
| CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.   | Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas e minimizar o impacto ambiental que estas poidan producir.   |    |   |
| CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.  | Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumir responsabilidades e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas.   |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.</li> </ul> |

## Contidos

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.
- Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.
- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.
- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.
- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

| UD | Título da UD   | Duración |
|----|--|----------|
| 8  | A animación socio-deportiva no medio urbano e natural. | 8        |

| Craterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | %   |
|--|--|----|-----|
| CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais. | Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices. | TI | 100 |
| CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  |    |     |



| Criterios de avaliación   | Mínimos de consecución   | IA | % |
|---|--|----|---|
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.   | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente.  |    |   |
| CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.  | Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes. |    |   |
| CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.   | Organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, e analizar os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social   |    |   |
| CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe. | Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de prácticas motrices, e respetar a diversidade de competencia motriz.  |    |   |
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.   | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social.                                   |    |   |
| CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.   | Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas e minimizar o impacto ambiental que estas poidan producir.   |    |   |
| CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.  | Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumir responsabilidades e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas.   |    |   |



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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> <li>- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.</li> <li>- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Saídas profesionais no ámbito deportivo.</li> <li>- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.</li> <li>- Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.</li> <li>- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</li> <li>- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.</li> <li>- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.</li> <li>- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.</li> </ul> |

| UD | Título da UD  | Duración |
|----|---|----------|
| 9  | Prevención de accidentes nas prácticas motrices e primeiros auxilios. | 5        |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais. | Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices | TI | 100 |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución   | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional. | Coñecer e implementar de maneira autónoma medidas específicas para a prevención de lesións e aplicar os primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente.   |    |   |
| CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.   | Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes. |    |   |
| CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.   | Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución.  |    |   |
| CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.  | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social.                                   |    |   |
| CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.   | Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade.   |    |   |

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

| Contidos  |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.</li> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.</li> <li>- Protocolos ante alertas escolares.</li> <li>- Actuacións críticas ante accidentes.</li> </ul> |

| Contidos   |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer.</li> <li>- Desprazamentos e transporte de accidentados.</li> <li>- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).</li> <li>- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).</li> <li>- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).</li> <li>- Contido básico de caixa de primeiros auxilios.</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> <li>- Saídas profesionais no ámbito deportivo.</li> <li>- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</li> </ul> |

| UD | Título da UD                    | Duración |
|----|---------------------------------|----------|
| 10 | Xogos tradicionais e populares. | 5        |

| Criterios de avaliación  | Mínimos de consecución  | IA | %   |
|--|---|----|-----|
| CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida. | Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde.  | TI | 100 |
| CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.                      | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente. |    |     |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.                      | Perfeccionar as habilidades específicas dos xogos tradicionais e populares practicados.   |    |     |
| CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.  | Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.     |    |     |

| <b>Criterios de avaliación</b>  | <b>Mínimos de consecución</b>   | <b>IA</b> | <b>%</b> |
|---|---|-----------|----------|
| CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.         | Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social |           |          |
| CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade  |           |          |
| CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.  | Coñecer e practicar xogos tradicionais e populares de Galicia.  |           |          |
| CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan. | Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir.                        |           |          |

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

| <b>Contidos</b>   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.</li> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.</li> <li>- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.</li> <li>- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</li> </ul> |

## Contidos

- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.

### 4.1. Concrecións metodolóxicas

Neste punto centrámonos nun dos elementos que integran calquera deseño curricular : coma ensinar?, referido aos aspectos metodolóxicos do proceso de ensino-aprendizaxe.

En canto á evolución das tendencias metodolóxicas en E.F. diremos que ven dada por:

1. Tendencias pedagóxicas máis abertas e activas (énfase no proceso e non na consecución de resultados coma anteriormente).
2. Desprazamento nas prioridades e redefinición de obxectivos en E.F. cara a ámbitos máis integradores, incluíndo, ademais do ámbito motor: o coñecemento dun mesmo, a aceptación dos demais, o asumir responsabilidades e o respecto das normas, etc.
3. Importancia do conxunto de relacións socio-afectivas que se desenvolven no ámbito da clase.

Os principios metodolóxicos que subxacen nos deseños curriculares en vigor, enmárcanse nunha concepción construtivista da aprendizaxe escolar e da intervención didáctica.

Segundo este modelo, o primeiro que convén ter en conta é o que o alumnado experimente por si mesmo. Isto implica unha ensinanza personalizada, na que se debe tentar que cada individuo atope o seu ritmo óptimo e que parta das súas experiencias e intereses persoais.

En segundo lugar, no proceso de ensino-aprendizaxe, os contidos deben mostrar o seu senso de *¿funcionalidade?*; o alumnado ten que saber para que lle serve o que estuda, é dicir, a utilidade da materia para a solución dos seus propios problemas. De aí que se parta do suxeito e dos seus intereses, xa que se un contido está lonxe do seu horizonte máis próximo, e non se conecta con algunha experiencia ou non esperta unha inquietude inmediata, a aprendizaxe non será significativa.

En calquera caso, é imprescindible motivar ao alumnado ata lograr que se interese polo que está aprendendo. Para conseguilo, a programación deberá adaptarse ao ritmo e aos intereses do discente.

En terceiro lugar, as/os alumnas/os, coma construtores da súa aprendizaxe, deben relacionar os novos conceptos co esquema que xa posúen no seu repertorio cognoscitivo. Deste modo, dan senso ao que aprenden ao comprobar a súa utilidade. Cando son capaces de establecer relacións, é cando poden integrar na súa estrutura mental un novo concepto, reestruturalo.

En resumo, para que o noso alumnado adquira unha aprendizaxe significativa ou comprensiva, requírese:

- Unha actitude favorable pola súa parte, para integrar o novo coñecemento na súa estrutura cognoscitiva;
- que o novo contido teña senso para el, que sexa funcional ou útil; que lle resolva problemas ou lle sirva coma medio para conseguir outra aprendizaxe;
- que o material de aprendizaxe organícese segundo os principios de xerarquización, derivación e coordinación dos contidos;
- que o profesorado actúe coma guía que coñece onde pode chegar o discente, o sitúe ante situacións problemáticas e lle ofrezca recursos variados e suficientes para resolvelas. Isto implica que o profesorado coñeza e actúe na chamada (Vygotky), *¿zona de desenrolo próximo?*. É dicir, aí onde o alumnado non é capaz de chegar só, pero si coa axuda de outro máis experto.

A Educación Física na educación secundaria ten un carácter motriz, práctico e vivencial que busca, entre outros obxectivos, incrementar a actividade física efectiva do alumnado.

Os diferentes modelos pedagóxicos constitúen unha ferramenta para materializar un desenvolvemento competencial, polo carácter participativo, creativo e de aprendizaxe que xeran no alumnado.

As situacións de aprendizaxe integran procesos orientados á adquisición da competencia motriz e as competencias clave, enfocándose desde diferentes perspectivas, articulando elementos plurais como: metodoloxías de carácter participativo, o tipo e a intención das actividades expostas, a organización dos grupos, a consolidación dunha autoestima positiva, autonomía, reflexión e responsabilidade ou a creación dunha conciencia de grupo-clase.

A metodoloxía exposta caracterizarase por ser, flexible, activa, integradora, participativa, lúdica, creativa e progresiva.

A continuación, abordamos a proposta metodolóxica a través dalgúns dos seus elementos, como son os estilos de ensino, a organización espazo-temporal, o coñecemento dos resultados/execución, as actividades, a estratexia na práctica e as rutinas.

### 1. ESTILOS DE ENSINO

Os estilos de ensino móstrannos como se desenvolve a interacción profesor-alumnado no proceso de toma de decisións, e definen o papel de cada un nese proceso.

Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles aseguranos a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F.

Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que cada un ten un carácter propio que permite alcanzar obxectivos secundarios específicos deste.

Chegado o momento de decidirse por un determinado estilo de ensino, a súa selección farase en función de cal sexa o máis apropiado para a ensino-aprendizaxe dunha tarefa determinada. Así para as aprendizaxes técnicas e doutros contidos de similares características, utilizaremos estilos máis directivos; mentres que para aprendizaxes tácticas, de expresión corporal, e outros de similares características fomentaremos a creatividade a través de estilos baseados no descubrimento.

Darase o caso de que nunha mesma sesión se varíen os estilos de ensino utilizados dependendo de cada tarefa.

### 2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

#### AGRUPAMENTOS

En canto aos agrupamentos, a súa determinación viranos determinada polas tarefas que desenvolvamos. En principio, contemplamos a utilización de todo tipo de agrupamentos, dende o traballo individual (se é que se pode considerar como un agrupamento) xa que permite a individualización do ensino para adaptarse ao ritmo de aprendizaxe do alumnado; ata o traballo en grupo clase, cando a importancia do contido o requira xa que favorecen o proceso de socialización, melloran as relacións persoais, o coñecemento mutuo, o respecto polos demais, tolerar os distintos puntos de vista e dominio motriz e melloran o rendemento. Pasando polo traballo por parellas, tríos e en pequeno grupo cando a actividade busque desenvolver a cohesión do grupo, así como a aprendizaxe de habilidades técnicas, entre outras.

#### UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

Para levar a cabo as nosas intencións educativas non reduciremos o noso espazo de actuación á aula e ás instalacións deportivas que se nos asignen, senón que espremeremos ao máximo a utilización dos espazos dispoñibles no centro, co ánimo de descontextualizar o ensino da E.F. das instalacións deportivas, dando a entender ao alumnado a virtualidade do reduccionismo ao que se adoita someter á nosa materia, circunscribíndoa unicamente aos espazos "tradicionais". Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, poderemos empregar a biblioteca do centro. Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede. Por último tamén podemos utilizar a aula de informática para presentar ao alumnado aplicacións e ferramentas interactivas de autoavaliación da condición física e de adestramento que xa veñen implementadas en soporte informático.

#### OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

Para aprender unha tarefa e lograr un nivel de execución aceptable, o alumnado debe dispoñer dun tempo razoable para practicar a devandita actividade un número suficiente de veces.

O tempo que o alumnado dedica exclusivamente á práctica de actividade física é o que se coñece como tempo de actividade real. Para intentar incrementar na medida do posible o tempo de actividade real do alumnado, vanse ter en conta unha serie de consideracións prácticas para tal efecto, que a saber son:

Preparación da clase de educación física. Os preparativos previos á sesión adoitan seguir un protocolo cotián e repetitivo: acceder ao vestiario dende a aula, cambiarse de roupa, ir á pista ou ximnasio, pasar lista, regresar, asearse e volver cambiar de roupa. Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estanza no vestiario.

Eficiencia no tempo dispoñible. O devandito tempo trataremos de optimizalo do seguinte xeito;

a) Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas. Focalizaremos a atención nun ou dous aspectos que aseguren certas posibilidades de éxito nos primeiros intentos para non desbordar o alumnado con demasiada información e ademais, conseguir que se motiven polos primeiros éxitos alcanzados. Especial trato dedicaremos ás premisas de respecto mutuo e de seguridade nas tarefas, de cara a que o alumnado aprenda claramente o seu papel na prevención de riscos e na axuda ao compañeiro/a.

b) Rendibilidade na montaxe e recollida do material. Para evitar as perdas de tempo nesta faceta da sesión, aproveitaremos ao máximo os materiais que seleccionemos para a sesión. Ademais, designaremos ao inicio da sesión, ao alumnado responsable da colocación e recollida do material que se vaia utilizar. Naquelas sesións nas que se vaia traballar en circuíto e necesiten moito material, intentaremos na medida do posible, realizar a montaxe previamente á sesión.

c) Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos. Para evitar as perdas de tempo que supoñen tanto o establecemento de agrupamentos, como a transición duns a outros, naquelas sesións nas que as actividades de ensino-aprendizaxe demanden continuos cambios de agrupamentos, secuenciaremos as mesmas de tal maneira que vaian seguidas todas as actividades individuais, logo por parellas, logo por cuartetos, etc., aproveitando o agrupamento anterior para facer o seguinte, de ser posible.

d) Optimización das partes da sesión. Aínda que diferentes autores propoñen varias divisións das sesións de E.F., podemos dicir que basicamente as sesións de educación física divídense en tres partes, a saber: posta en acción, parte principal e volta á calma. Nos puntos anteriores abordamos as pautas a seguir para evitar as perdas de tempo na parte principal da sesión, centrándonos agora nas outras dúas partes.

Para limitar as perdas de tempo na posta en acción, aproveitaremos esta para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal.

Na volta á calma, aproveitaremos o tempo de recuperación para recordar os puntos máis importantes traballados na parte anterior, repartiremos, no seu caso, as fichas de avaliación da sesión e motivaremos o alumnado para a sesión seguinte.

### 3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

Na actualidade ninguén dubida de que o coñecemento dos resultados constitúa un dos aspectos clave dentro do proceso de aprendizaxe motor. A súa importancia vén certificada por múltiples traballos de investigación que coinciden en afirmar o seu extraordinario valor dentro do proceso de aprendizaxe.

A progresión ao longo das etapas educativas debe ir dende un Coñecemento dos Resultados Extrínseco cara a un cada vez máis Intrínseco.

Nesta proposta de Programación, o Coñecemento dos Resultados abranguerá, en función do momento, tres tipos. Así, en certos contidos, como por exemplo os contidos máis técnicos, trataremos de utilizar o Coñecemento dos Resultados Concorrente. Tanto a través dunha transmisión verbal como táctil, procuraremos que o alumnado modele a súa execución técnica no mesmo momento de realizar a acción.

Naquelas situacións, nas que buscamos que a información teña unha incidencia positiva sobre as execucións posteriores, como no caso dun xesto técnico específico, utilizaremos o Coñecemento dos Resultados Inmediato. Nun principio, mediante unha transmisión verbal, e sempre que sexa necesario, a través dunha transmisión táctil ou visual.

E por último, trataremos de aumentar o protagonismo do Coñecemento dos Resultados Intrínseco, atrasando a administración da información durante un tempo, unha vez finalice a tarefa. Este Coñecemento dos Resultados Diferido, é propio da aprendizaxe dos comportamentos tácticos, onde, combinado con Estilos de Ensino baseados na Busca, preténdese proporcionar un maior protagonismo ao alumnado á hora de analizar a información e tomar decisións.

### 4. ACTIVIDADES

A función das actividades é a de reforzar os contidos, grazas a elas o alumnado adquire os mesmos. Ademais, teñen unha función favorecedora do proceso de socialización.



Polo tanto, para cumprir coa súa función, utilizaremos diferentes tipos de actividades. As actividades de Diagnóstico utilizáremolas principalmente nas primeiras sesións de cada U.D. co obxectivo de levar a cabo a avaliación dos coñecementos previos do alumnado sobre os contidos a desenvolver. As actividades de Desenvolvemento que utilizaremos para desenvolver os contidos centrais das distintas UU.DD. Ligadas a estas actividades virán as de Síntese, nas cales trataremos de conseguir a aplicación dos contidos aprendidos, en situacións reais de práctica. Por último, seguindo a lóxica metodolóxica, levaremos a cabo as actividades de Avaliación, coas que pretendemos comprobar o nivel de adquisición de contidos desenvolvido polo alumnado. Non debemos esquecer, que dada a heteroxeneidade do alumnado, os ritmos de aprendizaxe son individuais, polo tanto teremos preparados dous tipos máis de actividades; as de Reforzo, que utilizaremos con aquel alumnado cuxo ritmo de aprendizaxe sexa máis lento que o do grupo de referencia; e as de Ampliación, que utilizaremos con aquel alumnado que presenta un dominio importante do contido dende un principio, ou cuxo ritmo de aprendizaxe está por riba do grupo de referencia.

## 5. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

A estratexia na práctica que utilizaremos dependerá do tipo de contido e da tarefa que deseñamos, así como do seu obxectivo.

Así por exemplo, para as actividades de avaliación inicial, deseñadas para a primeira sesión de cada U.D., con carácter xeral, a estratexia será de tipo global, onde se implique o maior número de habilidades, fundamentos e coñecementos posible para poder facernos unha idea xeral do nivel de coñecemento inicial do noso alumnado no devandito contido.

Para aquelas tarefas onde o obxectivo perseguido sexa entre outros unha aprendizaxe técnica, a estratexia a utilizar será máis analítica. Por exemplo a aprendizaxe dun xesto técnico, comezará cunha aproximación analítica ao mesmo descompoñéndoo en diferentes partes secuenciadas segundo os segmentos corporais implicados no xesto.

Por último, para os pasos intermedios entre as aprendizaxes máis analíticas e as máis globais, utilizaremos estratexias sintéticas que nos permitan avanzar na aprendizaxe de todo tipo de contidos.

Hai que dicir, que as estratexias utilizadas poden presentarse de forma tanto simultánea como secuencial dentro da mesma sesión. Así mesmo, pódense utilizar en ambos os dous sentidos, é dicir, podemos partir dunha estratexia global para rematar cunha aprendizaxe máis analítica, ou viceversa, podemos partir dunha estratexia máis analítica para rematar cunha máis global.

## 6. RUTINAS

Para favorecer o bo funcionamento das sesións, e coa intención de optimizar ao máximo o tempo de práctica efectivo por parte do alumnado que redunde nunha maior aprendizaxe por parte destes, establécense unha serie de rutinas.

**Entrada e Saída da aula:** A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 5 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula de educación física (pavillón, pista, etc) correspondente. A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

**Cambio de Roupa:** O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da roupa necesaria para realizar a sesión, sempre e cando este sexa necesario.

**Hábitos Hixiénicos:** Distinguiremos entre aseo e ducha. Entendemos por aseo o secado da sudoración e o cambio de roupa. Para iso o alumnado contará con 5 minutos. O alumnado que mostre a súa intención de ducharse, debe advertilo ao profesorado antes de iniciar a clase, cedéndoselle os últimos 10 minutos da sesión.

**Recollida do Material:** O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión a excepción de, se é o caso, o alumnado que se vaia duchar e as/os lesionadas/os.



## 4.2. Materiais e recursos didácticos

| Denominación  |
|---|
| Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso: bandas elásticas, balóns pesados, colchonetas, picas, equipo de música, raquetas de bádmiton e volantes, balóns de voleibol, e redes de bádmiton e voleibol. |
| Material complementario e apuntes elaborados pola persoa docente a través de Moodle e recursos dispoñibles na aula.   |
| Redes sociais, aplicacións específicas, podcast, etc.   |
| Material bibliográfico no departamento, biblioteca, outras dependencias do centro, etc...   |

Empregaranse materiais específicos da área, tanto fixos (instalacións) coma móbiles (material específico): o pavillón, o ximnasio e o patio de herba exterior; colchonetas, compases de orientación,.; ademais usaremos reproductor e amplificador musical, pizarras dixitais con conexión a internet, mapas topográficos, bibliografía diversa, caderno coma diario de interioridade pra comentar as súas propias vivencias durante a actividade,...

Plataforma Moodle con recursos e materiais de apoio que supoñen unha achega didáctica nova e/ou o temario das propias Unidades Didácticas.

Plataforma Microsoft Teams, que servirá para realizar exercicios, repositorio de apuntamentos e traballos así coma para seguir clases en caso de confinamentos parciais ou totais.

A estrutura da sesión de E.F. debe estar en dependencia co tipo de actividades que se van desenrolar.

A delimitación das 5 fases (información sobre a sesión, fase inicial ou queceamento, fase principal, volta á calma e reflexión/crítica sobre a sesión), pode ter un valor para fomentar o hábito do alumnado para desenrolar nas súas prácticas os principios que subxacen nesa estrutura. É dicir, a necesidade de preparar o organismo para unhas actividades máis ou menos complexas, a realización desas actividades e o tránsito adecuado e progresivo cara unha situación de actividade moderada.

Unha vez cumprido este obxectivo, sería conveniente introducir a idea de que as partes están ao servizo desa fase principal ou central, e que, en consecuencia, a análise desta determinará as características que deben ter tanto a introdución coma a parte final.

A sesión debería ser introducida cunha breve explicación do docente sobre o contido da mesma, nun intento de motivar ao discente e axudarlle a establecer relacións con outras sesións que conforman a unidade. ao final da mesma deberase facer unha valoración global do traballo realizado, establecendo un diálogo co alumnado respecto ás súas ideas e expectativas da sesión e da unidade.

A sesión de E.F. debe permitir a participación do discente na organización da mesma, na toma de decisións en determinados aspectos das tarefas propostas, na reflexión sobre a finalidade das propostas polo docente, etc. e todo isto nun marco da maior participación posible de cada alumna/o. En ocasións, a constante mobilidade dun grupo dende o comezo da sesión ata o final da mesma, non implica que no plano individual de cada alumna/o esta fose significativa. As estratexias de ensino que se basean en acordos co alumnado, a asignación de pequenos grupos de traballo e o fomento da responsabilidade e autonomía da/o alumna/o serán determinantes. Neste senso, destácase a importancia que para a aprendizaxe entre alumnas/os ten a formación de grupos heteroxéneos.

Outro aspecto importante é a adecuada estruturación do espazo dispoñible e a ubicación do docente no mesmo. Non se debe respotar con esquemas ríxidos de organización do espazo nun área onde a riqueza de actividades e estratexias de ensinanza posibilita diferentes alternativas para o seu uso baseadas nas características das actividades e nos obxectivos propostos para a sesión. A organización do espazo dispoñible e a ubicación do docente deben conseguir que todas/os as/os alumnas/os teñan fácil acceso á información coma fonte para a aprendizaxe, tanto no plano auditivo coma no visual. Fundamentalmente será ¿non facilitar a automarxinación¿ que determinadas/s alumnas/os provocan.

A organización do espazo debe permitir o maior aproveitamento do material dispoñible para levar a cabo as actividades programadas; neste senso, a autonomía do alumnado debe ter un forte punto de apoio no coñecemento do uso correcto das normas permitíndolles actuar con seguridade.

## 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial proporcionáanos información sobre o contexto (entorno, familia e centro), a madurez ou desenvolvemento persoal do discente e sobre onde se atopa o mesmo con respecto aos obxectivos de área que debe alcanzar e, coma consecuencia disto, danos pistas sobre o camiño que debemos percorrer e sobre posibles dificultades coas que nos podemos atopar.

Unha vez que dispoñemos desta información, poderemos reorganizar o proceso e os mecanismos correctores ou facer as adaptacións precisas do programa a desenvolver e que terá, entre outros obxectivos, cubrir as necesidades detectadas na avaliación inicial.

Para dar resposta a estas necesidades, o profesorado debe partir das experiencias previas de aprendizaxe que ten o discente. Non debemos esquecer que o alumnado do Bacharelato ven xa cunha serie de coñecementos, e desenvolveron unhas capacidades, que deben ser tidas en conta coma punto de referencia á hora de programar as novas aprendizaxes.

Podemos afirmar, por tanto, que a avaliación inicial danos información que proporciona pistas para detectar necesidades, adecuar os obxectivos, establecer o programa a seguir,... Así entendida ten un carácter formativo xa que nos orienta na organización do proceso e non para *¿sancionar as deficiencias¿*.

A partir da avaliación inicial poderemos:

- Identificar os alumnos ou as alumnas que necesitan un maior seguimento ou personalización de estratexias no seu proceso de aprendizaxe. (Débese ter en conta aquel alumnado con necesidades educativas, con altas capacidades e con necesidades non diagnosticadas, pero que requiran atención específica por estar en risco, pola súa historia familiar, etc.).
- Saber as medidas organizativas que cómpre adoptar. (Planificación de reforzos, situación de espazos, xestión de tempos grupais para favorecer a intervención individual).
- Establecer conclusións sobre as medidas curriculares que compre adoptar, así como sobre os recursos que se van empregar.
- Analizar o modelo de seguimento que se vai utilizar con cada un deles.
- Acoutar o intervalo de tempo e o modo en que se van avaliar os progresos destes estudantes.
- Fixar o modo en que se vai compartir a información sobre cada alumno ou alumna co resto de docentes que interveñen no seu itinerario de aprendizaxe, especialmente, co(a) titor(a).

## 5.2. Criterios de cualificación e recuperación

**Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:**

| Unidade didáctica           | UD 1     | UD 2      | UD 3      | UD 4      | UD 5      | UD 6      | UD 7     | UD 8     | UD 9     | UD 10    |
|-----------------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|
| <b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>   | <b>3</b> | <b>14</b> | <b>14</b> | <b>17</b> | <b>17</b> | <b>20</b> | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>3</b> | <b>2</b> |
| <b>Táboa de indicadores</b> | 100      | 100       | 100       | 100       | 100       | 100       | 100      | 100      | 100      | 100      |

| Unidade didáctica           | Total      |
|-----------------------------|------------|
| <b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>   | <b>100</b> |
| <b>Táboa de indicadores</b> | <b>100</b> |

**Criterios de cualificación:**

A Programación Didáctica consta de 10 UD. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1ª, 2ª e 3ª impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 34%; a 3ª e 4ª impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 33%, e a 5ª, 6ª, 7ª, 8ª, 9ª e 10ª, impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 33%. No número de sesións asignado a cada UD contémpanse tamén a/as sesións dedicadas á avaliación.

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). En cada U.D. o exame práctico ten un peso dun 50% e a actitude ten un peso doutro 50%. Dentro da actitude, avaliada en todas e cada unha das sesións realizadas, terase en conta a asistencia á sesión coa indumentaria correspondente, botella de auga, a puntualidade na entrada (5' tralo comezo da sesión) e saída do vestiario (2' antes do remate da sesión) e o respecto a compañeiras/os e docente. Pra facer media, tanto nos exames prácticos coma na actitude, é imprescindible obter, coma mínimo, un 4. En ningún caso se fará media se a/o alumna/o ten 3 ou máis faltas de actitude (falta de material, puntualidade ou falta non xustificada).

Tendo en conta estes elementos, para a superación de cada unidade didáctica o arlumnado deberá acadar os mínimos de consecución establecidos, nun peso orientativo global igual ou superior ao 45%. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaranse as medidas de reforzo educativo.

A cualificación de cada trimestre, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada UD impartida no trimestre.

A cualificación da avaliación final ordinaria da materia, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral (tendo en conta os decimais), tendo en conta, de ser o caso, a cualificación obtida logo das recuperacións das UU.DD. e da avaliación trimestral.

O valor numérico da nota irá dende o 0 ó 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata .4 cara abaixo e dende .5 cara arriba), e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar un 4,5 ou superior.

Ó ser unha materia eminentemente práctica, o procedemento de avaliación máis empregado será a observación directa a través de diversos instrumentos, principalmente rúbricas, listas de cotexo e escalas de valoración, en función dos contidos a desenvolver.

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesiões, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado. Ó ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc.

Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas de coavaliación segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

En canto ós instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido é sempre a táboa de indicadores, xa que a nosa materia é eminentemente práctica, e ademais é unha limitación da aplicación.

### **Criterios de recuperación:**

Para recuperar as UU.DD. non superadas: - Logo de rematar a UD proporanse ao alumnado que non a superou actividades de reforzo e recuperación, que serán supervisadas polo profesorado. Nalgúns casos, segundo as características dos contidos e a situación do alumnado, poderase propor ao mesmo a realización de coavaliación das/os compañeiras/os. No caso de recuperar a UD antes de ter lugar a sesión de avaliación trimestral, para o cálculo da nota desta, terase en conta a nova cualificación. De non superala, quedará pendente de recuperar, sempre e cando o alumnado non supere o trimestre, neste caso a UD darase por superada. Para recuperar a avaliación trimestral: - Logo de rematar o trimestre o alumnado que non supere a avaliación, deberá recuperar unicamente as UU.DD. que non teña superadas. Para elo, o profesorado propondrá actividades de recuperación ao alumnado que serán supervisadas polo profesorado en sesións de tutoría previa cita. Nalgúns casos, segundo as características dos contidos e a situación do alumnado, poderase propor ao mesmo a realización de coavaliación das/os compañeiras/os.

Para superar a avaliación final extraordinaria: - O alumnado con algunha avaliación trimestral non superada, realizará actividades de recuperación no período que vai dende a avaliación final ordinaria á avaliación final extraordinaria. Esas actividades serán avaliadas por observación directa do profesorado e, no caso de considerar que acada o mínimo de consecución, daranse por superadas. - O alumnado que logo de facer as recuperacións das avaliacións trimestrais, e logo de transcorrer o período entre avaliación final ordinaria e extraordinaria non recuperou algunha delas, deberá superar nunha proba final extraordinaria os mínimos de consecución non superados. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderase propor a coavaliación do resto do alumnado.

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

Para o alumnado que promocionou a 2º de Bacharelato coa materia de Educación Física pendente elaborárase un plan de recuperación personalizado. Neste plan farase constar, ademais dos apartados establecidos normativamente, os mínimos de consecución que o alumnado ten pendentes de superar, e de ser o caso, as UU.DD.

Farase un calendario de titorías, previa cita por parte do alumnado, para desenvolver o seguimento das tarefas propostas no plan de recuperación. Neste calendario estableceranse tamén as datas das probas para superar os contidos, e o tipo das mesmas.

O cálculo numérico da nota farase igual que no procedemento de cualificación do curso, sen contalos contidos actitudinais.

Unha vez establecido o calendario da ABAU, e de non ter superado a materia fixárase unha proba final extraordinaria. En dita proba o alumnado deberá superar aqueles contidos das UU.DD. que non superara nas probas anteriores.

## **6. Medidas de atención á diversidade**

Atendendo á Orde do 8 de setembro que desenvolve o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, adoptaranse as medidas de carácter ordinario e extraordinario que se consideren oportunas e axeitadas ao alumnado.

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos.

Ademais do diferente ritmo de aprendizaxe do alumnado e o nivel de competencia motriz, os casos máis frecuentes na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

Alumnado repetidor (coa materia aprobada / coa materia suspensa). Este alumnado, maioritariamente coa materia superada, pode colaborar co profesorado en actividades de microensinanza participando como alumno avantaxado en determinados contidos. Esa actuación será valorada polo profesorado con táboas de indicadores específicas.

Alumnado con diferente nivel de competencia motriz. Ao alumnado que teña baixo nivel de competencia motriz nos contidos dalgunha/s unidade/é didáctica/s, realizaránselle apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, adaptaráselle os tempos e os procedementos de avaliación.

Alumnado lesionado ou incapacitado temporalmente para realizar a práctica. No caso deste alumnado con necesidades educativas especiais poñeranse en marcha os apoios e as atencións educativas específicas necesarias para a consecución dos obxectivos de aprendizaxe. Nestes casos, asignarase un rol en función da UD que garanta que participa e logra os obxectivos fixados: avaliador, xuíz/árbitro e axudante serán os roles máis utilizados. A avaliación da súa práctica realizarase a través de táboas de indicadores específicas. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade adaptaráselle tanto os tempos como os procedementos de avaliación. En todo caso, evitarase que se limite a tomar nota da sesión.

Alumnado que promociona coa materia sen superar. Neste caso elaborárase un Plan de reforzo adaptado ás súas particularidades. De todos os apartados do plan, destacamos as tarefas para realizar e a súa temporalización, así como os procedementos de seguimento e avaliación.

Por outro lado, no caso do alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis lento podemos poñer en marcha:

- Adaptacións metodolóxicas en canto ao estilo de ensinanza: empregar formas de organizar a clase individualizadas, realización de grupos de nivel naquelas actividades que así o requiran, etc...

- Adaptacións metodolóxicas en canto á técnica de ensinanza: comunicar só os aspectos máis importantes do modelo, presentar o modelo de forma máis personalizada. Procurar deseñar actividades diferentes para traballar un mesmo contido...

- Adaptacións metodolóxicas en canto ás estratexias pedagóxicas: apoio verbal, visual, manual, ampliación do tempo para alcanzar un determinado contido (polo que se establecerán progresións máis próximas á súa aptitude física). Reforzo permanente dos logros acadados para elevar a súa autoestima-autoconcepto, creación dun clima na aula na que o alumno/a non tema expresar as súas dificultades. Simplificación das actividades e adaptación das regras de xogo.

En canto ao alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis rápido, podemos:

- Plantexar actividades de ampliación que lles permitan profundar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.

- Implicar a este alumnado en programas de acción tutorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe.

No caso de ser necesarias medidas extraordinarias de atención á diversidade unha vez esgotadas as de carácter ordinario, seguiranse as indicacións establecidas na normativa vixente, coa colaboración do departamento de orientación do centro.

## 7.1. Concreción dos elementos transversais

|   | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|
| ET.1 - Comprensión de lectura                   | X    | X    | X    |      |      | X    |      |      |
| ET.2 - Expresión oral e escrita                 | X    | X    | X    |      |      | X    |      |      |
| ET.3 - Comunicación audiovisual                 |      |      | X    |      |      |      |      |      |
| ET.4 - Competencia dixital                      | X    | X    | X    |      |      | X    |      |      |
| ET.5 - Fomento do espírito crítico e científico | X    |      | X    |      |      |      |      |      |
| ET.6 - Educación emocional e en valores         | X    | X    | X    |      |      | X    |      |      |
| ET.7 - Igualdade de xénero                      | X    | X    | X    |      |      | X    |      |      |
| ET.8 - Creatividade                             |      |      | X    |      |      |      |      |      |

|                                 | UD 9 | UD 10 |
|---------------------------------|------|-------|
| ET.1 - Comprensión de lectura   | X    |       |
| ET.2 - Expresión oral e escrita | X    |       |
| ET.3 - Comunicación audiovisual |      |       |
| ET.4 - Competencia dixital      | X    |       |

|   | UD 9 | UD 10 |
|---|------|-------|
| ET.5 - Fomento do espírito crítico e científico |      |       |
| ET.6 - Educación emocional e en valores         | X    |       |
| ET.7 - Igualdade de xénero                      | X    |       |
| ET.8 - Creatividade                             |      |       |

#### Observacións:

A comprensión de lectura traballarase en todas as UU.DD. a través da proposta de lecturas que aborden a temática da U.D.

A expresión oral valorarase nas exposicións que deba facer o alumnado, así como na dirección de partes das sesións de clase (quecemento, por exemplo).

A expresión escrita traballarase a través das tarefas de redacción.

A comunicación audiovisual traballarase nas tarefas propostas ao alumnado sobre contidos da U.D.

A competencia dixital traballarase tanto a través do uso da aula virtual, como das aplicacións que se empreguen para desenvolver os contidos das diferentes UU.DD.

A educación emocional e en valores traballarase ao longo do curso a través das diferentes UU.DD.

A igualdade de xénero está presente en todo o currículo e polo tanto en toda a programación, especialmente a teremos presente en aquelas UU.DD. nas que os prexuízos poden influir nas ideas preconcebidas do alumnado.

A creatividade, aínda que presente en tódalas tarefas motrices, traballarase principalmente na unidade de Ritmo e Expresión Corporal.

## 7.2. Actividades complementarias

| Actividade  | Descrición  | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|---|---|----------|----------|----------|
| Carreira de orientación (avaliábel).  | Desenvolver no propio centro unha carreira de orientación, utilizando zona "urbana" e bosque (arboreda propia).         |          |          | X        |
| Representación dunha función individual ou colectiva (avaliábel).   | Representar ante as compañeiras e compañeiros e ante colectivos doutros cursos do centro, unha dramatización colectiva. |          | X        |          |
| Saída náutica cruzando a ría, dende o porto de Bouzas ata a praia de Rodeira, en Cangas, con barcos de vela e kaiaks (non avaliábel). | Facer un percorrido pola ría de Vigo en kaiak e barco de vela, respectando as medidas de seguridade.                    |          |          | X        |
| Visita ó clube de Remo Coruxo   | Percorrido polas instalacións e, de selo caso, realizar unha pequena práctica nun remoergómetro                         | X        |          |          |
| Visita ás Illas Cíes  | Percorrido ata algúns dos puntos altos das Illas Cíes e estancia na praia de Rodas                                      |          |          | X        |

#### Observacións:

As actividades complementarias desenvolveranse unha vez rematadas as UU.DD. nas que se desenvolven os contidos. A carreira de orientación será avaliada coma contido actitudinal. A representación da función será avaliada coma exame práctico e a saída náutica maila visita ó clube de remo e ás illas Cíes non se avaliarán.

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

| Indicadores de logro   |
|--|
| Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico |
| RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE   |
| DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.  |
| Clima de traballo na aula  |
| MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE.            |
| Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais           |
| INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN.   |
| Outros   |
| TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.                                     |

### Descrición:

O proceso de ensino esixe unha avaliación continua para ir axustando a programación. Esta avaliación permite ir detectando necesidades e buscando o axuste, as correccións precisas e as medidas que se consideren oportunas en cada momento.

Propóñense uns aspectos da programación e do procedemento de ensino-aprendizaxe, e uns indicadores, que a persoa docente pode avaliar, escollendo os instrumentos que considere máis axeitados (cuestionarios, listaxes de control ou rexistro de datos, entrevistas, observador externo ou ben comparar a experiencia con outros compañeiros e compañeiras docentes). Nesta proposta poden surpimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere.

#### RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

Análise dos resultados obtidos na avaliación final. O 100% do alumnado aprobou a materia no curso anterior.

#### TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Mediante unha listaxe de control reflectirase si a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UU.DD. como a programación xeral.

#### DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2 instrumentos de avaliación: unha enquisa ao alumnado de cada grupo, e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase. O 75% do alumnado, nunha escala de 0 a 5, puntúa con 3 ou máis este apartado.

#### MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:

Avaliarase a través dunha enquisa ao alumnado, a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cunha retroalimentación obtida das entrevistas ou titorías coas familias. O 75% do alumnado, nunha escala de 0 a 5, puntúa con 3 ou máis este apartado.

#### INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:

Mediante unha listaxe de control avaliarase si alumnado e familias foron informados en tempo e forma do contido

desta programación didáctica a través da páxina web do centro. Ademais o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma.

## **8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora**

O seguimento da programación é indispensable para ir avaliando procedementos, as actividades levadas a cabo e os resultados alcanzados polo alumnado, e así ir facendo as modificacións que se consideren oportunas para finalmente reflexionar acerca das posibles propostas de mellora. O coñecemento dos resultados obtidos neste proceso de seguimento e avaliación tamén establecerán un novo punto de partida de cara ao próximo curso e cara a unha nova intervención docente.

O seguimento da programación realizarase a través da sección de "Seguimento" da Aplicación PROENS. Nesta sección indícarase a data de inicio e fin da UD, o número de sesións previstas, o número de sesións realizadas, o grao de cumprimento da programación (baixo-medio-alto), as propostas de mellora e calquera observación que se considere oportuna..

Propóñese facer o seguimento e a avaliación da programación nos seguintes prazos:

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidades de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.
- Nalgunha reunión de departamento, realizarase o seguimento da programación didáctica e estableceranse as medidas correctoras que, de ser o caso, se estimen necesarias.
- Ao finalizar cada unha das avaliacións, onde se analizarán as unidades didácticas levadas a cabo, factores favorables e dificultades atopadas na temporalización das mesmas e resultados acadados polo alumnado. No caso de que quedara sen impartir algunha UD, o seu peso repartirase equitativamente entre o resto de UU.DD. impartidas nesa avaliación.
- Ao finalizar o curso escolar.

As propostas de mellora reorientarán e modificarán a nova programación, se é o caso, e unha vez discutido no seno do departamento (reorientarán as estratexias para desenvolver contidos, reforzarán aspectos varios, variarán procedementos, etc....) sempre buscando a optimización do proceso e o aproveitamento dos recursos. Estas propostas deberán quedar reflectidas na memoria final do departamento.

## **9. Outros apartados**