

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
27003151	IES Lama das Quendas	Chantada	2023/2024

Área/materia/ámbito

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

Réxime

Réxime xeral-ordinario

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	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	17
4.2. Materiais e recursos didácticos	18
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	19
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	19
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	20
6. Medidas de atención á diversidade	21
7.1. Concreción dos elementos transversais	21
7.2. Actividades complementarias	22
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	23
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	24
9. Outros apartados	24

1. Introducción

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

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

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

A Programación Didáctica consta de 6 Unidades Didácticas. Estas unidades didácticas tratan de cumprir os aspectos preceptivos do currículo, pero haberá que ter en conta a enorme amplitude e disparidade de actividades, deportes, formas xogadas e exercicios cos que se pode acadar un mesmo obxectivo.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

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

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

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Preparación física básica. Compoñentes do entrenamiento deportivo	Esta unidade didáctica trata de sintetizar os contidos máis básicos relacionados coa preparación física, propia ou de outra persoa. Busca presentar tamén as diversas	25	30	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Preparación física básica. Compoñentes do entrenamiento deportivo	adaptacións fisiolóxicas que se dan no corpo cando se somete a un exercicio ou actividade física de diversa magnitude. O SGA e o principio de supercompensación. A periodización do entrenamiento deportivo. Tabla evolutiva das capacidades físicas básicas. As vías enerxéticas e a súa utilización na práctica deportiva	25	30	X		
2	Primeiros auxilios. Aprendendo a salvar vidas	Xeneralidades dos primeiros auxilios. Fisioloxía básica do corazón. RCP. O uso do DESA. Atragantamentos, hemorraxias e alteracións térmicas (actuacións ante diversas situacións derivadas). A PLS, cando utilízala, descripción da técnica e posta en práctica. Queimaduras (regla do 9, actuacións ante queimaduras de diversa gravidade)	10	12	X		
3	Os deportes colectivos; deportes con invasión de campo e modalidades con separación espacial por unha rede	Dentro das moitas posibilidades e modalidades deportivas que existen, traballaremos aquelas máis populares que cumpren as características de ser un deporte colectivo. Buscaremos ter un coñecemento básico do regulamento deses deportes, así coma un dominio tec/tac imprescindible para traballar situacións de ataque- defensa, poñer en práctica as estratexias e esquemas de xogo máis coñecidas e resolver na praxis as diversas situacións que nos plantexan os compañeiros e adversarios	15	13		X	
4	Deportes individuais. A natación	Desenrolo de habilidades técnicas e coordinativas propias dun deporte individual no medio acuático. Traballo da condición física xeral. Iniciación (según nivel de partida) e/ ou perfeccionamento (Según nivel de partida) dos diversos estilos da natación (Crawl, braza, espalda e mariposa). Saídas e viraxes propias dos diferentes estilos	25	26		X	
5	Xogos e deportes populares. Xogos e deportes adaptados. Iniciación as habilidades atléticas	Diferenzas entre popular e tradicional. Repaso dos xogos populares e/ ou tradicionais máis relevantes do noso eido. O deporte adaptado. Taxonomías das diversas discapacidades e deficiencias. O deporte paralímpico. Práctica dalgunha das modalidades máis coñecidas dos deportes adaptados usando material convencional e ou propio da modalidade. Modalidades deportivas individuais e colectivas. Especialidades atléticas de lanzamentos e carreira con relevos	15	14			X
6	Orientación no medio natural. Actividades rítmicas e de benestar corporal	Repaso de conceptos básicos relacionados co mapa (escala, simboloxía, orientación con respecto ao norte). O compás (partes e	10	10			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
6	Orientación no medio natural. Actividades rítmicas e de benestar corporal	como usalo en combinación co mapa). Trazar un rumbo e seguilo. Carreira de orientación no medio natural da contorna do instituto. A expresión corporal e a linguaxe non verbal. Reiki no medio natural como elemento para relaxarnos	10	10			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Preparación física básica. Compoñentes do entrenamiento deportivo	30

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1.1. - Coñecer conceptos básicos relacionados coa preparación física e o entrenamiento deportivo	Coñecer e entender o SGA e o principio da supercompensación. A ley do umbral e a axeitada distribución temporal dos estímulos de entrenamiento. Os ciclos da preparación física, ordeados de maior a menor.	PE	40
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Coñecer exercicios apropiados que permitan facer un quencemento específico autónomo en función da actividade física que voa a realizar posteriormente. Dominar o principio de alternancia de esforzos		
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Respectar e coñecer o propio corpo e o dos demais, entendendo que existen diversas tipoloxías e biotipos, así coma diversos niveis de condición física		
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	Saber interpretar unha táboa básica de planificación deportiva. O uso do pulsómetro, datos básicos que aporta para a planificación deportiva	TI	60
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer a musculatura agonista e antagonista básica que intervéñen nas actividades físicas que se realizan, así como o estiramento axeitado para cada músculo como unha medida fundamental na prevención de lesións		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Realizar unha planificación básica para mellorar unha capacidade básica elixida polo alumno/a		
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Saber de maneira clara cal é a capacidade física básica que intervéen de xeito predominante na actividade física que se está a realizar, coñecendo cal é o método de entrenamiento específico para millorala		
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Demostrar unha actitude implicada e positiva en relación a mellora da condición física persoal		
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Coñecer de maneira básica a evolución do entrenamiento deportivo en homes e mulleres, chegando ao seu estado actual nas sociedades desenroladas		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar de xeito activo en actividades deportivas organizadas na contorna próxima		
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración.

Contidos

- Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal.
- Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados.
- Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia.
- Sistemas de adestramento.
- Profesións vinculadas á actividade física e á saúde.
- Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais.
- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.
- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Saúde social.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.
- Saúde mental.
- Trastornos vinculados coa imaxe corporal.
- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.
- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Saídas profesionais no ámbito deportivo.
- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sostible en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.
- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.
- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

UD	Título da UD	Duración
2	Primeiros auxilios. Aprendendo a salvar vidas	12

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	Coñecer posibles lesións derivadas da práctica deportiva e o protocolo de actuación de primeiros auxilios procedente. A fisioloxía básica do corazón en relación coa fibrilación ventricular e as arritmias.	PE	40
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Recoñecer e superar os estereotipos de xénero asociados a actividade a realizar	TI	60
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Realización de maneira individual das manobras básicas que marca o protocolo da RCP no caso de atoparnos cunha persoa en parada cardio-respiratoria. Exploración, manobra ver-oir-sentir, masaxe cardíaco durante 3 minutos e colocación e uso do DESA (cun torso ou maniquí de RCP)		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Realización por parellas das manobras que marca o protocolo da RCP no caso de atoparnos cunha persoa en parada cardio-respiratoria. Actuación con dous socorristas. Exploración, manobra ver-oir-sentir, masaxe cardíaco alternando co compañeiro/a e uso combinado do DESA (cun maniquí de RCP)		
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Coñecer o que é unha cidade ou pobo cardioprotexido e o protocolo básico do uso dos DESAS instalados		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación.

Contidos

- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.
- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.
- Saúde mental.
- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.
- Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Protocolos ante alertas escolares.
- Actuacións críticas ante accidentes.
- Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer.
- Desprazamentos e transporte de accidentados.
- 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).
- Contido básico de caixa de primeiros auxilios.
- Toma de decisións.
- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.
- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.

UD	Título da UD	Duración
3	Os deportes colectivos; deportes con invasión de campo e modalidades con separación espacial por unha rede	13

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Realizar de xeito autónomo un quencemento específico según a catividade posterior a realizar e o rol que se vai a desenvolver		
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Usar patróns motores individuais e colectivos, xa adquiridos en cursos anteriores polo traballo feito nas clases		
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar cos compañeiro/as que mostren un nivel máis baixo de execución, asumindo roles cooperativos sempre que se necesite		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Manifestar unha certa creatividade para resolver situacións deportivas que poidan xurdir, usando elementos técnicos previamente adquiridos		
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Coñecer os sistemas básicos de ataque e defensa. Ser capaz de ocupar unha posición axeitada no campo en función do rol que se está a desenvolver	TI	100
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Ser capaz de recoñecer a influencia positiva ou negativa que teñen os distintos niveis de condición física na realización de aspectos técnicos individuais, así como a capacidade física maiormente involucrada nos diversas execución dos exercicios		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Resolver de maneira cooperativa situacións tácticas prantexadas, relacionadas coas situacións tácticas e derivadas do concepto de oposición deportiva		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	ser capaz de comunicarse cos compañeiros de maneira positiva, usando linguaxe verbal e corporal no eido deportivo		
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	ser capaz de prantexar de maneira simple un esquema organizativo dun torneo a nivel escolar		
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para prever e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Coñecer a potencialidade dos espazos non convencionais como medio de organización e práctica deportiva		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Sistemas de adestramento. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional. - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Toma de decisións. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival. - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles. - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias. - Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Mercado, consumismo e deporte. - Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo. - Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.

UD	Título da UD	Duración
4	Deportes individuais. A natación	26

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Coñecer a descripción técnica dos distintos estilos de natación. Dominar a explicación biomecánica das diversas fases da técnica de cada estilo. Explicar os diversos sistemas de adestramento da natación, coñecendo a implicación do nivel de condición física e a intervención das capacidades físicas	PE	50
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	practicar cun nivel axeitado de eficiencia os diversos estilos de natación, amosando un nivel acorde as capacidades de cada un/a	TI	50
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Mostrar un nivel de implicación elevado para ir progresando pouco a pouco e incrementando o rendemento e desenvolvemento no medio acuático, nos diversos estilos de natación propostos		
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Recoñecer o deporte da natación coma un contido inclusivo, propio tanto de homes coma de mulleres, con independencia de biotipos, relixións ou nivel de rendemento		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Sistemas de adestramento.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Coñecer as características técnicas dos distintos estilos de natación. Descripción biomecánica dos xestos técnicos. Sistemas de adestramento destinados a cada estilo - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.

UD	Título da UD	Duración
5	Xogos e deportes populares. Xogos e deportes adaptados. Iniciación as habilidades atléticas	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Coñecer e dominar conceptos relacionados co deporte, xogos e sociedade. Taxonomias de clasificación. O deporte adaptado como elemento de inclusión social	PE	40
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Coñecer e respectar o meu corpo e o dos demais sin discriminar por cuestións de raza, sexo, vestimenta...	TI	60
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colabora de xeito positivo nos diversos exercicios e actividades propostas, con espírito cooperativo a traballando de xeito positivo		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Practicar de maneira desvolta e cun nivel mínimo de execución os xogos, actividades motrices e deportes minoritarios prantexados		
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Resolver de maneira axeitada propostas motrices que impliquen uso de xestos técnicos sinxelos, así coma situación de cooperación oposición cos compañeiros e /ou adversarios		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Ser capaz de expresarse e comunicarse cos compañeiros/as, de maneira cordial, respetuosa e positiva		
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Recoñecer a influencia ca sociedade exerce sobre os seus individuos en relación coa actividade deportiva (modas, territorialidade, idade e práctica...)		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Ser capaz de recoñecer a contorna próxima coma un espazo de uso para a práctica de actividade físico deportiva, partindo do principio do coidado e do respecto da mesma		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental. - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración. - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. - Medidas para fomentar a igualdade no deporte. - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitrase, persoal técnico, participante, público e outros.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais. - Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes. - Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.

UD	Título da UD	Duración
6	Orientación no medio natural. Actividades rítmicas e de benestar corporal	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Resolver os retos prantexados nunha actividades no medio natural cercano. Orientación co compás, seguir rumbos establecidos e atopar balizas previamente colocadas	TI	100
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Traballar cos compañeiros/as de maneira cooperativa, aportando entrega e esforzo		
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	Recoñecer os Ritmos corporais en conexión coa natureza. A relación dunha técnica corporal de relaxación e a influencia da contorna		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Amosar unha actitude de respecto e coidado hacia o medio natural e a contorna que nos rodea, tratando de minimizar o noso paso pola mesma sen estropear nada		
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	Ser capaz de organizar unha sinxela carreira de orientación e/ ou xogos de pistas no entorno natural próximo empregando materiais propios da orientación na natureza		

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

Contidos

Contidos

- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Análise crítica de estratexias publicitarias.
- Toma de decisións.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.
- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Para a posta en práctica desta programación utilizarase a aula virtual do centro, que ofrece un amplo abanico de posibilidades, permitindo desde algo básico como un repositorio de recursos para o alumnado, ata un uso máis completo como espazo de aprendizaxe (formación en rede que permite ao alumnado interactuar entre si, acceder aos contidos, realizar tarefas e actividades con seguimento do profesorado, tanto na aula presencial como virtual).

Ao longo do curso poderanse levar a cabo diversos tipos de actividades:

Actividades con diferente grao de complexidade, de tal maneira que poidan ser realizadas partindo de distintos niveis. Así mesmo, dependendo do momento de ensinanza-aprendizaxe seleccionaranse Actividades de presentación - motivación, de avaliación de coñecementos previos, de desenvolvemento dos distintos contidos, de consolidación, de síntese - resume, de reforzo e de ampliación.

Propiciar unha aprendizaxe significativa a partir dunhas experiencias previas que permita a transferencia a outras situacións posteriores. Para iso debemos secuenciar as actividades de forma coherente buscando a funcionalidade.

Impulsar as relacións entre iguais fomentando a cooperación coa organización de tarefas estimulantes en grupo, distribuíndo as responsabilidades individuais e evitando calquera tipo de discriminación.

Fomentar a autonomía, a iniciativa persoal, a creatividade, a responsabilidade, a actitude crítica e a competencia de aprender a aprender a través da planificación de programas de actividade física partindo dun estado inicial valorado e tendo en conta os condicionantes do contorno.

Favorecer o desenvolvemento persoal e social a través da actividade física e do deporte buscando actividades significativas e satisfactorias para as persoas.

Fomentar a adquisición de sensibilidade e respecto polo medio natural mantendo unha actitude responsable cara á súa protección a través da realización de actividades na natureza.

Promover a utilización das novas tecnoloxías para informarse, comunicarse e avanzar nos coñecementos propios das ciencias da actividade física e do deporte.

Promover a aprendizaxe desde un punto de vista construtivista, activo, levado a cabo polos propios alumnos e alumnas como principais protagonistas e co persoal docente como guía.

En canto a organización do espazo realizarase potenciando a máxima optimización, (tanto o propio de educación física como o común) adaptando a súa utilización as características do grupo - clase.

Na organización e mantemento do material, terase en conta o respecto ao mesmo e as instalacións.

A organización do tempo, nas clases será de 50, aínda que este tempo verase mermado polos desprazamentos ao pavillón e polos cambios de roupa. Deste xeito, o tempo real de práctica será duns 40 minutos.

Respecto a organización dos grupos, é convinte utilizar distintas modalidades de traballo, indo dende o traballo individual, as parellas, pequenos grupos e pasando por modalidades de traballo por grandes grupos.

En resumo, trataremos de que o alumnado desenvolva as competencias básicas que lle permitan constituírse en persoas autónomas, capaces de aprender por si mesmas, contribuíndo á súa capacidade de tomar decisións responsables sobre cuestións relacionadas coa actividade física e a saúde e a xestión activa do tempo libre.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Balóns de fútbol, baloncesto, voleibol, balonmán.
Pelotas de goma espuma, tenis, volantes de bádminton.
Pelotas de goma espuma, tenis, volantes de bádminton.
Colchonetas, quitamedos.
Colchonetas, quitamedos.
Compás.
Picas, balóns medicinais.
Vallas, discos.
Conos, aros, cordas.
redes de bádminton, voleibol, postes.
Porterías de fútbol. Petos. Chifres e cronómetros.
Infladores de balóns (manual e eléctrico). Encerado.

O material propio do alumnado será:

Roupa deportiva que permita realizar movementos amplos e folgados, preferentemente feitos de materiais que favorezan a transpiración.

Calzado deportivo que se ate mediante cordóns (nunca velcro), que teña un piso que permita unha amortiguación axeitada e protexa as articulacións dos membros inferiores. Se o profesor o solicita, na época de mal tempo, haberá que traer calzado deportivo seco, para poder cambiar aquel que se trae da calle.

- Mochila e utensilios de hixiene

- Caderno para apuntes e realización de actividades escritas, nos casos de que se solicite.

- Bolígrafo, lapis e goma.

O uso da aula virtual e do programa edixgal serán referentes de traballo (contidos teóricos), onde o alumnado atopará os apuntamentos, datas de exames e outras novas relacionadas coa práctica docente.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Farase unha pequena proba práctica (batería de test de condición física) para coñecer o nivel de partida motriz do alumnado. Hai que ter en conta que na materia de educación física este nivel de competencia motriz é xeralmente moi dispar e resulta imprescindible coñecer o punto de partida para poder adaptarse ao grupo, tanto a nivel individual como no funcionamento grupal

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	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	25	10	15	25	15	10	100
Proba escrita	40	40	0	50	40	0	32
Táboa de indicadores	60	60	100	50	60	100	68

Criterios de cualificación:

CONCRECIÓN DOS PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Para todas as unidades terase o seguinte:

Procedemento de Avaliación: Tarefas de clase (traballo na aula en relación as actividades e exercicios propostos, probas de execución práctica de técnicas deportivas e resolución individual e/ou colectiva de situacións motrices relacionadas cos contidos)

Instrumento de Avaliación: Táboa de indicadores.

Peso no total en cada UD:

UD1..... 60%

UD2..... 60%

UD3..... 100%

UD4..... Esta unidade didáctica ten unha complexidade especial. Sempre que se realice de maneira regular a parte práctica (non podera deixar de facerse máis dun 20% de carga horaria da UD, aunque sexa por causa xustificada) , a valoración farase exclusivamente coa taboa de indicadores, contando un 100% da nota. No caso de que exista unha xustificación médica oficial que acredite que a actividade práctica de natación non pode desenvolverse por motivos específicos de saúde, o alumno/a será avaliado de maneira teórica, tendo esta proba de carácter escrito un valor dun 100% da U.D.

UD5..... 60%

UD6.....100%

Preguntas curtas e de desenrolo

Instrumento de avaliación: Proba escrita

peso total en cada UD:

UD1..... 40%

UD2.....40%

UD3.....0%, non hai proba escrita

UD4.....50%. Si o alumno, de maneira xustificada, non pode realizar a parte práctica desta UD, realizará unha proba escrita con este valor porcentual

UD5.....40%

UD6..... 0%, non hai proba escrita

Será necesario acadar a metade do porcentaxe de cada parte para que se faga media entre as dúas partes

CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

A cualificación de cada unha das 3 avaliacións do curso, virá dada pola media ponderada das cualificacións das unidades didácticas impartidas na avaliación. A ponderación establecerase en base aos pesos outorgados a cada unidade didáctica, os cales se poden ver no apartado 3.1 da programación. Así teríase o seguinte:

Primeira avaliación= $(71,42 \times \text{NotaUD1} + 28,57 \times \text{NotaUD2})/100$

Segunda avaliación= $(37,5 \times \text{Nota UD3} + 62,5 \times \text{Nota UD4})/100$

Terceira avaliación= $(60\% \times \text{Nota UD5} + 40\% \times \text{Nota UD6})$

A cualificación final ordinaria da materia virá dada polos pesos das distintas unidades didácticas impartidas no curso. Os pesos outorgados a cada unidade didáctica recóllense no apartado 3.1 da programación.

Avaliación final ordinaria

$(25 \times \text{NotaUD1} + 10 \times \text{NotaUD2} + 15 \times \text{NotaUD3} + 25 \times \text{NotaUD4} + 15 \times \text{NotaUD5} + 10 \times \text{NotaUD6})/100$

No cálculo das cualificacións das distintas avaliacións, cando o resultado non sexa un número enteiro, redondearase ao enteiro superior, se a parte decimal e igual ou superior a 0,5 ou ao enteiro inferior se a parte decimal é menor de 0,5.

No caso de que exista algunha modificación na docencia das unidades que estaban programadas para algunha avaliación, modificarase a maneira de calcular a cualificación da avaliación correspondente. Se ao rematar o curso non se impartira algunha unidade ou algunhas unidades, entón repartiríase equitativamente o peso destas entre as unidades impartidas, e polo tanto, modificaríase a expresión matemática para o cálculo da cualificación final da materia segundo proceda.

Criterios de recuperación:

CONVOCATORIA ORDINARIA

Durante o curso, o alumnado que teña suspensa algunha parte da materia, que lle impida obter unha cualificación mínima de un 5 na avaliación final ordinaria, realizará as correspondentes tarefas e probas de recuperación. Para a cualificación desta avaliación, unha vez realizadas as recuperacións oportunas, manteranse os mesmos pesos das unidades didácticas, indicados na programación, aplicando a mesma expresión matemática recollida nos criterios de cualificación.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

O alumnado que non supere a materia na convocatoria ordinaria, deberá facer unha proba de recuperación que suporá o 100% da nota da convocatoria extraordinaria. Esta proba de recuperación poderá ser dividida en varias partes, que se detallarán ao alumnado por parte do profesorado, cando se lle entreguen as notas da avaliación final ordinaria.

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

Ao longo do curso, ao alumnado de 2º de Bacharelato que teña a materia pendente, entregaráselle unha serie de exercicios de repaso das unidades da materia, que serán devoltos ao xefe ou á xefa de departamento segundo unhas datas establecidas para a súa corrección. Poderá propoñerse a realización dalgún traballo escrito sobre algunha unidade didáctica. No caso de que o profesorado o estime necesario, poderá realizarse un exame na data establecida no calendario de exames de materias pendentes. Non se recollerán exercicios nin traballos fóra da data establecida salvo causas debidamente xustificadas.

O alumnado disporá por escrito de toda a información sobre as ponderacións dos distintos procedementos de avaliación (exames, exercicios, traballos).

No caso de non superar a materia no período ordinario, o alumnado disporá dun exame final extraordinario. Para poder superar a materia neste exame, a cualificación terá que ser igual ou superior a 5, non aplicándose redondeo. Haberá que ter en conta que a asignatura de Educación física non está incluída no currículo de 2º curso de bacharelato

6. Medidas de atención á diversidade

Ao comezo do período lectivo o profesorado realizará unha avaliación inicial do alumnado, que terá por obxecto coñecer as características e a formación previa de cada alumno e de cada alumna, así como as súas capacidades. Tamén sería importante recibir da persoa titora e do departamento de Orientación toda a información dispoñible sobre as características xerais do grupo ou sobre as circunstancias especificamente académicas, ou persoais con incidencia educativa. Esta información poderá proceder:

- Dos informes individualizados de avaliación de cursos anteriores.
- Dos informes ou ditames específicos do alumnado discapacitado ou con necesidades educativas especiais que poida haber no grupo.
- Da experiencia profesional previa.

A partir disto poderanse establecer, se procede, unhas medidas de atención á diversidade como as seguintes:

ALUMNADO CUN RITMO DE APRENDIZAXE MÁIS LENTO, DIFICULTADES COORDINATIVAS E/OU NIVEL FÍSICO MOI BAIXO

- Adaptacións metodolóxicas en canto ao estilo de ensinanza: empregar formas de organizar a clase individualizadas, realización de grupos de nivel naquelas actividades que así o requiran, etc.
- Adaptacións metodolóxicas en canto á técnica de ensinanza: comunicar só os aspectos máis importantes da unidade didáctica, presentar a unidade de forma máis personalizada, procurar deseñar actividades diferentes para traballar un mesmo contido, etc.
- Adaptacións metodolóxicas en canto ás estratexias pedagóxicas: apoio verbal, visual, manual, ampliación do tempo para alcanzar un determinado contido), reforzo permanente dos logros acadados para elevar a autoestima-autoconcepto do alumnado, creación dun clima na aula na que o alumnado non tema expresar as súas dificultades, simplificación das actividades, etc.

ALUMNADO CUN RITMO DE APRENDIZAXE MÁIS RÁPIDO E/OU ALTOS NIVEIS DE CONDICIÓ FÍSICA E DESTEZA MOTRIZ

- Propor actividades de ampliación que lles permitan profundar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.
- Implicar a este alumnado para axudar a compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe.
- Adaptacións curriculares de ampliación ou enriquecemento vertical, que consisten en aumentar a cantidade de contidos para aprender, aumentar a esixencia física (volumen e intensidade) ou o nivel de dificultade motórica.
- Ampliación curricular de enriquecemento horizontal, onde o aumento cuantitativo de contidos queda nun segundo lugar, mentres que prevalece a súa profundidade e a realización de interconexións entre os contidos que se aprenden.

No caso de ser necesarias medidas extraordinarias de atención á diversidade unha vez esgotadas as de carácter ordinario, seguiranse as indicacións establecidas na normativa vixente, coa colaboración do departamento de Orientación do centro, e que estarán recollidas no plan anual do centro de atención á diversidade.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6
ET.1 - Tratamento e fomento da lectura.	X	X	X	X	X	X

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6
ET.2 - Expresión oral e escrita	X	X	X	X	X	X
ET.3 - Competencia dixital.	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Fomento da convivencia no centro.	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Educación emocional e en valores.	X	X	X	X	X	X
ET.6 - Igualdade de xénero.	X	X	X	X	X	X
ET.7 - Fomento do proxecto lingüístico do centro.	X	X	X	X	X	X

Observacións:

TRATAMENTO E FOMENTO DA LECTURA. Desde esta materia, e tendo en conta o Plan lector do centro, intentarase levar a cabo propostas de traballo onde xurdan procesos implicados na competencia lectora. **EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA** Promoverase a resolución das tarefas de clase e elaboración de documentación, utilizando un vocabulario correcto e axeitado, reforzando o vocabulario propio da materia. Tamén se traballarán técnicas de comunicación de ideas, e exposición oral das resolucións dadas a determinadas tarefas por parte do alumnado. **COMPETENCIA DIXITAL** Na materia fomentarse a capacidade do alumnado de poñer en práctica coñecementos, habilidades e actitudes á hora de acceder á información, construír con ela coñecementos propios, expresala e difundila, producindo documentos persoais e utilizando para iso medios dixitais. Esta materia contribuirá tamén ao desenvolvemento do Plan Dixital do centro. **FOMENTO DA CONVIVENCIA NO CENTRO** A través da materia e tendo en conta as Normas de Organización, Funcionamento e Convivencia do centro intentarase contribuír ao labor de concienciación sobre a importancia dunha axeitada convivencia escolar que permita unha mellor relación ensinanza-aprendizaxe. **EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES** Desde esta materia tamén se quere transmitir unha serie de valores ao noso alumnado para que os apliquen á súa vida cotiá (aprender a ser responsable, respectuoso/a, empático/a, ...). **IGUALDADE DE XÉNERO** Intentarase concienciar ao alumnado para que actúe de maneira crítica ante as situacións de desigualdade que perciba no seu contorno e fóra del, e para que recoñeza as relacións interpersoais e sociais desde a natural diversidade de xénero, sexo e orientación sexual, como parte dunha realidade plural e enriquecedora. **FOMENTO DO PROXECTO LINGÜÍSTICO DO CENTRO** Respectarase o establecido no proxecto lingüístico do centro, colaborando nas actividades organizadas para a dinamización da lingua galega.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Recreos activos	Actividades deportivas diversas ao longo do curso, en horario de recreo, no pavillón			
Torneo de fútbol sala	Liga de fútbol sala no recreo, durante o primeiro trimestre, no pavillón			
Xogos populares	Participación e organización de distintos xogos populares galegos, en datas sinaladas			
Torneo de bádminton	Torneo individual e por parellas de bádminton, no segundo trimestre, no pavillón			
Torneo baloncesto	Torneo de 3x3 de baloncesto, no terceiro trimestre, no pavillón			

Observacións:

Non se ten prevista ningunha actividade extraescolar, xa que as que aparecen anteriores fanse en horario lectivo e considéranse complementarias. En todo caso, caso de que xurdira algunha (extraescolar) ao longo do curso, comunicaría-se ao Vicedirector do centro, con suficiente antelación, para iniciar o procedemento para a súa aprobación. Indicaríanse os seguintes datos:

- Título da actividade:
- Descrición da actividade:
- Obxectivos:
- Lugar e data previstos:
- Alumnado destinatario:
- Profesorado acompañante:
- Custe económico:
- Departamento/s colaborador/es:

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
A selección e temporalización de contidos foi axeitada.
As actividades propostas foron variadas e axeitadas para o desenvolvemento dos contidos.
Os criterios de avaliación e cualificación foron claros.
Propostas de mellora.
Metodoloxía empregada
Proporcionouse ao alumnado información sobre o seu progreso e cualificacións.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Os recursos e materiais utilizados foron axeitados.
Medidas de atención á diversidade
As medidas de atención á diversidade foron axeitadas para atender ás necesidades do alumnado
Realizáronse actividades para que o alumnado recuperara as partes non superadas da materia.
Clima de traballo na aula
O ambiente da clase foi axeitado e produtivo.

Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Facilitouse ao alumnado e ás familias o coñecemento dos criterios de avaliación e cualificación.
Existiu coordinación entre o profesorado do departamento.
Existiu coordinación entre o profesorado do departamento.
Outros
O que estivo mal foi.

Descrición:

Ao final de cada período de avaliación ou de cada unidade didáctica, farase unha avaliación da práctica docente mediante unha táboa de cotexo ou unha rúbrica, coas que se poderá obter información ao respecto. Estas táboas poderán ser cubertas tanto polo alumnado como polo profesorado da materia. Nas reunións de departamento analizaranse o resultados desta avaliación da práctica docente.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O profesorado da materia fará un seguimento do cumprimento da programación. Para iso ao finalizar cada unidade didáctica, e través da aplicación PROENS, no apartado de "Seguimento", comprobaranse as datas de inicio e final de cada unidade, a correspondencia entre sesións previstas e realizadas e o grado de cumprimento do programado para a unidade. No caso de detectar problemas realizaranse as propostas de mellora e correccións necesarias.

Nas reunións mensuais do departamento didáctico tratarase sempre como un dos puntos da reunión, o seguimento da programación didáctica.

Antes de rematar o período lectivo, o alumnado fará unha avaliación da actividade docente baseada nos indicadores de logro do apartado 8.1 desta programación.

Do mesmo modo, finalizado o curso, tamén se fará unha avaliación e unha memoria da programación da materia, onde se recollerán os seguintes apartados:

- A.- Porcentaxe do cumprimento da programación.
- B.- Xustificacións da parte da programación non impartida.
- C.- Modificacións introducidas durante o curso en relación coa programación didáctica.
- D.- Motivos das modificacións feitas.
- E.- Propostas de melloras para a programación didáctica do próximo curso.
- F.- Análise dos resultados das avaliacións do alumnado en relación cos cursos anteriores.

9. Outros apartados

1. Distribución temporal dos contidos atendendo a factores externos

Debido as características especiais da asignatura, na que é moi dificultoso levar unha planificación temporal estricte e inmutable, compre dicir que algúns contidos poden ver variada a súa temporalización tal como se reflexa na distribución das Unidades didácticas (punto 3 da programación Proens). Estas variacións poden xurdir pola disposición ou non do material necesario para impartir devanditas UD (no caso da UD de Primeiros auxilios, depéndese de cando se reciba o préstamo do DESA e os torsos de RCP por parte do CEFOR de Lugo, Noutros casos, en actividades que se fan no exterior ou no medio natural, depéndese da meteoroloxía).

De calquer xeito, se existen cambios na distribución temporal, daráse conta dos mesmos no apartado de "seguimento" da programación