

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	4º 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
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 practica 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 de exercicios para o desenvolvemento das capacidades físicas, especialmente a forza Valoración das capacidades físicas a través	20	12	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
2	Condición física	de test	20	12	X		
3	Ultimate	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	Beisbol	Traballo da técnica de golpeo e situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	10	8		X	
5	Orientación	Creación de carreiras de orientación aplicando técnicas para o desenvolvemento no medio natural	10	7		X	
6	Xogos populares	Coñecemento de xogos populares doutros países	7	3		X	
7	Balónmán	Traballo das diferentes técnicas e desenvolvemento da toma de decisións en situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	7	5		X	
8	Orientación	Utilización de aplicacións dixitais para o percorrido de rutas na contorna	10	4			X
9	Fútbol	Traballo das diferentes técnicas e desenvolvemento da toma de decisións en situacións de xogo aplicando as regras e tácticas do deporte	13	10			X
10	Primeiros auxilios	Coñecemento dos diferentes protocolos de actuación ante accidentes a través da dramatización	10	7			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Xogos coordinativos	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente asumindo responsabilidades na organización nunha gran variedade de actividades motrices, valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participa de xeito activo	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía, facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia e facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Relacionase cos compañeiros/as participando nas actividades grupais e colaborando xuntos		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Respectar aos compañeiros/as adoptando posturas contra o sexismo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Capacidades volitivas e de superación. - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e actividade física. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: igualdade no acceso ao deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Exemplos de deportistas de Galicia de distintos sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
2	Condición física	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar e autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Realización de test para valorar as capacidades físicas	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autoavaliación, autorregulación e 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.	Deseño dun traballo que recolla actividades para o desenvolvemento da forza		
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, do xénero e da diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Respectar aos compañeiros/as adoptando actitudes que rexeiten estereotipos		
CA1.4 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Deseño dun traballo que recolla actividades para o desenvolvemento da forza		
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Deseño dun traballo que recolla actividades para o desenvolvemento da forza		

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"> - Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico. - Autoavaliación das capacidades físicas (como requisito previo á planificación): probas de valoración. - Autorregulación e planificación do adestramento. - Alimentación saudable. - Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prácticas insás perigosas, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física. - Reflexión crítica sobre a importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Suplementación e dopaxe no deporte. - Riscos e condicionantes éticos. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición.

Contidos

- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e nas redes sociais.
- Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.
- Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.
- Capacidades condicionais, planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia):
- Sistemas de adestramento.

UD	Título da UD	Duración
3	Ultimate	9

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Resolve os conflitos utilizando o diálogo non aplicando actuacións discriminatorias	TI	100
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Realiza correctamente e con precisión os xestos técnicos do deporte		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Participar de xeito activo nas actividades		

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

Contidos

- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
 - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
 - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.
 - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.

Contidos

- Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.
- Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
4	Beisbol	8

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Resolve os conflitos utilizando o diálogo non aplicando actuacións discriminatorias	TI	100
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Participa de xeito autónomo nas actividades		

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

Contidos

- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
5	Orientación	7

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

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 e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Organiza e expoñe o seu deseño de carreira de orientación á clase	TI	100
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Valora os riscos da actividade elaborada e asegura o deseño para evitar accidentes		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participa asumindo o rol dentro do grupo na exposición da carreira e		
CA6.3 - Diseñar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Deseña unha carreira de orientación en grupo pola contorna		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles. - Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Novos espazos e prácticas deportivas urbanas. - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade. - Deseño e organización de actividades físicas no medio natural e urbano. - Coidado da contorna próxima, como servizo á comunidade, durante a práctica de actividade física.

UD	Título da UD	Duración
6	Xogos populares	3

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Identificar e contextualizar a influencia social do deporte nas sociedades actuais, valorando as súas orixes, evolución, distintas manifestacións e intereses económico-políticos, practicando diversas modalidades relacionadas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Realiza unha búsqueda de información sobre os xogos populares doutro país para analizar a orixe, evolución e manifestación cultural dos xogos no mundo	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os deportes como sinal de identidade cultural. - Influencia do deporte na sociedade actual en diferentes contextos: xeográfico, cultural, político, económico...

UD	Título da UD	Duración
7	Balonmán	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Realiza correctamente os xestos técnicos do deporte	TI	100
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Participa de xeito autónomo nas actividades		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
8	Orientación	4

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Deseña e realiza unha ruta de sendeirismo en Galicia rexistrando o percorrido e detallando o camiño a través de aplicacións dixitais	TI	100
CA3.1 - Planificar, desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Deseña e realiza unha ruta de sendeirismo en Galicia rexistrando o percorrido e detallando o camiño a través de aplicacións dixitais		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Planificación e autorregulación de proxectos motores: <ul style="list-style-type: none"> - Establecemento de mecanismos para rexistrar e controlar as achegas realizadas polos integrantes do grupo ao longo dun proxecto. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns.

UD	Título da UD	Duración
9	Fútbol	10

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución 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 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Realiza correctamente os xestos técnicos do deporte		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Participa de xeito autónomo nas actividades		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: - Procura de adaptacións motrices para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices nun contexto de práctica: integración do esquema corporal e toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: profundización, execución, identificación e corrección dos erros máis comúns. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
10	Primeiros auxilios	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Expoñe cunha demostración práctica a execución do protocolo expuesto		
CA2.3 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Expoñe a causa dos accidentes seleccionados e os protocolos a aplicar	TI	100
CA2.4 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participa nas actividades de dramatización en grupo elaborando situacións reais sobre accidentes		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.5 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Desenvolve un documento sobre primeiros auxilios en parella		
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Participa nas actividades de dramatización en grupo elaborando situacións reais sobre accidentes		

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 e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización. - Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais, medidas colectivas de seguridade. - Actuacións críticas ante accidentes: <ul style="list-style-type: none"> - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo. - Organización de espectáculos e eventos artístico-expresivos.

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 descubrimento 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	UD 10
Peso UD/ Tipo Ins.	3	20	10	10	10	7	7	10	13	10
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Táboa de indicadores	100

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.

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).

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 currículumm, 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 modificárase 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	
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	
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			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	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 de 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