

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

## Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36013758	IES Laxeiro	Lalín	2024/2025

## Área/materia/ámbito

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

## Réxime

Réxime de adultos

<b>Contido</b>	<b>Páxina</b>
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	16
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	23
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	23
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	24
9. Outros apartados	25

## 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.

## 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 avaliáveis, 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	Condición física e saúde	Acadar uns niveis mínimos de condición física é imprescindible para ter una boa saúde e calidade de vida. Por iso, a primeira UD dedicarase a repasar os seus	18	18	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición física e saúde	principais métodos de desenvolvemento e avaliación, máis a súa relación coa saúde. Deste modo, as aprendizaxes desta UD serán aplicables ao resto do curso.	18	18	X		
2	Deportes de adversario: Bádminton	Os deportes de adversario son un bo método de traballar actividades de oposición de forma simple. Neste caso, farase a través do bádminton, deporte que no que se inicia o alumnado no primeiro ciclo. Ademais fomentárase o desenvolvemento de habilidades deportivas específicas con implemento dunha forma lúdica a través da competición.	12	12	X		
3	Organización de eventos deportivos	A educación física debe ir máis aló da práctica deportiva. Neste caso, esta UD céntrase no fomento de habilidades sociais e organizativas, dando ferramentas ao alumnado para poder organizar torneos e competicións deportivas.	5	9	X		
4	Deportes colectivos I: Baloncesto	Os deportes colectivos permiten desenvolver a condición física, as habilidades motrices específicas e as relacións sociais a través da colaboración-oposición. Nesta UD aplicarase ao baloncesto (deporte de participación simultánea en campo compartido), a diferenza da UD9	10	10		X	
5	Expresión corporal e habilidades ximnásticas	O desenvolvemento da expresión corporal é un aspecto clave na educación física. Nesta UD, desenvolveranse habilidades ximnásticas para posteriormente aplicarlas á montaxe dunha coreografía musical por grupos.	15	15		X	
6	Planificación de adestramentos para a mellora da condición física e saúde.	Enlazando cos contidos da UD1, nesta UD o alumnado aprenderá como aplicar os métodos de desenvolvemento e avaliación da condición física nun programa de adestramento individualizado. Desta forma, fomentárase a súa autonomía para que poidan ter un estilo de vida activo e saudable fóra do horario lectivo.	5	6		X	
7	Saídas profesionais no ámbito da actividade física e deporte	Nesta UD, visibilizaranse as diferentes opcións formativas que poden seguir no ámbito da actividade física e do deporte, xunto coas súas respectivas saídas laborais.	5	5		X	
8	Deportes alternativos e xogos tradicionais de Galicia	Os deportes alternativos son unha ferramenta moi útil para desenvolver habilidades motrices, a competición e o fair play con propostas novas e lúdicas para o alumnado, ofrecendo alternativas aos deportes convencionais. Xunto a eles, tamén se investigará e vivenciarán xogos tradicionais, como actividades que	10	10			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
8	Deportes alternativos e xogos tradicionais de Galicia	fomentan a trasmisión cultural e do patrimonio galego. Nesta UD, polo tanto, presentaranse outras formas de ocupar o tempo de lecer e de facer actividade física, indo máis aló do 'mainstream'.	10	10			X
9	Deportes colectivos II: Voleibol	Os deportes colectivos permiten desenvolver a condición física, as habilidades motrices específicas e as relacións sociais a través da colaboración-oposición. Nesta UD aplicarase ao voleibol (deporte de participación alternativa en campo dividido), á diferenza da UD7.	10	8			X
10	Actividades físicas na natureza	As actividades físicas na natureza permiten ao alumnado acadar os obxectivos da materia nun novo contexto, visibilizando outros entornos e alternativas de práctica deportiva e fomentando o respecto á natureza	10	12			X

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Condición física e saúde	18

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	25%. Coñecer 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.	PE	55
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.	25%. Incorpora con axuda procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices.	TI	45

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	50%. Actuar ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde.		
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.	25%. Empregar aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais.</li> <li>- Técnicas básicas de descarga postural e relaxación.</li> <li>- Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.</li> <li>- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.</li> <li>- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.</li> <li>- Saúde social.</li> <li>- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.</li> <li>- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.</li> <li>- Saúde mental.</li> <li>- Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.</li> <li>- Trastornos vinculados coa imaxe corporal.</li> <li>- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.</li> <li>- Análise crítica de estratexias publicitarias.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.</li> <li>- Protocolos ante alertas escolares.</li> <li>- Actuacións críticas ante accidentes.</li> <li>- Conduto PAS: protexer, avisar, socorrer.</li> <li>- Desprazamentos e transporte de accidentados.</li> <li>- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).</li> <li>- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).</li> <li>- Contido básico de caixa de primeiros auxilios.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
2	Deportes de adversario: Bádminton	12

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	25%. 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.	PE	16
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.	25%. Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, intentando xestionar imprevistos ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	TI	84
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.	25%. Solucionar situacións de oposición en contextos deportivos ou recreativos, aplicando 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.		
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.	25%. Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.</li> <li>- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.</li> <li>- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.</li> </ul>



UD	Título da UD	Duración
3	Organización de eventos deportivos	9

Cráterios 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.	25%. Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	100
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.	25%. Organizar e practicar diversas actividades motrices, adoptando actitudes de interese, esforzo, e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.		
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sustentable, 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.	25%. Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas ou 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.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.</li> <li>- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.</li> <li>- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.</li> <li>- Mercado, consumismo e deporte.</li> <li>- Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</li> <li>- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
4	Deportes colectivos I: Baloncesto	10

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	25%. Analizar 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.	PE	20
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.	25%. Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	TI	80
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.	25%. Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).</li> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival.</li> <li>- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.</li> <li>- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
5	Expresión corporal e habilidades ximnásticas	15

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	50%. Colaborar durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices.	TI	100

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	50%. Establecer mecanismos de entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de prácticas motrices, facendo uso de habilidades sociais na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade motriz, situándose criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias.		
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.	25%. Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.		
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.	25%. Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando técnicas expresivas para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Técnicas específicas de expresión corporal.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
6	Planificación de adestramentos para a mellora da condición física e saúde.	6

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

<b>Craterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	25%. Planificar e elaborar un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas.	TI	100
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.	25%. Empregar aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física.		
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.	25%. Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando imprevistos ou situacións que poidan ir xurdindo ao longo do proceso.		

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

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

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
7	Saídas profesionais no ámbito da actividade física e deporte	5

<b>Craterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	25%. Relacionar os contidos da UD con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	TI	100
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.	25%. Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional.		
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.	25%. Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física.</li> <li>- Profesiões vinculadas á actividade física e á saúde.</li> <li>- Saúde social.</li> <li>- Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional.</li> <li>- Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.</li> <li>- Saídas profesionais no ámbito deportivo.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
8	Deportes alternativos e xogos tradicionais de Galicia	10

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	25%. Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	PE	30
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.	25%. Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	TI	70
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.	50%. Colaborar durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.</li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.</li> <li>- Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
9	Deportes colectivos II: Voleibol	8

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	25%. 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.	PE	20

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	25%. Solucionar situacións de oposición en contextos deportivos ou recreativos, aplicando 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.	TI	80
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.	25%. Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisións.</li> <li>- Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas.</li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica.</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
10	Actividades físicas na natureza	12

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	25%. Organizar e practicar diversas actividades motrices, analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	PE	50
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.	25%. Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, aplicando normas de seguridade para prever e controlar os riscos.		

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
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.	50%. Colaborar durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices.	TI	50
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sustentable, 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.	25%. Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas ou 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.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selección responsable e sustentable do material deportivo.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.</li> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.</li> <li>- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.</li> <li>- Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sustentable en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura.</li> <li>- Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades.</li> <li>- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.</li> <li>- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.</li> </ul>

#### **4.1. Concrecións metodolóxicas**

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

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

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

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

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

##### **1. ESTILOS DE ENSINO**

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



Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles aseguranos a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F. Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que a elección farase en base aos contidos e obxectivos propios de cada UD e mesmo de cada tarefa.

De maneira xenérica:

- As UD1, 3 e 7 (base da condición física, alimentación e saúde e primeiros auxilios; organización de eventos; e saídas profesionais) teñen unha base teórica moi ampla polo que basearase principalmente en estilos directivos, combinado con asignación de tarefas.
- As UD2, 4, 8, 9 e 10 (deportes varios), basearase principalmente na resolución de problemas e no descubrimento guiado.
- A UD 5 (habilidades ximnásticas e ritmo) consta dunha parte técnica moi directiva por motivos de seguridade e outra baseada na libre exploración, para fomentar a creatividade de composicións rítmicas.

## 2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

### 2.1. AGRUPAMENTOS

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

En xeral os agrupamentos serán colectivos, para fomentar o traballo en grupo e as habilidades sociais, sendo heteroxéneos principalmente (salvo en casos moi puntuais, xustificados).

### 2.2. UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

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

Por último tamén destacar instalacións alleas ao centro educativo, para aumentar as posibilidades da materia e adaptalas mellor aos contidos (como por exemplo, para contidos relacionados coa seguridade vial no entorno urbano e/ou na natureza).

### 2.3. OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

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

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

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

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

- Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas.
- Rendibilidade na montaxe e recollida do material.
- Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos.

## 3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

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

A progresión ao longo das etapas educativas debe ir dende un Coñecemento dos Resultados Extrínseco cara a un

cada vez máis Intrínseco.

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

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

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

#### 4. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

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

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

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

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

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

### 4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material deportivo: inventariado polo departamento de EF (balóns varios, conos, petos, pelotas, aros, equipo de música, canastras, accesorios de deportes alternativos, material de fitness...)
Apuntamentos da materia: facilitados polo profesorado de EF a través da aula virtual.
Referencias bibliográficas e webgráficas: facilitadas polo profesorado de EF a través da aula virtual, buscadores de internet, biblioteca...
Outro material pedagóxico: dende material da aula (proxector, pizarra...) ata apps ou plataformas informáticas que axuden a acadar os obxectivos da materia

## 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial desenvolverase ao inicio de cada Unidade Didáctica para comprobar os coñecementos previos que posúe o alumnado sobre os contidos da mesma.

Os procedementos de avaliación poderán ser variados, tanto probas escritas, como observación directa de tarefas específicas nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais.

O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D.

Unha vez feita, a persoa docente valorará a necesidade de realizar adaptacións nos diferentes apartados da programación, de ser o caso.

## 5.2. Criterios de cualificación e recuperación

### Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
<b>Proba escrita</b>	55	16	0	20	0	0	0	30	20	50
<b>Táboa de indicadores</b>	45	84	100	80	100	100	100	70	80	50

Unidade didáctica	Total
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	<b>100</b>
<b>Proba escrita</b>	<b>24</b>
<b>Táboa de indicadores</b>	<b>76</b>

### Criterios de cualificación:

Ao longo do curso avaliaranse tódolos criterios de avaliación, de maneira continuada e repartida nas 10UDD (avaliación continua). Mediante os procedementos e instrumentos mencionados anteriormente, verificarase que cada alumna e alumno acadada o grao mínimo esixible para cada criterio. Para unha cualificación positiva tamén se deberá obter unha puntuación media igual ou superior a 5,00, tanto nas UDD de cada trimestre (no caso da nota de cada trimestre) como na totalidade delas (no caso da nota final). No caso das notas con decimais, aproximarase ao valor enteiro máis próximo.

Para ilo, será indispensable:

- Ter realizado e presentado, dun xeito aceptable, as tarefas e actividades propostos ao longo do curso, na forma e soporte axeitado.
- Ter ao día as tarefas na Aula Virtual de EF e/ou en soporte físico, tendo reflectido as prácticas e anotacións que sinalara o profesorado.
- Ter asistido, fundamentalmente no bacharelato, regularmente, as sesións de clase, aínda que non se poida facer a práctica, en cuxo caso terá que realizar o traballo adaptado proposto. Isto é así posto que a consecución dalgunha das aprendizaxes implica a participación activa nas actividades físicas e deportivas e o feito de non asistir implica a non participación nesas tarefas realizadas na aula. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros,

alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc. Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

- Realizar as probas prácticas das diferentes UD's, subliñando que se debe ter acadado unha progresión individual suficiente.

- Cumprir as normas de funcionamento expostas nas primeiras clases en canto a puntualidade, roupa e material axeitado, comportamento, actitude activa e positiva, respecto, superación das probas teóricas e prácticas, etc. Estas normas están directamente relacionadas co desenvolvemento de boa parte dos contidos da Educación Física e co logro das aprendizaxes recollidas na PD.

- Comportamentos e actitudes reiteradas non apropiadas que inciden no desenvolvemento das clases, na práctica segura e saudable de actividades físicas, nos valores sociais, etc. e que se relacionan cos estándares de aprendizaxe e/ou criterios de avaliación, serán rexistrados por medio do instrumento de avaliación correspondente. Os rexistros suporán un desconto na nota vinculada aos aprendizaxes do ámbito actitudinal e procedemento (participación activa) de 0,2 puntos.

- Terase en conta a ortografía na presentación das producións escritas, podendo restar ata 0,05 puntos por cada falta, ata un máximo de 1 punto na cualificación numérica de cada unha delas.

**PERDA DE DEREITO Á AVALIACIÓN CONTINUA:**

Todo alumno que perda o dereito á avaliación continua, terá que presentarse a unha proba ao final do curso. As probas consistirán:

- Unha proba teórica sobre todos os conceptos do curso.
- Probas de habilidades específicas dos deportes impartidos.
- Traballo teórico.

Co seguinte criterio de calificación:

- Proba teórica 35%
- Proba práctica de habilidades específicas 50%
- Traballo teórico 15%

Os alumnos que en calquera dos anteriores apartados non obteñan como mínimo un 5 non serán considerados aptos.

\* En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido é sempre a táboa de indicadores, xa que a nosa materia é eminentemente práctica, e ademais é unha limitación da aplicación. Non obstante, consideramos que dentro desta tipoloxía entran tamén as probas escritas.

### **Criterios de recuperación:**

Todo aquel alumnado que non superase algún criterio ou a súa nota media sexa inferior ao 5,00 deberá superar un proceso de recuperación mediante a entrega ou realización dos traballos ou exames pertinentes, con prazo máximo segundo sexa estipulado polo docente (sempre antes da avaliación).

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

No caso de alumnado coa materia pendente de cursos pasados, este poderá optar á materia da seguinte forma:

1. Se debe recuperar algún estándar de aprendizaxe ou criterio de avaliación relacionado con outro do presente curso, a superación deste último da por superado o primeiro.
2. Para o resto de casos, proporase un traballo que, mediante a súa superación (aprobado con máis dun 5,00) garantice a superación da materia pendente.
3. Tamén se dará a posibilidade de realizar un exame extraordinario.

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

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

O cálculo numérico da nota farase igual que no procedemento de cualificación do curso.

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

tendo en conta que todo o superado no curso anterior, mantense como superado coa mesma nota.

## 6. Medidas de atención á diversidade

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

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos. Ademais, facilitarase material didáctico de repaso e de profundización na aula virtual.

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

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

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

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

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

Concretamente centrados no alumnado de bacharelato do presente curso e tras unha reunión co departamento de orientación, actualmente non existe ningún tipo de discapacidade que precise dunha adaptación curricular en concreto, máis aló das medidas citadas anteriormente.

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

### 7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Compresión da lectura (CL)		X		X				
ET.2 - Expresión oral e escrita (EOE)	X							X
ET.3 - Comunicación audiovisual (CAV)					X			
ET.4 - Competencia dixital (CD)			X			X		
ET.5 - Emprendemento social e empresarial (ESE)	X					X	X	
ET.6 - Educación emocional (EE)							X	X

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.7 - Igualdade de xénero (IX)		X	X	X				X
ET.8 - Creatividade (CR)					X			

	UD 9	UD 10
ET.1 - Compresión da lectura (CL)	X	
ET.2 - Expresión oral e escrita (EOE)	X	
ET.3 - Comunicación audiovisual (CAV)		
ET.4 - Competencia dixital (CD)		
ET.5 - Emprendemento social e empresarial (ESE)		X
ET.6 - Educación emocional (EE)		X
ET.7 - Igualdade de xénero (IX)		
ET.8 - Creatividade (CR)		

### Observacións:

En realidade, a maioría dos elementos transversais serán traballados en todas as unidades didácticas en maior ou menor medida. Neste apartado, quedan reflexados os elementos máis importantes para cada unidade didáctica, en función da súa natureza.

Deste modo:

- A CL abordarase principalmente a través de UDD relacionadas coas disciplinas deportivas, mediante a lectura e asimilación das regras do xogo.
- A EOE eminentemente a través de explicacións e exposicións de diferentes elementos técnicos (UD2,9), a exposición de xogos alternativos e tradicionais (UD8) e o deseño e dirección de quecementos e voltas á calma (UD1).
- A CAV valorarase principalmente na UD5 relacionada coa representación audiovisual dunha coreografía.
- A CD traballarase mediante o emprego de apps que contribúan á adquisición dos contidos das UD3 e 6, para a organización de eventos deportivos (torneos e ligas) e planificación do adestramento persoal, respectivamente.
- O ESE maioritariamente a través das UD1 e 6, relacionadas co fomento da autonomía para adquirir un estilo de vida activa e saudable.
- A EE destaca nas UD7 (na que se busca a reflexión sobre a profesión) e na UD10 (actividades na natureza), xa que ambas invitan á reflexión e ao autoconecemento.
- A IX traballarase nas UDD deportivas, a través da visibilización da desigualdade no deporte profesional, a visibilización de referentes femininos, a importancia da coeducación deportiva e o uso do deporte como ferramenta de fomento da equidade entre homes e mulleres.
- A CR fomentarase en practicamente todas as UDD xa que se busca a autonomía do alumnado, pero destaca sobre todo na UD5 relacionada coa composición musical e coreográfica por parte do alumnado.

## 7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Formación primeiros auxilios	Charla impartida por profesionais voluntarios de ¿Cruz Vermella¿ na que reforzarán as aprendizaxes sobre primeiros auxilios vistas en EF (relación estreita coa UD1)			
Masterclass de acondicionamiento físico no Lalín Arena	Aproveitando ao alumnado deste centro que cursa 2º do ciclo superior de acondicionamento físico e en relación á materia impartida nas UD1, 6 e 7 (condición física, adestramento e saídas profesionais), o alumnado de BAC recibirá unha sesión de acondicionamiento físico deseñada e impartida polo alumnado do ciclo, baixo a supervisión do profesorado, para experimentar formas de levar á práctica os contidos vistos na clase.			
Actividade física no medio natural	Realizaremos unha AF no medio natural coa organización dunha empresa especializada. A modalidade será escollida polo alumnado a partir do traballo desenvolto na UD específica (UD10)			

### Observacións:

Queda a criterio do profesorado de EF a posibilidade de propoñer e engadir novas actividades complementarias e/ou extraescolares.

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

Indicadores de logro
Rendemento do alumnado e resultados de aprendizaxe.
Temporalización da programación e das unidades didácticas.
Deseño e desenvolvemento das unidades didácticas.
Motivación do alumnado, ambiente nas sesións e actuación persoal da persoa docente.
Información ao alumnado e ás familias da programación.

### Descrición:

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

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

e compañeiras docentes). Nesta proposta poden surpimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere.

**1. RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:**

Análise dos resultados obtidos na avaliación final. O 80% do alumnado aproba a materia.

**2. TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.**

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

**3. DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:**

Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2 instrumentos de avaliación: unha enquisa ao alumnado de cada grupo, e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase.

**4. MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:**

Avaliarase a través dunha enquisa ao alumnado, a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cun feed-back obtido das entrevistas ou titorías coas familias.

**5. INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:**

Mediante unha listaxe de control avaliarase si alumnado e familias foron informados en tempo e forma do contido desta programación didáctica a través da páxina web do centro. Ademais o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma.

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

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

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

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

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidades de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.

- Unha vez ao mes, na reunión do departamento, realizarase o seguimento da programación didáctica e estableceranse as medidas correctoras que, de ser o caso, se estimen necesarias.

- Ao finalizar o trimestre, onde se analizaran as unidades didácticas levadas a cabo, factores favorables e dificultades atopadas na temporalización das mesmas e resultados acadados polo alumnado. No caso de que quedara sen impartir algunha UD, o seu peso repartirase equitativamente entre o resto de UU.DD. impartidas no trimestre.

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



## 9. Outros apartados