

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15025657	IES de Mugardos	Mugardos	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	1º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	5
4.1. Concrecións metodolóxicas	17
4.2. Materiais e recursos didácticos	17
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	18
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	18
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	19
6. Medidas de atención á diversidade	19
7.1. Concreción dos elementos transversais	20
7.2. Actividades complementarias	20
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	21
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	22
9. Outros apartados	22

1. Introducción

A presente programación do departamento de Educación Física tenta adecuarse ás características do IES Mugar dos, situado na comarca de Ferrolterra e integrado no contexto dun pobo mariñeiro con alumnado dos concellos de Ares e Mugar dos, especialmente a partir de 1º de Bacharelato.

Dentro da oferta educativa oficial, o centro propón a Educación Secundaria Obrigatoria, a ESA, o Bacharelato, FP Básica e a preparación para a EOI en inglés.

O departamento de educación física pretende contribuir á formación integral do alumnado, sumando esforzos co resto dos departamentos e buscando a autonomía da persoa de cara á súa vida adulta.

En concreto e dende a materia que imparte este departamento, aparte de formar futuros cidadáns conscientes da súa realidade e responsables coa súa participación na sociedade, búscase a promoción da saúde como estilo de vida. Para isto tórnase imprescindible o coñecemento do propio corpo e as súas posibilidades, pero tamén da contorna e da oferta deportiva, así como das entidades representativas da comarca.

Preténdese por último que o alumno/a se convirta en axente promotor e multiplicador dos hábitos saudables, revertindo na sociedade a formación recibida. Para isto promóvense actividades extraescolares e complementarias, así como recreos activos, coa intención de acadar a autoxestión do tempo de ocio.

O departamento está composto de xeito unipersonal por un profesor de Educación Física. Este mesmo profesor é o coordinador do Proxecto Deportivo de Centro.

Nesta programación dixital recóllense os obxectivos, unidades didácticas, metodoloxías, avaliacións, atención á diversidade, contidos transversais e práctica docente de 1º ESO. Estes cursos ven recollidos en base á LOMLOE (Lei Orgánica 3/2020, de 29 de Decembro, pola que se modifica a LOE de 2006).

Os cursos de 2º ESO e 4º ESO son entregados a través do xefe de estudos por correo electrónico.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	

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

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Xogos coordinativos	Unidade didáctica para o desenvolvemento da avaliación inicial. Traballo da coordinación oculo manual e oculo pédica a través de xogos para favorecer o primeiro contacto entre o alumnado e así mellorar as relacións entre eles	3	5	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
2	Condición física	Unidade didáctica para coñecer as capacidades físicas básicas centrándose na forza e na velocidade. Desenvolvemento do quecemento tanto xeral como específico	17	7	X		
3	Bádminton	Aprendizaxe das técnicas básicas do deporte e da súa utilización nas situacións de xogo	10	9	X		
4	Dramatización	Traballo de expresión corporal a través da expresión de emocións e sentimentos co corpo. Desenvolvemento de historias co corpo	3	4	X		
5	Floorball	Aprendizaxe das técnicas básicas do deporte e da súa utilización nas situacións de xogo	13	8		X	
6	Tenis	Aprendizaxe das técnicas básicas do deporte e da súa utilización nas situacións de xogo	13	8		X	
7	Deporte adaptado	Coñecemento do deporte adaptado e das súas regras de xogo: O goalball, o fútbol 5 e a boccia	7	4		X	
8	Voleibol	Aprendizaxe das técnicas básicas do deporte e da súa utilización nas situacións de xogo	13	11			X
9	Xogos populares	Búsqueda e práctica dos xogos populares de Galicia	7	4			X
10	Fútbol	Aprendizaxe das técnicas básicas do deporte e da súa utilización nas situacións de xogo	14	10			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Xogos coordinativos	5

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Resolve os conflitos utilizando o diálogo non aplicando actuacións discriminatorias	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito autónomo nas actividades		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Resolve os conflitos utilizando o diálogo non aplicando actuacións discriminatorias (mesmo criterio que o 1.6)		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
2	Condición física	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Exame escrito condición física e saúde	PE	65
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Deseña quecementos xerais e específicos de cumprimento coas partes e a súa orde	TI	35
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Deseña quecementos xerais e específicos de cumprimento coas partes e a súa orde		
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Non ten mínimo xa que é difícil chegar a impartilo por falta de tempo		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Non ten mínimo xa que é difícil chegar a impartilo por falta de tempo		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Non ten mínimo xa que é difícil chegar a impartilo por falta de tempo		
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Non ten mínimo xa que é difícil chegar a impartilo por falta de tempo		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Non ten mínimo xa que é difícil chegar a impartilo por falta de tempo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: queceamento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB).

UD	Título da UD	Duración
3	Bádminton	9

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Sen mínimo	TI	100
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Resuelve situacións de xogo utilizando o elemento técnico correspondente		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Realiza correctamente os xestos técnicos do deporte		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Sen mínimo		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. <ul style="list-style-type: none"> - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
4	Dramatización	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo nas actividades e respecta aos compañeiros/as	TI	100
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Aplica elementos de expresión corporal para expoñer as súas ideas		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo.

UD	Título da UD	Duración
5	Floorball	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Resuelve situacións de xogo utilizando o elemento técnico correspondente	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Realiza correctamente os xestos técnicos do deporte		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.

UD	Título da UD	Duración
6	Tenis	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Utiliza os recursos web para explorar novos coñecementos	TI	100
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Resuelve situacións de xogo utilizando o elemento técnico correspondente		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Toma as decisións acertadas durante as situacións de xogo		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Realiza roles de xogador/a de árbitraxe		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		

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

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

Contidos

- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
- Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
- Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
- Funcións de arbitraje deportiva.

UD	Título da UD	Duración
7	Deporte adaptado	4

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Entrega o traballo con información sobre xogos paralímpicos incluíndo contidos mínimos en referencia a este tema	TI	100

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

Contidos

- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

UD	Título da UD	Duración
8	Voleibol	11

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Reconduce correctamente as situacións de xogo simples	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Resuelve situacións de xogo utilizando o elemento técnico correspondente		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Realiza correctamente os xestos técnicos do deporte		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva.

UD	Título da UD	Duración
9	Xogos populares	4

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Respecta as actividades culturais durante a unidade didáctica así coma o seu material	TI	100
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Entrega o traballo de xogos populares de Galicia buscando información sobre xogos da Comunidade		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Valora o impacto das súas accións na convivencia		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticas, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participa nas actividades que se podan realizar na contorna e aplicando normas de seguridade		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible.

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

UD	Título da UD	Duración
10	Fútbol	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Resuelve situacións de xogo utilizando o elemento técnico correspondente	TI	100
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Realiza correctamente os xestos técnicos do deporte		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.

Contidos

- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
- Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
- Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Partindo da base de que o alumnado é o artífice das aprendizaxes producidas ao longo do curso, o docente adopta o papel de guía e promotor das mesmas, incentivando aos rapaces e rapazas a tomar iniciativas en base á conexión de coñecementos previos e de nova adquisición.

A progresión das metodoloxías empregadas variará dende o mando directo para actividades máis técnicas (por exemplo as actividades ximnásticas e todas aquelas na que a seguridade é o criterio principal) ata a autoxestión das tarefas canalizadas a través do *laisser-faire* (actividades máis creativas).

No medio atoparemos a maioría de actividades rexidas a través do descubrimento guiado, no cal induciremos determinadas condutas que levarán ao alumno/a ata o contido final.

O tipo de tarefa empregado variará co contido a desenvolver, intentando que predominen as tarefas grupais e colaborativas de carácter global, aínda que certas habilidades requirirán de tarefas máis analíticas e pechadas.

A organización da sesión responderá en xeral á estrutura básica da materia, que consiste nunha explicación dos contidos a desenvolver ese día, quencemento, parte principal, estiramientos finais e aseo.

Haberá algunhas sesións anecdóticas na aula nalgúns niveis, pero a maioría terán lugar no pavillón. As sesións teóricas virán cumprimentadas cun pequeno traballo relativo ao contido das mesmas e coa búsqueda activa de información, visionado de vídeos, pequenas charlas, exames, etc.

O establecemento de rutinas de quencemento e estiramientos resultarán claves para o aproveitamento do tempo da sesión.

Para cambiarse a camiseta utilizaremos o ximnasio, turnando os chicos e as chicas de xeito alternativo.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación

Recursos humanos:

¿ O alumno/a e a súa experiencia (motricidade, expresión, creatividade, vivencias previas).

¿ O docente coa súa formación/explicacións/experiencia.

Instalacións:

¿ Aula/ximnasio

¿ Aula de informática

- ¿ Biblioteca
- ¿ Pistas exteriores
- Material didáctico:
 - ¿ Caderno de Educación Física, fichas, guiones de traballos, material de ampliación.
 - ¿ Ordenadores, canón, posters, pizarra.
 - ¿ Material deportivo variado, funxible e non funxible.
 - ¿ Material non convencional, reciclado, alternativo...
 - ¿ Soportes musicais e pantallas.
 - ¿ Material proporcionado polo monitorado específico das saídas e actividades extraescolares.
 - ¿ Material en préstamo.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial realizarase no pavillón e durará 5 sesións. Estas sesións coinciden coa unidade didáctica 1 de xogos coordinativos onde mentres se valora os apartados mais actitudinais de cara á nota do primeiro trimestre o profesor valorará o nivel inicial do alumnado.

Estas probas de avaliación inicial serán a través de xogos onde traballaremos as diferentes capacidades físicas e a coordinación óculo manual e óculo pé.

Unha vez finalizada a avaliación inicial falarase coa orientadora para facer as adaptacións necesarias.

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
Peso UD/ Tipo Ins.	3	17	10	3	13	13	7	13	7	14
Proba escrita	0	65	0	0	0	0	0	0	0	0
Táboa de indicadores	100	35	100	100	100	100	100	100	100	100

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Proba escrita	11
Táboa de indicadores	89

Criterios de cualificación:

Aplicarase rúbricas de avaliación para cada criterio de avaliación nas diferentes unidades didácticas. Ditas rúbricas poden ser pedidas ao profesor.

Nos traballos, penalizarase o retraso nas entregas durante o primeiro trimestre non permitindo entregas fora de prazo a partir do segundo trimestre.

A porcentaxe de avaliación na recuperación dependerá dos contidos menos obtidos repartindo o 100% entre un exame/traballo e una proba práctica

No xeito de non dar tempo a realizar algunha unidade didáctica a porcentaxe da nota pasará á unidade didáctica similar ou á unidade didáctica onde mais tempo se dedicou.

Na parte actitudinal, o alumnado parte coa máxima nota e vai perdendo puntos por falta de actitude, mala conduta, pasividade nas actividades ou falta de asistencia non xustificada. O alumnado que perda toda a puntuación nesta parte nunha unidade didáctica acumula faltas para a seguinte unidade. Un alumno/a que non alcance un 40% na parte actitudinal e nos criterios mínimos de actitude e participación durante un trimestre terá a materia suspensa nese trimestre. A recuperación dun trimestre por motivos exclusivamente actitudinais poderá darse alcanzando un mínimo de 80% na parte actitudinal no seguinte trimestre. No xeito de suspender o terceiro trimestre por motivos actitudinais o alumno acudirá á avaliación extraordinaria.

Criterios de recuperación:

Ao comezo do segundo e terceiro trimestre o alumnado terá o dereito a facer unha proba de recuperación para aprobar os trimestres suspensos. Dita proba estará formada por un exame, traballo ou proba práctica en función dos contidos mais relevantes do trimestre. Os criterios de cualificación estarán en base dos mínimos.

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

ALUMNADO CON TRIMESTRES SUSPENSOS NO CURSO E AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA

Ao comezo do segundo e terceiro trimestre o alumnado terá acceso a unha proba teórica/práctica ou entrega de traballo (en función dos contidos suspensos polo alumnado) para recuperar o trimestre anterior.

No xeito de ter suspensa a materia ao final do terceiro trimestre (considérase estar suspenso se hai algún trimestre suspenso) o alumno/a terá que acudir a avaliación extraordinaria. A nota final será a media dos tres trimestres (modificándose a nota do trimestre suspenso pola nota obtida na proba de recuperación, sendo esta un 5 máximo no xeito de recuperar o trimestre).

Esta avaliación extraordinaria estará formada por una proba práctica onde se avaliará os mínimos elixindo o profesor os contidos dos ollados no curso, e, a entrega dun traballo ou exame para recuperar os contidos máis teóricos (elixindo o profesor en función do xeito que considere máis correcto en base ás características do alumnado).

ALUMNADO COA MATERIA PENDENTE DOUTRO ANO

Para a súa recuperación, o alumno disporá de dúas vías:

A. Exame teórico e práctico en maio. Esta posibilidade sempre estará dispoñible para o alumno. A opción B é un intento de facilitar a recuperación sen afrontar toda a materia xunta e coa posibilidade de ter un seguimento e axuda por parte da profesora da materia.

B. Realización de traballos teórico-prácticos nos seguintes prazos, a saber:

-> Decembro: Exame teórico sobre o calentamento e a condición física, e, a realización dunha proba técnica de bádminton

-> Febreiro/marzo: Entrega dun traballo sobre deporte adaptado e a realización dunha proba técnica de floorball

-> Abril: Entrega dun traballo sobre os xogos populares de Galicia e a realización dunha proba técnica de voleibol

É necesario aprobar todos os "trimestres" nesta proba B. Isto consiste en obter un mínimo de 5 entre o exame/traballo e a proba técnica, cun mínimo dun 3 en cada proba. A nota final será a media dos trimestres

6. Medidas de atención á diversidade

Unha vez realizada a avaliación inicial no centro, en colaboración co titor/a e o departamento de orientación, realizaranse as seguintes adaptacións:

Adaptacións significativas ou extraordinarias: para alumnado con NEE, realizaranse adaptacións significativas do currículum, para poñer ao seu alcance os estándares de aprendizaxe, e para garantir que acade os criterios

mínimos para a promoción.

Alumnado de NEE con carencias importantes:

- Lesións, enfermidades ou patoloxías de longa duración: rexistro escrito e cotián das sesións, tanto dos contidos impartidos como das tarefas propostas ou a entrega dun traballo sobre os contidos. No caso de patoloxías crónicas, o alumno/a realizará as mesmas tarefas con adecuación se é necesario ás súas condicións (asma: indispensable broncodilatador na sesión).
- Carencias/alteracións sensoriais ou psíquicas: previa certificación médica, o alumno/a terá unha adaptación específica das metodoloxías didácticas para adecuarse á súa principal vía de receptividade da información.

Alumnado con altas capacidades (físicas, intelectuais, etc): propostas de ampliación da materia e reasignación de roles na aula, cun papel preponderante den de o cal poderá aportar e enriquecer aos compañeiros/as.

Para o alumnado que non poidan facer á práctica dalgún contido do curso modificarase a avaliación. Esta modificación poderá ser a recollida por escrito das sesións contestando ás preguntas feitas polo profesor, a realización do rol de árbitro ou avaliador externo/axudante, ou, a entrega dun traballo sobre contidos relacionados coa unidade didáctica.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Respecto aos compañeiros/as e a o material	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.2 - Coidado e hixiene corporal	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.3 - Participación nas actividades	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9	UD 10
ET.1 - Respecto aos compañeiros/as e a o material	X	X
ET.2 - Coidado e hixiene corporal	X	X
ET.3 - Participación nas actividades	X	X

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Rutas de sendeirismo	Fomento de rutas na contorna a través de contidos de orientación nos cursos. Busca que o alumnado realice estas actividades de xeito individual o coa familia ou amigos/as e durante as clases co profesor			
Xornadas acuáticas en Ares	Actividade acuática no peirao de Ares para facer Paddle surf e vela lixeira ao final do curso			

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Pequenas saídas na contorna	O obxectivo destas actividades e coñecer a contorna e propoñer rutas para facer coa familia e amigos			
Cursos de tenis	Propóñese ao centro o contacto coa empresa de tenis coa que o profesor colabora nas clases (deíxanos material deportivo de tenis) para ofrecer ao alumnado cursos polas tardes gratuitos de tenis no centro educativo			
Campionatos deportivos nos recreos	Desde 1º bach fomentárase os torneos deportivos nos recreos onde o alumnado do IES Mugar dos podrá participar nestes torneos durante todo o curso			
Remo e Remo-ergómetro	Actividade co club do mar de Mugar dos. Consta de dous sesións co remo-ergómetro en novembro e unha sesión con saída na ría en xuño			
Xornadas de remo en Mugar dos	Actividade de remo no peirao de Mugar dos co Club do Mar de Mugar dos			

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

Indicadores de logro
Cumprimento dos obxectivos propostos
Desenvolvemento dos contidos escollidos de cara a acadar as competencias clave
Adecuación e especificidade das metodoloxías e recursos empregados
Pertinencia dos criterios e instrumentos de avaliación
Atención á diversidade
Comunicación da información
Materiais e recursos didácticos
Actividades extraescolares e complementarias

Descrición:

Valoraranse estes puntos:

1. Cumprir cos obxectivos propostos na programación
2. Desenvolver os contidos marcados respectando o tempo e a súa impartición
3. Adecuar as metodoloxías e os recursos ás características do alumnado para o seu beneficio
4. Utilizar adecuadamente os instrumentos de avaliación asegurando que sexan válidos e fiables
5. Respetar e coidar ao alumnado con atención á diversidade para darlles unha correcta educación
6. Utilizar canles adecuados de información
7. Actualizar e crear novos materiais didácticos para fomentar e facilitar a aprendizaxe
8. Fomentar e aumentar a cantidade de actividades extraescolares e complementarias no centro

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O xefe de departamento revisará a programación e o seu cumprimento durante todo o curso marcando datas mensuais para este proceso

9. Outros apartados