

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	2º 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	14
4.2. Materiais e recursos didácticos	15
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	15
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	15
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	16
6. Medidas de atención á diversidade	17
7.1. Concreción dos elementos transversais	17
7.2. Actividades complementarias	18
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	18
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	19
9. Outros apartados	19

1. Introducción

A presente programación do departamento de Educación Física tenta adecuarse ás características do IES Mugarbos, situado na comarca de Ferrolterra e integrado no contexto dun pobo mariñeiro con alumnado dos concellos de Ares e Mugarbos, 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. Estes cursos ven recollidos en base á LOMLOE (Lei Orgánica 3/2020, de 29 de Decembro, pola que se modifica a LOE de 2006).

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 facer a avaliación inicial e mellorar a relación entre o alumnado. Traballo coordinativo óculo manual e óculo pédico	3	5	X		
2	Condición física	Coñecemento da anatomía e os estiramientos para mellorar a saúde. Valoración das capacidades físicas a través de test	20	11	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
3	Baloncesto	Traballo das diferentes técnicas e desenvolvemento da toma de decisións en situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	10	9	X		
4	Habilidades ximnásticas	Coñecemento e práctica de diferentes xiros co corpo. A voltereta hacia diante e hacia atrás, a roda lateral e a rondada	17	8		X	
5	Kinball	Traballo das diferentes técnicas e desenvolvemento da toma de decisións en situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	7	7		X	
6	Ultimate	Traballo das diferentes técnicas e desenvolvemento da toma de decisións en situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	10	8		X	
7	Atletismo	Coñecemento e práctica das diferentes modalidades do atletismo. Traballo específico da técnica de salto de altura Coñecemento da historia do deporte	13	7			X
8	Balonmán	Traballo das diferentes técnicas e desenvolvemento da toma de decisións en situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	10	9			X
9	Orientación	Coñecemento da normativa nas carreiras de orientación Traballo cos mapas (escala, lendas, etc)	10	6			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Xogos coordinativos	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.7 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade vinculados ás devanditas manifestacións.	Resolve os conflitos utilizando o diálogo non aplicando actuacións discriminatorias	TI	100
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 e de forma continuada nas actividades		

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"> - Análise crítica dos estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz e dos 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 e o deporte como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social, superación persoal e medio para previr trastornos alimentarios. - Reflexión sobre actitudes negativas cara á actividade física derivadas de ideas preconcebidas, prexuízos, estereotipos ou experiencias negativas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e da capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
2	Condición física	11

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - 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.	Proba sobre os diferentes músculos do corpo, as súas funcións e os métodos de estiramento para a volta á calma	PE	60
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.	Proba sobre os osos e músculos do corpo utilizando aplicación dixital para o seu coñecemento e o recoñecemento dos mesmos na actividade física		
CA1.1 - Establecer e organizar 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.	Obtención duns mínimos nas probas físicas de condición física para traballar hacia o concepto integral de saúde respectando os niveis iniciais		
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.	Participa de xeito continuado e responsable na prevención de lesións na práctica e despois dela na volta á calma	TI	40
CA1.4 - Analizar 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.	Aplica as consecuencias que pode ter un mal comportamento na práctica na convivencia do grupo		

Criterios 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		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo situacións de risco para actuar preventivamente.	Participa de xeito continuado e responsable na prevención de lesións na práctica e despois dela na volta á calma		
CA2.2 - Coñecer e actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física, aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Aplica protocolos de intervención ante accidentes según as instrucións marcadas polo profesor		
CA2.6 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica das actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Aplica as normas de seguridade marcadas ao comezo da unidade didáctica		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando o volume e a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable e valor nutricional dos alimentos. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Traballo compensatorio da musculatura postural. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica de 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: <ul style="list-style-type: none"> - 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. <ul style="list-style-type: none"> - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer), protocolo 112 e soporte vital básico (SVB).

UD	Título da UD	Duración
3	Baloncesto	9

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Participa de xeito activo e non crea conflitos na aula	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 do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o houberse) 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		

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. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: <ul style="list-style-type: none"> - Establecemento de mecanismos de autoavaliación para reconducir os procesos de traballo. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, do contexto e dos parámetros espaciais en 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. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil. - 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.

Contidos
- Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.

UD	Título da UD	Duración
4	Habilidades ximnásticas	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Realiza de xeito individual un mínimo de accións motrices determinadas polo profesor establecendo medidas e estratexias para autovaliarse e mellorar as accións	TI	100
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.	Respecta aos compañeiros/as, profesor e material mostrando un compromiso activo fronte a situacións de discriminación na clase		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participa de xeito activo nas actividades		
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.	Realiza as execucións grupais con autonomía favorecendo o avance do grupo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas de interpretación. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural. - Influencia do deporte na cultura actual: o deporte como fenómeno de masas, impacto social, aspectos positivos e negativos.

UD	Título da UD	Duración
5	Kinball	7

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 do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o 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
CA3.5 - 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.	Participa de xeito activo nas actividades individuais ou grupais		
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.	Respecta tanto aos compañeiros/as, profesor coma o material		

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, do contexto e dos parámetros espaciais en 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
<ul style="list-style-type: none"> - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil. - 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. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e da 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
6	Ultimate	8

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.	Realiza unha búsqueda dixital sobre deportes alternativos	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 do compañeiro ou da compañeira e da persoa opoñente (se o 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		
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.	Participa de xeito activo e respecta aos compañeiros/as evitando estereotipos e comportamentos sexistas		

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, do contexto e dos parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - 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. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil. - 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. - Respecto ás regras: as regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
7	Atletismo	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - 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.	Realiza unha búsqueda de información dixital sobre o atletismo	TI	100
CA2.5 - 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.	Participa de xeito activo na clase e respecta aos compañeiros/as, profesor e material		
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. O salto de altura		

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. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.

Contidos

- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.

UD	Título da UD	Duración
8	Balonmán	9

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	TI	100
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 respecta aos compañeiros/as		

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

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 da 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.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego, análise crítica.
- Igualdade de xénero nas profesións asociadas ao deporte.

UD	Título da UD	Duración
9	Orientación	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Proba escrita que recolle as medidas de seguridade no medio natural, os mapas e as carreiras de orientación e o seu impacto na convivencia e na sociedade	PE	98
CA6.2 - Analizar 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.	Proba escrita que recolle as medidas de seguridade no medio natural, os mapas e as carreiras de orientación e o seu impacto na convivencia e na sociedade		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participa de xeito activo nas actividades na contorna durante o curso	TI	2
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participa de xeito activo nas actividades na contorna durante o curso		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns e actitude crítica ante elementos da contorna que supoñan obstáculos á accesibilidade universal e á mobilidade activa, autónoma, saudable e segura. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Novos espazos e prácticas deportivas. - Utilización de espazos urbanos e naturais desde a motricidade. - 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. - Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

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 de condición física e todas aquelas na que a seguridade é o criterio principal) ou resolución de problemas para enfatizar a súa autonomía. Tamén atoparemos a maioría de actividades rexidas a través do

descubrimiento guiado, no cal induciremos determinadas conductas 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 alterno.

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	3	20	10	17	7	10	13	10	10	100
Proba escrita	0	60	0	0	0	0	0	0	98	22
Táboa de indicadores	100	40	100	100	100	100	100	100	2	78

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).

A nota final do curso será a obtida nesta última proba de avaliación extraordinaria. No caso de suspendela o alumno/a terá a materia suspensa de cara ao próximo curso.

O alumnado que teña todas as avaliacións aprobadas en xuño non realizará a proba de avaliación extraordinaria.

No xeito de non poder impartir todas as unidades didácticas nun trimestre, a nota do trimestre será a media das demais unidades didácticas sen contar coa non impartida, podendo modificar os demais porcentaxes se a cantidade de sesións utilizadas foron maiores nalgúns contidos. Esta unidade non ollada poderá ser incluída no seguinte trimestre se o calendario o permite podendo modificar os porcentaxes do trimestre para incluíla (se o profesor considera que existe tempo no trimestre para impartir a unidade didáctica).

ALUMNADO COA MATERIA PENDENTE

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
ET.1 - Respecto aos compañeiros/as e a o material	X
ET.2 - Coidado e hixiene corporal	

	UD 9
ET.3 - Participación nas actividades	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			X
Xornadas acuáticas en Ares	Actividade acuática no peirao de Ares para facer Paddle surf e vela lixeira ao final do curso			X
Pequenas saídas na contorna	O obxectivo destas actividades e coñecer a contorna e propoñer rutas para facer coa familia e amigos			X
Cursos de tenis	Propóñese ao centro o contacto coa empresa de tenis coa que o profesor colabora nas clases (deixanos material deportivo de tenis) para ofrecer ao alumnado cursos polas tardes gratuitos de tenis no centro educativo	X	X	X
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	X	X	X
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	X		
Xornadas de remo en Mugar dos	Actividade de remo no peirao de Mugar dos co Club do Mar de Mugar dos			X
Reto Strava. A volta ao mundo nun curso	Proxecto de centro para o fomento da vida saudable no seu tempo de lecer	X	X	X

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
Cumprimento dos obxectivos propostos
Desenvolvemento dos contidos escollidos de cara a acadar as competencias clave
Pertinencia dos criterios e instrumentos de avaliación

Metodoloxía empregada
Adecuación e especificidade das metodoloxías e recursos empregados
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Comunicación da información
Materiais e recursos didácticos
Medidas de atención á diversidade
Atención á diversidade
Outros
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