

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA



IES N° 1 RIBEIRA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 2020 – 2021

INDICE

1.- INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN.....	4
2.- CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVES.....	11
3.- CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS PARA CADA CURSO.....	16
4.- CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR DE APRENDIZAXE AVALIABLE...32	
D.1 Temporalización	
D.2 Grao mínimo de consecución para superar a materia	
D.3 Procedementos e instrumentos de avaliación	
5.- CONCRECIÓNS METODOLÓXICAS QUE REQUIRE A MATERIA.....	46
6.- MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAIAN UTILIZAR.....	49
7.- CRITERIOS SOBRE AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN DO ALUMNADO.....	49
8.- INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DO ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE.....	52
9.- ORGANIZACIÓN DAS ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DAS MATERIAS PENDENTES.....	54
10.- RELACIÓN DA PROGRAMACIÓN DE E.F.COA PROGRAMACIÓN XERAL DO CENTRO, O PROXECTO LECTOR, AS TIC E A PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SAUDABLE.....	55
11.- DESEÑO DA AVALIACIÓN INICIAL E MEDIDAS INDIVIDUAIS OU COLECTIVAS QUE SE POIDAN ADOPTAR COMO CONSECUENCIA DOS SEUS RESULTADOS.....	57
12.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE.....	57
13.- CONCRECIÓN DOS ELEMENTOS TRANSVERSAIS QUE SE TRABALLAN NO CURSO QUE CORRESPONDAN.....	61
14.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES PROGRAMADAS.....	62
15.- MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DAS PROGRAMACIÓNS DIDÁCTICAS EN RELACIÓN COS RESULTADOS ACADÉMICOS E PROCESOS DE MELLORA.....	62

16.-MEDIDAS ESPECÍFICAS <u>COVID</u> PARA O DESENVOLVIMENTO DAS SESIÓNS.....	63
17.-PREVISIÓNS <u>COVID</u> EN CASO DE CONFINAMENTO DOMICILIARIO.....	64

1.- INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN

DATOS XERAIS

O departamento de Educación Física está integrado por:

Sonia Siva Piñeiro, (vicedirección) e impartirá docencia de E. Física nos cursos 1º Bacharelato B,C,D.

Oscar Permuy Brage xefe de estudos que impartirá docencia de E. Física en 4º ESO A,B.

Ramón Martínez Reguera, Xefe de departamento que impartirá docencia de E. Física nos cursos 2º ESO A,B,C,D,E e 4º ESO B,C e 1º Bacharelato adultos

Marta Saavedra Casanova : imparte docencia de Educación Física en 1º ESO, 3º ESO e 1º BAC .

Materia	Curso	Grupo	h/semana	Subtotal
ESO				
E. Física	1º	A,B,C,D	2	8
E.Física	2º	A,B,C,D,E	2	10
E.Física	3º	A,B,C,	2	6
E.Física	4º	A,B,C,D	2	8
Bacharelato				
E.física	1º Bac	A,B,C,D	2	8
E.Física	1º Bac Adultos	A,B	2	4

O horario de atención a pais/nais será:

Sonia Silva: Venres, 9:50 a 10:40

Oscar Permuy: Mércores, 10:40 a 11:30

Ramón Martínez: Mércores, 12:50 a 13:40

Marta Saavedra: Xoves, de 12.00 a 12.50

Características do centro e a súa contorna:

O I.E.S. Nº1 está situado na localidade de Ribeira, na provincia da Coruña. A situación xeográfica do municipio favorece algúns condicionantes, como é o feito de que a contorna achega gran variedade de recursos sanitarios, culturais, actividades deportivas e de lecer, servizos sociais, etc. Unha boa parte da poboación exerce a súa actividade ao redor da pesca, industrias e actividades afíns e no pequeno comercio.

O centro imparte ensinanzas de: ESO, ESA, alfabetización de adultos, bacharelato e bacharelato de adultos.

Organigrama. A estrutura organizativa do Centro está constituída fundamentalmente por:

Órganos de Goberno

a) Colexiados: - Consello Escolar. - Claustro de Profesores.

b) Unipersoais: - Directora. - Xefa de Estudos de diúrno/Xefe de Estudos de nocturno. -Vicedirectora- Secretario

Características da comunidade educativa

a) Profesorado: O Claustro de profesores está composto por un total de 74 profesores; 59 deles con destino definitivo. A estabilidade laboral do profesorado é unha característica que define o Centro.

b) Familias: Neste centro as familias son fundamentalmente de clase traballadora, das que unha alta porcentaxe tanto os pais coma as nais traballan.

Alumnado: No que respecta aos alumnos con problemas de adaptación e aprendizaxe, aparecen tres grupos claramente diferenciados:

1. Alumnos con leves problemas de aprendizaxe.

2. Alumnos con serias dificultades de aprendizaxe. Son alumnos con diferentes problemas e baixo nivel de competencia curricular que esixen un tratamento específico na adquisición das habilidades instrumentais básicas.

3. Alumnos con problemas de adaptación social e escolar.

Para unha correcta secuenciación dos obxectivos, concreción dos contidos e concreción dos criterios de avaliación, teremos en conta o estudo do desenvolvemento evolutivo e das características dos alumnos/as ós que van dirixidos, neste caso concreto do alumnado de Educación Secundaria Obrigatoria, con idades que abranguen entre os 12 e os 16 anos.

Neste período prodúcese unha transición fisiolóxica e psicolóxica dende a infancia á idade madura, supón un gradual proceso de medrar e desenvolvemento no que as características do neno son pouco a pouco substituídas polas do adulto.

Neste estadio do ciclo vital que comeza na puberdade e conclúe cando o individuo acada a idade madura, prodúcese unha serie de cambios: - Desenvolvemento físico: Hai dous cambios fisiolóxicos significativos ó principio da adolescencia: "o estirón" e a puberdade ou maduración sexual. - Desenvolvemento cognoscitivo: Sobre os 11-12 anos o neno accede ó pensamento formal, é dicir, pasa do pensamento empírico-inductivo ó pensamento hipotético-deductivo ou formal, que é o derradeiro estadio do desenvolvemento cognoscitivo. A aparición da intelixencia abstracta marca o paso do adolescente o mundo dos adultos. - Desenvolvemento da personalidade: A adolescencia no só é un período de preparación para a vida adulta senón tamén é un momento de recapitulación da pasada infancia, de toda a experiencia acumulada e agora posta en orde. Prodúcese pois: -Reelaboración da imaxe corporal. -Procura da súa propia identidade.

Nas relacións sociais hai unha emancipación da familia e desexos de independencia. O grupo asume unha importancia e unha influencia moi grande, aínda que esta varía dun adolescente a outro, e en termos xerais, é proporcional ó deterioro das relacións entre o rapaz e os adultos (pais principalmente). Crises de valores, a súa capacidade cognoscitiva permítelle reflexionar sobre el mesmo, os demais, os acontecementos, e dáse conta de que os valores non son universais senón propios e individuais; busca os seus propios valores persoais, afirma ter a súa propia norma ética. Desenvolvemento moral que consiste na evolución dende unha moral heterónoma, onde as normas son impostas pola presión dos adultos, ata unha moral autónoma, onde as normas emerxen das relacións de reciprocidade e cooperación.

A aptitude física dos alumnos/as destas idades para a realización de actividades de carácter aeróbico é semellante á do adulto. Sen embargo, a posibilidade de aparición da fatiga, en especial con aumentos de ritmo, é superior (debido á menor eficiencia enerxética), de modo que durante as sesións de educación física o aumento da intensidade deber ser gradual. Pola contra, o potencial anaeróbico está diminuído. Hai que estar atentos ás diferenzas interindividuais e entre sexos. O seguimento dun programa de educación física escolar produce efectos modestos sobre o desenvolvemento da aptitude física e deportiva dos alumnos/as, influíndo polo xeral dun xeito escaso sobre os parámetros físicos e funcionais. En realidade, o que se pretende é acadar un desenvolvemento funcional e psíquico armónico sen que se pretenda introducir modificacións cuantitativas ou cualitativas do desenvolvemento potencial natural.

Para moitos rapaces a puberdade trae consigo un deterioro cualitativo das súas funcións motrices, observándose unha perturbación temporal do desenvolvemento motor. Esta perturbación tradúcese, durante a primeira metade da maduración sexual en : - Tosquedade nos movementos con perturbacións en canto o ritmo e fluidez. - Os movementos das extremidades son con frecuencia desordenados e non se axustan ó movemento xeral, o que produce unha diminución da capacidade de control e unha certa inseguridade. -

Perturbación dinámica que se manifesta pola falta de correlación entre a tarefa motriz e a forza utilizada para efectuala.

Disminúe a capacidade motriz, que trae consigo que o alumno/a teña máis dificultades no aprendizaxe de novas destrezas. Durante a segunda fase deste período (14-16 anos) obsérvase: -Unha diminución gradual das perturbacións anteriormente sinaladas, mellora cualitativa da execución motriz que pasa a adquirir o mesmo nivel que tiña antes de escomeza-la puberdade. - Empezan a manifestarse estilos persoais na execución de movementos. - Comezan a aparecer de maneira gradual os rasgos masculinos e femininos do movemento.

As modificacións antes indicadas fan que o adolescente conceda un gran valor o seu corpo. Ten unha grande preocupación pola súa imaxe e polo que dela pensen os demais. Preocupación polo dominio do seu corpo e do que lle rodea, "eficiencia física". Preocupación polo coñecemento do corpo e pola súa saúde. O adolescente busca a actividade física motivado polo desexo de construír unha estrutura corpórea adecuada ó modelo do adulto, para mellora-la no plano das facultades físicas. A actividade física representa para él non só un medio de tomar conciencia do seu propio corpo senón tamén a posibilidade de refacela superando aspectos non desexados.

Equipamento e Servizos do centro:

O IES nº 1 de Ribeira dispón dos seguintes recursos espaciais: Biblioteca, dotada de libros de consulta e lectura, con capacidade para unhas 70 persoas. Dispón dun Plan de Biblioteca con servizo de empréstamo durante o horario lectivo, con subscrición a revistas científicas e de lecer, prensa diaria, arquivo de películas e documentais, dicionarios... Consta, ademais, de ordenadores con conexión a Internet, para o seu emprego como ferramenta didáctica e PDAs para a xestión docente. Está dividida en seccións: de traballo, de lectura, de andeis e de ordenadores.

Distintas aulas dotadas con material específico como canóns, DVD, vídeo, pantallas, taboleiros, televisión, radiocasete, ordenador, internet, etc. Aula de informática, equipadas con ordenadores con acceso a Internet. Aula de tecnoloxía equipada con ordenadores con acceso a Internet Aula de música. Laboratorios de Física e Química e CCNN

Aula de Debuxo Técnico e aula de Educación Plástica. Departamento de orientación: unha Orientadora e un PT encárgase de dar apoio no proceso de ensinoaprendizaxe, centrado na atención á diversidade, asesoramento e apoio ao alumnado con necesidades educativas especiais, orientación académica e profesional. Salón de actos cun aforo duns 80 persoas e dotado de canón, pantalla, vídeo, sistema de megafonía e equipo de música. Pavillón polideportivo. Servizo de reprografía e informática. Servizo de cafetería e máquina automática de café na sala do profesorado O centro conta con accesibilidade de alumnado con minusvalías, etc. Dúas pistas polideportivas, patio, xardín e soportal cuberto.

Instalacións e Material do Departamento:

No que se refire ás instalacións dispoñemos de: Un ximnasio, con dous vestiarios, gradas, despacho, 2 almacéns, 1 cuarto de limpeza, 1 cuarto de chaves de paso e 1 cuarto de caldeiras. Unha pista exterior, con dúas porterías de fútbol sala e tres canastras baloncesto. Unha pista exterior pequena con 2 canastras de baloncesto.

Actualmente o departamento de Educación Física dispón do seguinte material:

14 espaleiras. 4 plintos: un deles en mal estado. 3 poldros. 3 minitramp. 2 trampolíns reuter e 1 de táboas. 16 colchonetas. 1 barra de equilibrio. 4 quitamedos. 3 bancos suecos. 2 bancos pequenos. 1 saltómetro. 2 xogos de voleibol con 2 redes. 1 xogo de baloncesto con 2 taboleiros de repostos. 1 radio CD. 4 discos de lanzamento. 5 pesos de lanzamento. 1 martelo de lanzamento. 5 vallas. 6 minivallas. 9 conos pequenos. 5 conos grandes. 25 conos medianos. 48 conos flexibles. 1 bombín. 3 mesas de tenis de mesa. 1 corda de 8 metros. 33 cordas pequenas. 4 cordas grandes. 21 balóns medicinais. 2 bolsas portabalón de lona. 30 picas de madeira. 10 picas plásticas pequenas. 10 picas plásticas grandes. 25 aros grandes. 5 aros medianos. 15 aros pequenos. 30 sticks, 30 bolas, 4 discos e 4 porterías floorball. 38 petos (4 cores). 4 discos de praia de caucho.

2 bates de béisbol e 1 pelota de foam. 8 raquetas de pimpón. 10 volantes de bádminton. 16 balóns de rítmica. 30 balóns de baloncesto. 15 de voleibol (algúns en mal estado). 11 balóns de balonmán. 28 raquetas de shuttleball. 4 balóns de rugby. 2 gomas de 50 metros de largo. 15 balóns de fútbol. 1 balón con cascabel, deporte adaptado. 15 gafas de psicomotricidade. 15 antefaces. Material de psicomotricidade. 13 compás. 1 compás de aprendizaxe. Outro material funxible. 15 pares de raquetas de pádel iniciación 15 pelotas pádel iniciación y 6 botes pelotas pádel entrenamiento.

Proxector. Ordenador portátil. Encerado.

Normas xerais sobre a conduta na aula de educación física e a utilización do material:

As instalacións e o material son propiedade de todos, e polo tanto, todos vamos a ser responsables do seu estado e a súa conservación. Un dos obxectivos xerais da etapa educativa na que nos encontramos e tamén da área de Educación Física é a educación para a saúde. Deberemos fomentar nos nosos alumnos e alumnas hábitos de hixiene e vida saudable. Será importante sobre todo desenvolver en todo o alumnado o hábito de ducharse ou asearse despois das clases de Educación Física. Para o acceso ó ximnasio será necesario o uso de indumentaria deportiva, sobre todo un calzado axeitado para a actividade física

No interior da aula, vestiarios e accesos non se poderá fumar, comer ou introducir bebidas sen permiso previo, goma de mascar ou lambetadas e tirar lixo de calquera tipo. Do mesmo xeito, non se consentirán comportamentos que vaian en contra das normas básicas de hixiene e civismo. As clases de Educación Física non poderán ser interrompidas para

solicitar material ó profesor, deberán esperar ó remate da mesma. O material prestado estará baixo a responsabilidade da persoa que o solicite, esixindo en caso de que sexa necesario o depósito do D.N.I. da persoa interesada. A perda ou deterioro do material levará a restitución deste pola persoa ou persoas responsables.

Durante o período correspondente ó recreo, só será posible a utilización da aula cando se encontre presente, durante todo ese tempo, un profesor como responsable. Durante as sesións de Ed. Física os propios alumnos e alumnas son responsables da desaparición e deterioro grave de material, facéndose cargo da súa reposición. Calquera outra eventualidade que puidera xurdir durante o presente curso e non se vise reflectida nestas normas, será resolta polo departamento de Ed. Física, en coordinación, se fose necesario, cos órganos de goberno do centro. Ademais das anteriormente mencionadas, consideramos necesario incluír nesta programación didáctica para o curso académico 2018/19 a seguinte normativa:

A clase de Educación Física desenvólvese a criterio do profesor, no ximnasio do centro, na aula ou na pista polideportiva exterior. Ademais tamén existe a posibilidade de realizar saídas ó exterior, fundamentalmente incluídas no bloque de “Actividades na Natureza”.

} Os alumnos/as teñen que asistir a clase coa indumentaria deportiva axeitada, recomendada polo profesor ó inicio do curso, para a práctica das clases. En caso contrario constituirá unha falta do alumno/a a nivel actitudinal e será valorada polo profesor como crea oportuno.

} Deberemos fomentar que os alumno/as se duchen ou fagan un aseo básico ó finalizar as sesións de Educación Física, con este fin concederémolle o tempo necesario a criterio do profesor, polo que deberán traer os útiles de aseo precisos: camiseta de reposto, toalla, xabón e desodorante.

} Os alumnos/as nunca poderán deixar de participar dalgunha forma nas sesións de Educación Física como así estipula a ORDE DO 10 DE XULLO DE 1.995, pola que se regula a adaptación do currículo da Educación Física para os alumnos con necesidades educativas especiais na E.S.O. Para isto, así como especifica dita orde deberán traer un certificado médico no cal se establezan aquelas actividades que están contraindicadas para cada patoloxía e aquelas que se prescriben como beneficiosas.

} Os alumnos e alumnas seguirán as indicacións do profesor de educación física na realización das actividades das sesións para minimizar o risco de lesións deportivas.

} A apertura e peche do ximnasio realizaraa única e exclusivamente o profesor/a de Educación Física.

} En cada sesión utilizaranse unicamente os mecanismos electrónicos necesarios para o correcto desenvolvemento das actividades, baixo as indicacións e supervisión do profesor, desconectándose ó finalizar as mesmas ou cando o profesor o indique. Durante os exames teóricos non se poderá usar o móbil como consulta, e será considerado como unha “chuleta” coas sancións que o profesor considere oportunas.

} Ó finalizar as actividades recollerase todo o material deportivo e didáctico, utilizado tanto no interior coma no exterior das instalacións.

‡ O ximnasio cerrárase ó finalizar cada unha das clases, non podendo permanecer aberto no tempo do recreo, se non está supervisado por un profesor.

‡ Non se pode acceder ó ximnasio sen a roupa e calzado axeitados, nin sen autorización ou sen compañía dun profesor/a. Así mesmo, para o desenvolvemento das sesións será obrigatorio levar roupa deportiva e calzado deportivo. O calzado deberá estar correctamente axustado e os cordóns ben atados para evitar accidentes.

‡ Así mesmo, durante o desenvolvemento das sesións os alumnos e alumnas non poderán levar obxectos perigosos durante a práctica deportiva, tales como: pulseiras, reloxos, pendentes, colares, etc. Tampouco poderán levar prendas nin complementos que cubran a cabeza ou o pescozo, por seguridade e hixiene, tales como: gorras, viseiras, panos, bufandas, velos, perrucas, etc.

‡ Todos aqueles alumnos e alumnas que teñan o pelo longo, deberán facer as sesións prácticas co pelo agarrado en coleta ou trenza, por seguridade e hixiene. Así mesmo, e polos mesmos motivos de seguridade e hixiene non se levará maquillaxe durante as sesións prácticas para que respire a pel.

‡ Non se tomará goma de mascar nin larpeiradas ou comida durante a práctica deportiva, por seguridade, para evitar accidentes por asfixia.

‡ Calquera utilización do ximnasio ou do material pertencente ó departamento de Educación Física fora do horario lectivo precisará da autorización da Dirección, previa xustificación e responsabilidade por parte dos solicitantes

‡ Os estragos do material intencionados así coma un mal uso ou abuso do mesmo, solucionarase segundo o disposto non R.R.I.

E finalmente sinalar, que co fin de facilitar os obxectivos que a Lei orgánica de educación e a Comunidade Autónoma de Galicia sinalan para as etapas de ensino obrigatorio, e para contribuír o proxecto de apoio a lectura dende a nosa área; os alumnos realizaran traballos individuais e grupais sobre temas diversos de actividade física e saúde tratados na clase, utilizando o material existente na biblioteca do centro e no Seminario de E.Física (libros editoriais varias). Traballaremos tamén tratando de desenvolver actitudes favorables á lectura mediante o emprego de artigos de periódicos e revistas como material de traballo e complemento en temas diversos (exemplo: artigos sobre anorexia, bulimia...Cando traballemos temas relacionados coa nutrición); así como integrando fontes informativas en calquera soporte (impreso ou electrónico) no tratamento dos contidos da asignatura.

Con conformidade en Ribeira, a 26 de Outubro do 2020
FDO: Ramón Martínez Reguera

2.- CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVES

O Decreto 86/2015 establece as seguintes competencias clave do currículo:

- Comunicación lingüística (CCL)
- Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCCT)
- Competencia dixital (CD)
- Aprender a aprender (CAA)
- Competencias sociais e cívicas (CSC)
- Sentido de iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)
- Conciencia e expresións culturais (CCEC)

Descrición do modelo competencial

Abordar cada competencia de maneira global en cada unidade didáctica é imposible; por iso, cada unha de estas se vai dividir en **indicadores de seguimento**, grandes pilares que permiten describirla dunha maneira máis precisa; dado que o carácter de estes é aúñ moi xeral, o axuste do nivel de concreción esixe que ditos indicadores dividáanse, a súa vez, no que denominase **descriptores da competencia**, que serán os que «describan» o grao competencial do alumnado.

En cada unidade didáctica cada un de estes descriptores se vai concretar en **desempeños competencias**. O desempeño é o aspecto específico da competencia que se pode entrenar e avaliar de maneira explícita; é, por tanto, concreto e obxectivo. Para o seu desenvolvemento, partimos dun marco de descriptores. Respectando o tratamento específico nalgunhas áreas, os **elementos transversais**, tales como a comprensión lectora, a expresión oral e escrita, a comunicación audiovisual, as tecnoloxías da información e a comunicación, o emprendimento e a educación cívica e constitucional, traballaranse dende tódalas áreas, posibilitando e fomentando que o proceso de ensinanza-aprendizaxe do alumnado sexa o máis completo posible.

Por outra banda, o desenvolvemento e o aprendizaxe dos **valores**, presentes en todas as áreas, axudarán a que os nosos alumnos e alumnas aprendan a desenvolverse nunha sociedade ben consolidada na que todos poidamos vivir, e en cuia construción colaboren.

A diversidade dos nosos alumnos e alumnas, cos seus estilos de aprendizaxe diferentes, nos conducirá a traballar dende as **diferentes potencialidades** de cada un deles, apoiándonos sempre nas súas fortalezas para poder darlle resposta os súas necesidades.

Na área de Educación Física

Na área de Educación Física incidiremos no entramento de todas as competencias de maneira sistemática facendo fincapé nos descriptores máis afíns á área.

- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnoloxía:

O aprendizaxe de la Educación Física vai a contribuír al desenvolvemento de esta competencia en la medida en que contextualiza la resolución de problemas en situaciones cotidianas. Las situaciones que plantea, pueden desarrollarse con la realización de

cálculos, la utilización de números, interpretando informaciones, datos, argumentaciones y realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, distancias... Además, la adquisición de hábitos saludables por medio de la práctica física y la posibilidad de su realización en el entorno natural, hacen de la Educación Física un elemento fundamental para el tratamiento de esta competencia.

Os descriptores que traballaremos fundamentalmente serán:

- Desenvolver e promover hábitos de vida saudable en canto á alimentación e ao exercicio físico.

- Xerar criterios persoais sobre a visión social sobre a estética do corpo humano fronte ao coidado saudable.

- Recoñecer a importancia da ciencia na nosa vida cotiá.

- Interactuar coa contorna natural de maneira respectuosa.

- Manexar os coñecementos sobre ciencia e tecnoloxía para solucionar problemas, comprender o que ocorre ao noso ao redor e responder preguntas.

- Aplicar estratexias de resolución de problemas a situacións da vida cotiá.

Comunicación lingüística:

A aprendizaxe e práctica da Educación Física precisa de intercambios comunicativos que favorezan a transmisión de información de maneira eficaz, contribuíndo á súa vez á adquisición do vocabulario propio da área.

Adestrar os descriptores indicados garántenos unha maior comprensión por parte do alumnado, isto lévanos a un coñecemento profundo e a adquirir con gran destreza aquilo que nos propoñemos.

Os descriptores que priorizaremos serán:

- Comprender o sentido dos textos escritos e orais

- Expresarse oralmente con corrección, adecuación e coherencia.

- Respetar as normas de comunicación en calquera contexto: quenda de palabra, escoita

atenta ao interlocutor ?

- Manexar elementos de comunicación non verbal, ou en diferentes rexistros nas diversas

situacións comunicativas.

Competencia dixital:

A Educación Física favorece o desenvolvemento dunha actitude crítica cara ás mensaxes e estereotipos referidos ao corpo e a súa imaxe, procedentes dos medios de comunicación de masas e das redes sociais.

Á súa vez, o uso de aparellos tecnolóxicos para medir diferentes variables asociadas á práctica deportiva e a procura de información a través de medios dixitais, permitirá o desenvolvemento dos seguintes descritores competenciais:

- Empregar distintas fontes para a procura de información.

- Seleccionar o uso das distintas fontes segundo a súa fiabilidade.

-Elaborar información propia derivada de información obtida a través de medios tecnolóxicos.

- Comprender as mensaxes que veñen dos medios de comunicación.

- Utilizar as distintas canles de comunicación audiovisual para transmitir informacións diversas.

- Manexar ferramentas dixitais para a construción de coñecemento.

- Actualizar o uso das novas tecnoloxías para mellorar o traballo e facilitar a vida diaria.

Conciencia e expresións culturais:

Por medio da Educación Física o alumnado pode explorar e utilizar o seu propio corpo e o seu movemento como medio para a expresión de ideas ou sentimentos de maneira creativa.

Ademais, aprende a apreciar manifestacións culturais e artísticas en xeral e á visión que se tivo delas ou de conceptos como a estética ou a beleza a través das diferentes culturas e relixións.

I

Para iso, nesta área, traballaremos os seguintes descritores da competencia:

- Valorar a interculturalidade como unha fonte de riqueza persoal e cultural.
- Apreciar a beleza das expresións artísticas e as manifestacións de creatividade e gusto pola estética no ámbito cotián.
 - Elaborar traballos e presentacións con sentido estético.
- Mostrar respecto cara ao patrimonio cultural mundial nas súas distintas vertentes (artístico-literaria, etnográfica, científico-técnica?), e cara ás persoas que contribuíron ao seu desenvolvemento.

Competencias sociais e cívicas:

As actividades físicas, fundamentalmente as que se realizan de forma colectiva, contribúen ao desenvolvemento de actitudes de integración e respecto, así como a xerar situacións de convivencias, cooperación e solidariedade.

O respecto ás normas e regras do xogo terán unha transferencia directa cara ao recoñecemento dos códigos de conduta que rexen a convivencia cidadá.

Así mesmo, a resolución de conflitos propios de situacións competitivas axudará a desenvolver aspectos como a negociación ou o diálogo.

Esta área contribuirá á reflexión crítica a preto de fenómenos sociais como o deporte espectáculo que, en ocasións pode xerar situacións de violencia ou contrarias á dignidade humana así como o achegamento ao deporte popular como medio para desenvolver o asociacionismo e as iniciativas cidadás.

Os descritores que adestraremos son os seguintes:

- Aplicar dereitos e deberes da convivencia cidadá no contexto da escola.
- Desenvolver capacidade de diálogo cos demais en situacións de convivencia e traballo e para a resolución de conflitos.
- Mostrar dispoñibilidade para a participación activa en ámbitos de participación establecidos
 - Concibir unha escala de valores propia e actuar conforme a ela.
 - Recoñecer riqueza na diversidade de opinións e ideas.
- Evidenciar preocupación polos máis desfavorecidos e respecto aos distintos ritmos e potencialidades.

- Involucrarse ou promover accións cun fin social.

Sentido de iniciativa e espírito emprendedor:

Esta materia contribúe a fomentar a autonomía e iniciativa persoal na medida en que se utilizan procedementos que esixen planificar, avaliar distintas posibilidades e tomar decisións. O liderado á hora de contaxiar entusiasmo ou delegar funcións nos compañeiros será a clave á hora de desenvolver actividades de equipo. As situacións deportivas levarán ao alumno para tomar decisións nas que a asunción de riscos e a aceptación de responsabilidades serán inevitables.

Os descritores que adestraremos son:

- Asumir as responsabilidades encomendadas e dar conta delas.
- Xestionar o traballo do grupo coordinando tarefas e tempos.
- Ser constante no traballo, superando as dificultades.
- Xestionar o traballo do grupo, coordinando tarefas e tempos.
- Priorizar a consecución de obxectivos grupales sobre os intereses persoais.
- Dirimir a necesidade de axuda en función da dificultade da tarefa.
- Mostrar iniciativa persoal para iniciar ou promover accións novas.

Aprender a aprender:

A actividade física propia desta área favorece a construción do autoconcepto por medio da aceptación das propias posibilidades e carencias, partindo da aprendizaxe motora para a súa transferencia a actividades motrices máis complexas.

O establecemento de metas alcanzables, cuxa consecución xerará autoconfianza, axudará a fortalecer un equilibrio emocional no alumno que favoreza o desenvolvemento de ferramentas para estimular o pensamento e a planificación e avaliación das súas propias aprendizaxes por medio da metacognición.

Os descritores que adestraremos son:

- Identificar potencialidades persoais como aprendiz: estilos de aprendizaxe, intelixencias múltiples, funcións executivas...
 - Xestionar os recursos e motivacións persoais a favor da aprendizaxe.
 - Xerar estratexias para aprender en distintos contextos de aprendizaxe.
- Aplicar estratexias para a mellora do pensamento creativo, crítico, emocional, interdependiente?
- Seguir os pasos establecidos e tomar decisións sobre os pasos seguintes en función dos resultados intermedios.
 - Avaliar a consecución de obxectivos de aprendizaxe.
 - Tomar conciencia dos procesos de aprendizaxe

3.- CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS PARA CADA CURSO

1º de ESO

Educación Física. 1º de ESO			
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física			
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ b ♣♣ m ♣♣ g 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física. ♣♣ B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión. ♣♣ B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de aseo persoal necesarias para esta. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.
			<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.
			<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m ♣♣ n ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ d ♣♣ l ♣♣ g 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. ♣♣ B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico- deportivas e artístico- expresivas, como fenómeno social e cultural. ♣♣ B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico- expresivas como formas de inclusión social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.
			<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.
			<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m ♣♣ a ♣♣ c ♣♣ d ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ ñ 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.7. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas. ♣♣ B1.8. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.
			<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB1.3.2. Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a

	<p>♣♣ B1.9. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</p> <p>♣♣ B1.10. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</p>		<p>realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>♣♣ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.</p>
<p>♣♣ m</p> <p>♣♣ n</p> <p>♣♣ g</p>	<p>♣♣ B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico- deportivas e artístico-</p>	<p>♣♣ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-</p>	<p>♣♣ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas</p>
Obxectivos	Contidos	Critérios de avaliación	Estándares de aprendizaxe
	<p>expresivas</p> <p>♣♣ B1.12. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</p> <p>♣♣ B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</p>	<p>deportivas e artístico- expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</p>	<p>propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas.</p> <p>♣♣ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno.</p>
<p>♣♣ h</p> <p>♣♣ i</p> <p>♣♣ g</p> <p>♣♣ e</p> <p>♣♣ b</p> <p>♣♣ m</p> <p>♣♣ ñ</p> <p>♣♣ o</p>	<p>♣♣ B1.14. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde</p>	<p>♣♣ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes adecuados á súa idade.</p>	<p>♣♣ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</p> <p>♣♣ EFB1.5.2. Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade,</p>

			utilizando recursos tecnolóxicos.
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas			
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ n ♣♣ m ♣♣ b ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ d ♣♣ ñ 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B2.1. Experimentación de actividades artístico- expresivas utilizando técnicas básicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. ♣♣ B2.2. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico- expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade. ♣♣ EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo. ♣♣ EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.
Bloque 3. Actividade física e saúde			
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m ♣♣ f ♣♣ b ♣♣ g 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde. ♣♣ B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable. ♣♣ B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB3.1.1. Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable. ♣♣ EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física. ♣♣ EFB3.1.3. Identifica de xeito
Educación Física. 1º de ESO			
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe
			básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.4. Métodos básicos para o desenvolvemento das 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ EFB3.2.1. Iniciase na

<p>♣♣ g ♣♣ f ♣♣ b</p>	<p>capacidades físicas desde un enfoque saudable.</p> <p>♣♣ B3.5. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta.</p> <p>♣♣ B3.6. Principios de ergonomía e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas e na vida cotiá..</p>	<p>máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</p>	<p>participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento</p> <p>♣♣ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</p> <p>♣♣ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>
<p>Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas</p>			
<p>♣♣ a ♣♣ b ♣♣ g ♣♣ m</p>	<p>♣♣ B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>♣♣ B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</p> <p>♣♣ B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.</p>	<p>♣♣ B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.</p>	<p>♣♣ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.</p> <p>♣♣ EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.</p> <p>♣♣ EFB4.1.3. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida,</p>

			<p>amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.</p> <p>♣♣ EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.</p>
<p>♣♣ a ♣♣ b ♣♣ d ♣♣ g</p>	<p>♣♣ B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos</p>	<p>♣♣ B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as</p>	<p>♣♣ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas</p>
Educación Física. 1º de ESO			
Obxectivos	Contidos	Critérios de avaliación	Estándares de aprendizaxe
<p>♣♣ m</p>	<p>específicos. ♣♣ B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</p>	<p>estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.</p>	<p>de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.</p> <p>♣♣ EFB4.2.2. Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</p> <p>♣♣ EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da</p>

			acción.
--	--	--	---------

2º de ESO

	Educación Física. 2º de ESO	
--	-----------------------------	--

Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física			
♣♣ b ♣♣ m ♣♣ g	♣♣ B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física. ♣♣ B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión. ♣♣ B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.	♣♣ B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de aseo persoal necesarias para esta.	♣♣ EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	♣♣ CSC ♣♣ CMCCT
			♣♣ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.	♣♣ CSC ♣♣ CAA
			♣♣ EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.	♣♣ CSC
♣♣ m ♣♣ n ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ d ♣♣ l ♣♣ g	♣♣ B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. ♣♣ B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. ♣♣ B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	♣♣ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.	♣♣ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	♣♣ CSC
			♣♣ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	♣♣ CSC
			♣♣ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.	♣♣ CSC
♣♣ m	♣♣ B1.7. Posibilidades	♣♣ B1.3. Recoñecer as	♣♣ EFB1.3.1. Coñece e	♣♣ CSC

♣♣ a ♣♣ c ♣♣ d ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ ñ	do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico-deportivas e recreativas. ♣♣ B1.8. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. ♣♣ B1.9. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable. ♣♣ B1.10. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.	posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.	identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.	
			♣♣ EFB1.3.2. Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	♣♣ CSC
				♣♣ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.
♣♣ m ♣♣ n ♣♣ g	♣♣ B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-	♣♣ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-	♣♣ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas	♣♣ CSC ♣♣ CSIEE

Educación Física. 2º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
	expresivas ♣♣ B1.12. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. ♣♣ B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.	deportivas e artístico- expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.
♣♣ h ♣♣ i ♣♣ g ♣♣ e ♣♣ b ♣♣ m ♣♣ ñ ♣♣ o	♣♣ B1.14. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde	♣♣ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes adecuados á súa idade.
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas		
♣♣ n ♣♣ m ♣♣ b ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ d	♣♣ B2.1. Experimentación de actividades artístico- expresivas utilizando técnicas básicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. ♣♣ B2.2. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.	♣♣ B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.

♣♣ ñ		
	Bloque 3. Actividade física e saúde	
♣♣ m ♣♣ f ♣♣ b ♣♣ g	<p>♣♣ B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde.</p> <p>♣♣ B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable.</p> <p>♣♣ B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.</p>	<p>♣♣ B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.</p>

Educación Física. 2º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
♣♣ m ♣♣ g ♣♣ f ♣♣ b	<p>♣♣ B3.4. Métodos básicos para o desenvolvemento das capacidades físicas desde un enfoque saudable.</p> <p>♣♣ B3.5. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta.</p> <p>♣♣ B3.6. Principios de ergonomía e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas e na vida cotiá..</p>	<p>♣♣ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.</p>
	Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas	
♣♣ a ♣♣ b ♣♣ g ♣♣ m	<p>♣♣ B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>♣♣ B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</p> <p>♣♣ B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.</p>	<p>♣♣ B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.</p>
♣♣ a ♣♣ b ♣♣ d ♣♣ g	<p>♣♣ B4.4. Execución de habilidades motrices técnico- tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos</p>	<p>♣♣ B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as</p>

Educación Física. 2º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación

♣♣ m	específicos. ♣♣ B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.	estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.
------	--	---

3º de ESO

Educación Física. 3º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física		
♣♣ b ♣♣ m ♣♣ g	♣♣ B1.1. Control da intensidade do esforzo adaptado a cada fase da sesión de actividade física. ♣♣ B1.2. Deseño e execución de forma autónoma de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión, tendo en conta o seu nivel de partida.	♣♣ B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.
♣♣ m ♣♣ n ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c	♣♣ B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. ♣♣ B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-	♣♣ B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas
Educación Física. 3º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
♣♣ d ♣♣ l ♣♣ g	deportivas e artístico- expresivas, como fenómeno social e cultural. ♣♣ B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.
♣♣ m ♣♣ a ♣♣ c ♣♣ d ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ ñ	♣♣ B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas. ♣♣ B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. ♣♣ B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable. ♣♣ B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.	♣♣ B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.
♣♣ m ♣♣ n ♣♣ g	♣♣ B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico- deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas. ♣♣ B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. ♣♣ B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.	♣♣ B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico- deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.

<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ h ♣♣ i ♣♣ g ♣♣ e 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable,
Educación Física. 3º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m ♣♣ ñ ♣♣ o 	<ul style="list-style-type: none"> actividade física e a saúde. ♣♣ B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado. 	<ul style="list-style-type: none"> elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas		
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ n ♣♣ m ♣♣ b ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ d ♣♣ ñ 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B2.1. Experimentación de actividades artístico- expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. ♣♣ B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico- expresivas de xeito individual e colectivo. ♣♣ B2.3. Realización de bailes e danzas de carácter recreativo e popular. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico- expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.
Bloque 3. Actividade física e saúde		
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m ♣♣ f ♣♣ b ♣♣ g 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico- expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo. ♣♣ B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación. ♣♣ B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva. ♣♣ B3.4. Adestramento: intensidade, volume e densidade do esforzo, e a súa relación cos sistemas metabólicos de obtención de enerxía. ♣♣ B3.5. Control da frecuencia 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.
Educación Física. 3º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
	<ul style="list-style-type: none"> cardíaca cara á mellora dos factores da condición física. ♣♣ B3.6. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde. ♣♣ B3.7. Elaboración e posta en práctica dun programa básico para a mellora da condición física saudable. 	
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ m ♣♣ g 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.8. Métodos básicos de adestramento para a mellora das 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades

<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ f ♣♣ b 	<p>capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</p> <ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.9. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais. ♣♣ B3.10. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas. ♣♣ B3.11. Técnicas básicas de respiración e relaxación. ♣♣ B3.12. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida. 	<p>persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</p>
<p>Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ g ♣♣ m 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. ♣♣ B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.

Educación Física. 3º de ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
	♣♣ B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes ámbitos.	
♣♣ a ♣♣ b ♣♣ d ♣♣ g ♣♣ m	♣♣ B4.4. Execución de habilidades motrices técnico- tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos. ♣♣ B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.	♣♣ B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.

4º de ESO

Educación Física. 4º ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
	Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física	
♣♣ b ♣♣ c ♣♣ i ♣♣ m ♣♣ ñ ♣♣ p	♣♣ B1.1. Actividade física como recurso de lecer activo: efectos sobre a saúde e como fenómeno sociocultural. ♣♣ B1.2. Saídas profesionais.	♣♣ B1.1. Valorar a actividade física desde a perspectiva da saúde, a satisfacción, a autosuperación e as posibilidades de interacción social e de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interese, respecto, esforzo e cooperación na práctica da actividade física
♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ h ♣♣ m ♣♣ n ♣♣ ñ ♣♣ o	♣♣ B1.3. Prevención dos elementos de risco asociados ás actividades físico-deportivas e artístico- expresivas, ao contorno, á fatiga e aos materiais e os equipamentos.	♣♣ B1.2. Controlar os riscos que pode xerar a utilización dos equipamentos, o contorno e as propias actuacións na realización das actividades físico-deportivas e artístico- expresivas, actuando de forma responsable no seu desenvolvemento, tanto individualmente como en grupo.
♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ h ♣♣ m ♣♣ ñ ♣♣ o	♣♣ B1.4. Actividades físico- deportivas: regras sociais e contorno. ♣♣ B1.5. Integración social nas actividades físico-deportivas. ♣♣ B1.6. Desenvolvemento da capacidade de traballo en equipo e de cooperación. ♣♣ B1.7. Xogo limpo como actitude social responsable.	♣♣ B1.3. Amosar un comportamento persoal e social responsable respectándose a si mesmo/a, ás outras persoas e o contorno, no marco da actividade física.

Educación Física. 4º ESO		
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ e ♣♣ f ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ m ♣♣ ñ 	<p>obtención e o tratamento de datos, para a procura, a selección e a crítica de información sobre a materia, e para a comunicación de proxectos, resultados e conclusións de traballos.</p>	<p>comunicación para mellorar o seu proceso de aprendizaxe, aplicando criterios de fiabilidade e eficacia na utilización de fontes de información e participando en ámbitos colaborativos con intereses comúns.</p>
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas		
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ b ♣♣ d ♣♣ m ♣♣ n ♣♣ ñ ♣♣ p 	<p>♣♣ B2.1. Composicións individuais e colectivas nas actividades físicas artístico-expresivas.</p>	<p>♣♣ B2.1. Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas con orixinalidade e expresividade, aplicando as técnicas máis apropiadas á intencionalidade da composición.</p>
Bloque 3. Actividade física e saúde		
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ b ♣♣ d ♣♣ l ♣♣ m ♣♣ ñ 	<p>♣♣ B3.1. Beneficios da práctica regular de actividade física e valoración da súa incidencia sobre a saúde.</p> <p>♣♣ B3.2. Hixiene postural na actividade física e en distintos campos profesionais.</p> <p>♣♣ B3.3. Alimentación e actividade física.</p> <p>♣♣ B3.4. Metodoloxías específicas de recuperación tras o exercicio físico.</p>	<p>♣♣ B3.1. Mellorar ou manter os factores da condición física e as habilidades motoras cun enfoque cara á saúde, considerando o propio nivel e orientándoos cara ás súas motivacións e cara a posteriores estudos ou ocupacións.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ b ♣♣ d 	<p>♣♣ B3.5. Aceptación da responsabilidade no mantemento e na mellora da</p>	<p>♣♣ B3.2. Planificar, elaborar e pór en práctica un programa persoal de actividade física</p>

Educación Física. 4º ESO		
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ i ♣♣ l ♣♣ m ♣♣ ñ 	<p>condición física.</p> <p>♣♣ B3.6. Criterios fundamentais e métodos básicos para a planificación e o desenvolvemento da actividade física para a saúde.</p> <p>♣♣ B3.7. Manexo e control dos compoñentes fundamentais da carga na práctica da actividade física: o volume, a intensidade e a densidade do esforzo.</p>	<p>que incida na mellora e no mantemento da saúde, aplicando os sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, tendo en conta as súas características e nivel inicial, e avaliando as melloras obtidas.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B3.8. Probas de avaliación das capacidades físicas e coordinativas orientadas á saúde. ♣♣ B3.9. Plan persoal de acondicionamento físico orientado á saúde. ♣♣ B3.10. Análise da influencia dos hábitos sociais cara a un estilo de vida activo. 	
	Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas	
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ b ♣♣ d ♣♣ m ♣♣ ñ ♣♣ p 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B4.1. Xogo, actividades deportivas individuais e de adversario, e actividades físicas no medio natural. ♣♣ B4.2. Perfeccionamento técnico e aplicación de normas tácticas fundamentais para a realización de xogos, actividades deportivas individuais e de adversario/a, e deporte alternativo practicadas nas etapas anteriores. ♣♣ B4.3. Planificación e realización de actividades físicas en contornos non estables 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B4.1. Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específicas individuais ou de adversario/a con fluidez, precisión e control, perfeccionando a adaptación e a execución dos elementos técnicos desenvolvidos no curso anterior.

Educación Física. 4º ESO		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ m ♣♣ p 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B4.4. Aplicación do coñecemento dos fundamentos básicos técnicos, tácticos e regulamentarios dos xogos, das actividades deportivas e do deporte alternativo. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B4.2. Solucionar de xeito creativo situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.

1º BACHARELATO

Educación Física. 1º de bacharelato		
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física		
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ i ♣♣ m ♣♣ ñ ♣♣ p 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.1. Actividade física como recurso de lecer activo: efectos sobre a saúde e como fenómeno sociocultural. ♣♣ B1.2. Saídas profesionais. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.1. Valorar a actividade física desde a perspectiva da saúde, a satisfacción, a autosuperación e as posibilidades de interacción social e de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interese, respecto, esforzo e cooperación na práctica da actividade física
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ h ♣♣ m ♣♣ n ♣♣ ñ ♣♣ o 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.3. Prevención dos elementos de risco asociados ás actividades físico-deportivas e artístico- expresivas, ao contorno, á fatiga e aos materiais e os equipamentos. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.2. Controlar os riscos que pode xerar a utilización dos equipamentos, o contorno e as propias actuacións na realización das actividades físico-deportivas e artístico- expresivas, actuando de forma responsable no seu desenvolvemento, tanto individualmente como en grupo.
<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ a ♣♣ b ♣♣ c ♣♣ h ♣♣ m ♣♣ ñ 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.4. Actividades físico- deportivas: regras sociais e contorno. ♣♣ B1.5. Integración social nas actividades físico-deportivas. ♣♣ B1.6. Desenvolvemento da capacidade de traballo en equipo e de cooperación. 	<ul style="list-style-type: none"> ♣♣ B1.3. Amosar un comportamento persoal e social responsable respectándose a si mesmo/a, ás outras persoas e o contorno, no marco da actividade física.

♣♣ o	♣♣ B1.7. Xogo limpo como actitude social responsable.	
♣♣ b ♣♣ d	♣♣ B1.8. Emprego das tecnoloxías axeitadas para a	♣♣ B1.4. Utilizar as tecnoloxías da información e da
	Educación Física. 1º de bacharelato	
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
♣♣ e ♣♣ f ♣♣ g ♣♣ l ♣♣ m ♣♣ ñ	obtención e o tratamento de datos, para a procura, a selección e a crítica de información sobre a materia, e para a comunicación de proxectos, resultados e conclusións de traballos.	comunicación para mellorar o seu proceso de aprendizaxe, aplicando criterios de fiabilidade e eficacia na utilización de fontes de información e participando en ámbitos colaborativos con intereses comúns.
	Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas	
♣♣ b ♣♣ d ♣♣ m ♣♣ n ♣♣ ñ ♣♣ p	♣♣ B2.1. Composicións individuais e colectivas nas actividades físicas artístico- expresivas.	♣♣ B2.1. Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas con orixinalidade e expresividade, aplicando as técnicas máis apropiadas á intencionalidade da composición.
	Bloque 3. Actividade física e saúde	
♣♣ b ♣♣ d ♣♣ l ♣♣ m ♣♣ ñ	♣♣ B3.1. Beneficios da práctica regular de actividade física e valoración da súa incidencia sobre a saúde. ♣♣ B3.2. Hixiene postural na actividade física e en distintos campos profesionais. ♣♣ B3.3. Alimentación e actividade física. ♣♣ B3.4. Metodoloxías específicas de recuperación tras o exercicio físico.	♣♣ B3.1. Mellorar ou manter os factores da condición física e as habilidades motoras cun enfoque cara á saúde, considerando o propio nivel e orientándoos cara ás súas motivacións e cara a posteriores estudos ou ocupacións.
♣♣ b ♣♣ d	♣♣ B3.5. Aceptación da responsabilidade no mantemento e na mellora da	♣♣ B3.2. Planificar, elaborar e pór en práctica un programa persoal de actividade física
	Educación Física. 1º de bacharelato	
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
♣♣ i ♣♣ l ♣♣ m ♣♣ ñ	condición física. ♣♣ B3.6. Criterios fundamentais e métodos básicos para a planificación e o desenvolvemento da actividade física para a saúde. ♣♣ B3.7. Manexo e control dos compoñentes fundamentais da carga na práctica da actividade física: o volume, a	que incida na mellora e no mantemento da saúde, aplicando os sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, tendo en conta as súas características e nivel inicial, e avaliando as melloras obtidas.

	<p>intensidade e a densidade do esforzo.</p> <p>♣♣ B3.8. Probas de avaliación das capacidades físicas e coordinativas orientadas á saúde.</p> <p>♣♣ B3.9. Plan persoal de acondicionamento físico orientado á saúde.</p> <p>♣♣ B3.10. Análise da influencia dos hábitos sociais cara a un estilo de vida activo.</p>	
	Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas	
<p>♣♣ b</p> <p>♣♣ d</p> <p>♣♣ m</p> <p>♣♣ ñ</p> <p>♣♣ p</p>	<p>♣♣ B4.1. Xogo, actividades deportivas individuais e de adversario, e actividades físicas no medio natural.</p> <p>♣♣ B4.2. Perfeccionamento técnico e aplicación de normas tácticas fundamentais para a realización de xogos, actividades deportivas individuais e de adversario/a, e deporte alternativo practicadas nas etapas anteriores.</p> <p>♣♣ B4.3. Planificación e realización de actividades físicas en contornos non</p>	<p>♣♣ B4.1. Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específicas individuais ou de adversario/a con fluidez, precisión e control, perfeccionando a adaptación e a execución dos elementos técnicos desenvolvidos no curso anterior.</p>
	Educación Física. 1º de bacharelato	
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación
	estables.	
<p>♣♣ a</p> <p>♣♣ b</p> <p>♣♣ c</p> <p>♣♣ m</p> <p>♣♣ p</p>	<p>♣♣ B4.4. Aplicación do coñecemento dos fundamentos básicos técnicos, tácticos e regulamentarios dos xogos, das actividades deportivas e do deporte alternativo.</p>	<p>♣♣ B4.2. Solucionar de xeito creativo situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.</p>

4.- CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR DE APRENDIZAXE AVALIABLE

1º ESO .

BLO QUE	ESTÁNDAR DE APRENDIZAXE AVALIABLE	GRAO MÍNIMO CONSECUCCIÓN
B.1	. EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados	Recoñece basicamente a estrutura dunha sesión de actividade física
	EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas	Realiza un quecemento xeral
	. EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	Respecta hábitos de aseo persoal
	EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no	.Mostra tolerancia e deportividade na práctica e asistencia

	<p>papel de participante como no de espectador/a</p> <p>EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos</p> <p>EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas</p> <p>EFB1.3.2. Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas</p> <p>EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física</p> <p>EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas</p> <p>EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno</p> <p>EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección</p> <p>EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos</p>	<p>a activid. Físicas</p> <p>Colabora e participa en actividades grupais e adquire responsabilidades</p> <p>Coñece as posibilidades que lle ofrece o seu contorno para a práctica de actividade física.</p> <p>Respeta o seu contorno</p> <p>Analiza básicamente os actitudes e estilos de vida, actividades de lecer e físicas.</p> <p>Identifica os posibles riscos na práctica de actividades físicas.</p> <p>Sabe poñer en práctica o protocolo de emerxencia e protección.</p> <p>Utiliza basicamente as tecnoloxías da información e comunicación para elaborar traballos e exposicións</p> <p>Expón traballos elaborados para a asignatura</p>
B.2	<p>EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade</p> <p>EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo.</p> <p>EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.</p>	<p>Utiliza basicamente técnicas corporais.</p> <p>Pon en práctica basicamente unha secuencia rítmica</p> <p>Usando o seu corpo</p> <p>Realiza coreografías de baile sinxelas</p>

B.3	EFB3.2.1. Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Participa activamente nas actividades físicas feitas na clase
	EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.	Adapta basicamente a intensidade do esforzo a través da F.C
	EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	.Identifica de xeito básico actividades físicas saudables
	. EFB3.2.1. Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento	Participa activamente na práctica diaria da clase
	EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Aplica os fundamentos de educación postural na práctica de actividade física
	.	

B4.	EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.	Desenvolve as habilidades básicas das técnicas traballadas Respeto as normas
	EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.	Describe de forma básica os movementos técnicos dos deportes e práctica.
	EFB4.1.3. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.	. Ten afán de mellora e mostra superación na execución práctica de accións técnicas
	EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación	Pon en práctica as normas básicas de orientación
	EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.	Aplica basicamente na práctica os fundamentos técnico-- tácticos das actividades físico--deportiva Respeto o regramento
	EFB4.2.2. Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción	Aplica basicamente na práctica os fundamentos técnico-- tácticos das actividades físico--deportiva Respeto o regramento Discrimina basicamente sinais e estímulos na toma de decisións en situacións de xogo simulado e real

2º ESO

BLO QUE	ESTÁNDAR DE APRENDIZAXE AVALIABLE	GRAO MÍNIMO CONSECUCIÓN
B.1	. EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados	Recoñece basicamente a estrutura dunha sesión de actividade física
	EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas	Realiza un quecemento xeral
	. EFB1.1.3. Respeto os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física	Respeto hábitos de aseo persoal
	EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos	.Mostra tolerancia e deportividade na práctica e asistencia a activid. Físicas Colabora e participa en actividades grupais e adquire responsabilidades
	EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas EFB1.3.2. Respeto o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física EFB1.4.1. Identifica as características das actividades	Coñece as posibilidades que lle ofrece o seu contorno para a práctica de actividade física. Respeto o seu contorno Analiza basicamente os actitudes e estilos de vida, actividades de lecer e físicas.

	físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos	Identifica os posibles riscos na práctica de actividades físicas. Sabe poñer en práctica o protocolo de emerxencia e protección. Utiliza basicamente as tecnoloxías da información e comunicación para elaborar traballos e exposicións Expón traballos elaborados para a asignatura
B.2	EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo. EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.	Utiliza basicamente técnicas corporais. Pon en práctica basicamente unha secuencia rítmica Usando o seu corpo Realiza coreografías de baile sinxelas
	.	

B.3	EFB3.2.1. Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Participa activamente nas actividades físicas feitas na clase
	EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.	Adapta basicamente a intensidade do esforzo a través da F.C
.	EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	.Identifica de xeito básico actividades físicas saudables
.	. EFB3.2.1. Inicíase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento	Participa activamente na práctica diaria da clase
	EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Aplica os fundamentos de educación postural na práctica de actividade física
	.	
	.	
B4.	EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.	Desenvolve as habilidades básicas das técnicas traballadas Respeto as normas
	EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.	Describe de forma básica os movementos técnicos dos deportes e práctica.
	EFB4.1.3. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.	. Ten afán de mellora e mostra superación na execución práctica de accións técnicas
	EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas	Pon en práctica as normas básicas de orientación

	básicas de orientación	
	EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.	Aplica basicamente na práctica os fundamentos técnico-- tácticos das actividades físico--deportiva Respeto o regramento
	EFB4.2.2. Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición	Aplica basicamente na práctica os fundamentos técnico-- tácticos das actividades físico--deportiva Respeto o regramento Discrimina basicamente sinais e estímulos na toma de decisións en situacións de xogo simulado e real

3º ESO

EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados	.Relaciona intensidade con esforzo
EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual	Realiza un quecemento específico de forma autónoma
EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza	Mostra actitudes de respecto no traballo en equipo
EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas	Coñece as posibilidades de uso do seu contorno para a práctica de activid. física
EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóra como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas	Cuida e respecta o seu entorno
EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	Analiza criticamente actitudes e estilos de vida da práctica de actividade física e deportiva. Desenvolve criterios propios de actuación

<p>EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</p> <p>EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno</p>	<p>Identifica as prácticas de risco nas actividades físico-deportivas</p> <p>Cofece os principios e pautas de actuación ante un accidente</p>
<p>EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable</p>	<p>Adopta correctamente medidas de seguridade na práctica físico-deportiva</p>
<p>♣♣ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</p>	<p>Realiza traballos usando as novas tecnoloxías de forma correcta e utiliza formas básicas de presentación:presenacións p.point</p>
<p>EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</p>	<p>Elabora traballos, e os expoñe relacionados coa actividade físico-deportiva e a saúde</p>

<p>♣♣ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</p>	<p>Sigue exercicios de cadencia ritmica de forma continua seguindo unha música</p>
<p>♣♣ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.</p>	<p>Realiza unha pequena coreografía de forma individual según un ritmo marcado</p>
<p>♣♣ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.</p>	<p>Realiza unha pequena coreografía dun baile, en parellas ou grupo</p>
<p>♣♣ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.</p>	<p>Mostra capacidade creativa e de improvisación na práctica diaria en manifestacións artísticas É capaz de crear pequenos montaxes grupais</p>
<p>♣♣ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</p>	<p>Desarrolla capacidade coordinativa na practica diaria É capaz de ralizar unha secuencia ritmica durante un tempo e nun espacio.</p>

♣♣ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.	Comprende o sentido xeral do metabolismo enerxético asociado a práctica físico-deportiva e a saúde Mostra os seus coñecementos de forma teórica en probas e traballos
♣♣ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.	Mostra coñecementos conceptuales sobre as adaptacións orgánicas o exercicio Coñece as contraindicacións
♣♣ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	Realiza as clases prácticas con criterios de progresión e continuidade no esforzo Sabe empregar o control da F.C para regular o esforzo e da ZAFS
♣♣ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	Completa cuestionarios/test con información persoal para autoevaluación De condición física
♣♣ EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	Mostra opinións propias e críticas contra prácticas non saudables
♣♣ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Mostra actitude de esforzo, superación e motivación na práctica diaria na clase
♣♣ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Adquire o nivel básico nos test de condición física realizados Mellora os test de avaliacións iniciais de cada unidade
♣♣ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Aplica os principios de educación postural na práctica da actividade física

	Corrixe malas posturas e hábitos propios
♣♣ EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	.Describe a relación practica actividade física con saúde e mellora de c.física, a través dos parámetros adecuados
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas	

♣♣ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.	Realiza basicamente a técnica das habilidades específicas traballadas nas actividades de clase en probas prácticas Respeta o regramento e normativa
♣♣ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Autoevalúa a súa propia execución e realiza feedback
♣♣ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	Executa movementos implicados nos modelos técnicos traballados
♣♣ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexigencia e superación.	Mostra capacidade de superación, esforzo e mellora na práctica Alcanza niveles medios nas avaliacións prácticas de execución técnica
♣♣ EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	Pon en práctica e coñece as técnicas de orientación de forma básica
♣♣ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.	.Coñece e emprega os fundamentos técnico-tácticos de práctica deportiva de oposición-colaboración
♣♣ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.	Organiza de forma xeral un ataque- defensa en práctica deportivas de colaboración/oposición
EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	Entende, selecciona, aplica e responde ante os estímulos en situacións de colaboración/oposición de práctica real de xogo
EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas	

4º ESO

EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados	.Relaciona intensidade con esforzo
---	------------------------------------

EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual	Realiza un quecemento específico de forma autónoma
EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza	Mostra actitudes de respecto no traballo en equipo
EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas	Coñece as posibilidades de uso do seu contorno para a práctica de activid. física
EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóra como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas	Cuida e respecta o seu entorno
EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	Analiza criticamente actitudes e estilos de vida da práctica de actividade física e deportiva. Desenvolve criterios propios de actuación
EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	Identifica as prácticas de risco nas actividades físico-deportivas
EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno	Coñece os principios e pautas de actuación ante un accidente
EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable	Adopta correctamente medidas de seguridade na práctica físico-deportiva
♣♣ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	Realiza traballos usando as novas tecnoloxías de forma correcta e utiliza formas básicas de presentación:presenacións p.point
EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	Elabora traballos, e os expoñe relacionados coa actividade físico-deportiva e a saúde

♣♣ EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Sigue exercicios de cadencia ritmica de forma continua seguindo unha música
♣♣ EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.	Realiza unha pequena coreografía de forma individual según un ritmo marcado
♣♣ EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	Realiza unha pequena coreografía dun baile, en parellas ou grupo
♣♣ EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.	Mostra capacidade creativa e de improvisación na práctica diaria en manifestacións artísticas É capaz de crear pequenos montaxes grupais
♣♣ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	Desarrolla capacidade coordinativa na practica diaria É capaz de ralizar unha secuencia ritmica durante un tempo e nun espacio.
♣♣ EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.	Comprende o sentido xeral do metabolismo enerxético asociado a práctica físico-deportiva e a saúde Mostra os seus coñecementos de forma teórica en probas e traballos
♣♣ EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.	Mostra coñecementos conceptuales sobre as adaptacións orgánicas o exercicio Coñece as contraindicacións
♣♣ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	Realiza as clases prácticas con criterios de progresión e continuidade no esforzo Sabe empregar o control da F.C para regular o esforzo e da ZAFS
♣♣ EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	Completa cuestionarios/test con información persoal para autoevaluación De condición física
♣♣ EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	Mostra opinións propias e críticas contra prácticas non saudables
♣♣ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Mostra actitude de esforzo, superación e motivación na práctica diaria na clase

♣♣ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Adquire o nivel básico nos test de condición física realizados Mellora os test de avaliacións iniciais de cada unidade
♣♣ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Aplica os principios de educación postural na práctica da actividade física

	Corrixe malas posturas e hábitos propios
♣♣ EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	.Describe a relación practica actividade física con saúde e mellora de c.física, a través dos parámetros adecuados
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas	
♣♣ EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.	Realiza basicamente a técnica das habilidades específicas traballadas nas actividades de clase en probas prácticas Respeto o regramento e normativa
♣♣ EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Autoevalúa a súa propia execución e realiza feedback
♣♣ EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	Executa movementos implicados nos modelos técnicos traballados
♣♣ EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.	Mostra capacidade de superación, esforzo e mellora na práctica Alcanza niveis medios nas avaliacións prácticas de execución técnica
♣♣ EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	Pon en práctica e coñece as técnicas de orientación de forma básica
♣♣ EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.	.Coñece e emprega os fundamentos técnico-tácticos de práctica deportiva de oposición-colaboración

<p>♣♣ EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.</p>	<p>Organiza de forma xeral un ataque- defensa en práctica deportivas de colaboración/oposición</p>
<p>EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</p>	<p>Entende, selecciona, aplica e responde ante os estímulos en situacións de colaboración/oposición de práctica real de xogo</p>
<p>EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas</p>	

1º BACHARELATO :

Debido á pandemia do COVID e a imposibilidade da habilitar máis espazos para previr os contaxios o curso en BAC organizarase da seguinte maneira: Dividiranse as clases en 4 grupos de alumnos e cada semana un dos grupos preasignado por un horario quedará na casa e traballará de maneira telemática.

<p>♣♣ EFB1.1.1. Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios.</p>	<p>Deseña, organiza e participa en actividades físicas</p>
<p>♣♣ EFB1.1.2. Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas.</p>	<p>Adopta actitudes críticas ante prácticas nocivas de actividade física e comoportamentos socioculturais relacionados con elas Desenvolve criterios propios de actuación</p>
<p>♣♣ EFB1.2.1. Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.</p>	<p>Cofece e evita os exercicios desaconsellados de práctica de E.F e as actividades perigosas, realizando correctamente a práctica Cofece os principios e pautas de actuación ante un accidente Adopta correctamente medidas de seguridade na práctica físico-deportiva</p>
<p>♣♣ EFB1.2.2. Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas.</p>	<p>Usas correctamente o materia e a equipaciónl de E.F</p>

♣♣ EFB1.2.3. Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo.	Controla e regula o seu propio nivel de fatiga ante a práctica de actividade física, identificando os síntomas básicos Utiliza correctamente a toma de F.C e ZAFS como parámetro de contro
♣♣ EFB1.3.1. Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas.	Respeto e coida o seu contorno de práctica
♣♣ EFB1.3.2. Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.	Mostra actitudes de respeto, tolerancia e compañerismo e axuda con respecto os demais
♣♣ EFB1.4.1. Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia.	Sabe buscar e aplicar información sobre a materia e seleccionar a correcta para a súa formación e elaboración de traballos
♣♣ EFB1.4.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión.	Realiza e expón traballos teórico-prácticos usando as novas tecnoloxías de forma correcta e utiliza formas básicas de presentación: presentacións p.point
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas	
♣♣ EFB2.1.1. Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas.	Fai e representa unha coreografía grupal dun baile de saón ou moderno elexido
♣♣ EFB2.1.2. Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva.	Fai e representa unha coreografía grupal dun baile de saón ou moderno elexido
♣♣ EFB2.1.3. Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo.	Realiza as prácticas de diferentes bailes adaptando o seu movemento o ritmo e espacio Mostra capacidade creativa e de improvisación na práctica diaria en manifestacións artísticas
Bloque 3. Actividade física e saúde	
♣♣ EFB3.1.1. Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde.	Comprende o sentido xeral do metabolismo enerxético asociado a práctica físico-deportiva e a saúde Mostra os seus coñecementos de forma teórica en probas e traballos Mostra coñecementos conceptuales sobre as adaptacións orgánicas o exercicio

♣♣ EFB3.1.2. Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde.	Realiza os exercicios de práctica diaria de actividade física con corrección
♣♣ EFB3.1.3. Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física.	Respetar e aplicar as pautas e tempos de descanso e recuperación no traballo diario de actividade física Usa as pulsacións para este fin de forma correcta Realiza as clases prácticas con criterios de progresión e continuidade no esforzo
♣♣ EFB3.1.4. Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades.	Realiza as clases prácticas con criterios de progresión e continuidade no esforzo Sabe empregar o control da F.C para regular o esforzo e da ZAFS Mostra niveis de mellora nos test e probas de control de condición física realizadas, dentro das marxes para a súa idade, nivel e sexo
♣♣ EFB3.2.1. Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características e dos seus intereses persoais.	Completa cuestionarios/test con información persoal para autoevaluación De condición física Elabora fichas de traballo das cualidades físicas básicas aplicando os conceptos aprendidos Elabora un circuito de traballo da condición física
♣♣ EFB3.2.2. Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora.	Mostra niveis de mellora nos test e probas de control de condición física realizadas, dentro das marxes para a súa idade, nivel e sexo Realiza autoevaluacións prácticas e comenta e analiza os resultados
♣♣ EFB3.2.3. Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade.	Mostra actitude de esforzo, superación e motivación na práctica diaria na clase Mellora os test de avaliacións iniciais de cada unidade Realiza un programa individual de práctica e establece items básicos de mellora.
♣♣ EFB3.2.4. Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física, conxugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade.	Adquire o nivel acordado nos test de condición física realizados Realiza un programa individual de práctica e establece items básicos de mellora
♣♣ EFB3.2.5. Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado.	Realiza feedback na súa práctica Realiza autoevaluacións prácticas e comenta e analiza os resultados
♣♣ EFB3.2.6. Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas.	.Elabora un plan de práctica de actividade física saudable durante un tempo establecido:peonil/ bicicleta ou c.física xeral
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas	

♣♣ EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses.	Realiza a técnica das habilidades específicas traballadas nas actividades de clase en probas prácticas
♣♣ EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas.	Autoevalúa a súa propia execución e realiza feedback Coñece e emprega os fundamentos técnico- tácticos de práctica deportiva de oposición- colaboración en situacións de xogo
♣♣ EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo.	Executa movementos implicados nos modelos técnicos traballados nun partido do deporte traballado
♣♣ EFB4.1.4. Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios.	Mostra capacidade de superación, esforzo e mellora na práctica Alcanza niveles medios nas avaliacións prácticas de execución técnica Realiza unha execución práctica en situación real de xogo
♣♣ EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición.	Desenvolve os coñecementos tácticos para aplicar a ventaxa nun partido do deporte practicado
♣♣ EFB4.2.2. Colabora con participantes nas actividades físico- deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración- oposición, e explica a achega de cadaquén.	Colabora en situacións deportivas de colaboración- oposición desenvolvendo na práctica xogo en equipo
♣♣ EFB4.2.3. Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.	Organiza de forma coherente un ataque- defensa en práctica deportivas de colaboración/oposición
	É capaz de situarse e xogar en diferentes postos de traballo ou xogo , nun partido Entende, selecciona, aplica e responde ante os estímulos en situacións de colaboración/oposición de práctica real de xogo
♣♣ EFB4.2.4. Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas.	Valora o risco e oportunidade nas actividades físicas practicadas
♣♣ EFB4.2.5. Formula estratexias ante as situacións de oposición ou de colaboración- oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes.	Entende, selecciona, aplica e responde ante os estímulos en situacións de colaboración/oposición de práctica real de xogo formulando estratexias de xogo e adaptadoas o seu equipo nun partido real

5.- CONCRECIÓNS METODOLÓXICAS QUE REQUIRE A MATERIA

Como consecuencia de todo o anterior, establécese unha serie de orientacións metodolóxicas para a materia que favorecerán un enfoque competencial, así como a consecución, a consolidación e a integración dos estándares por parte do alumnado:

- Educación Física nestas etapas terá un carácter eminentemente práctico e vivencial.
- A asimilación das aprendizaxes e a adaptación ao traballo do alumnado en Educación Física aconsella a distribución das dúas sesións semanais en diferentes días.
- A selección dos contidos e das metodoloxías activas e contextualizadas debe asegurar o desenvolvemento das competencias clave ao longo destas etapas.
- O uso de estruturas de aprendizaxe cooperativa posibilitarán a resolución conxunta das tarefas e dos problemas, e potenciarán a inclusión do alumnado.
- O profesorado deseñará diferentes tipos de tarefas e secuencias adaptadas aos niveis, ás formas e aos ritmos de aprendizaxe dos alumnos e das alumnas, co obxecto de atender á diversidade na aula e personalizar os procesos de construción das aprendizaxes. Débese potenciar o uso dunha variedade de materiais e recursos o máis ampla posible, considerando especialmente a integración das tecnoloxías da información e da comunicación desenvolvidas nos últimos tempos en diferentes ámbitos da Educación Física.
- Favoreceranse metodoloxías que teñan a súa base na descuberta guiada, a resolución de problemas, o traballo por retos e proxectos, e a cooperación, tendo presente o desenvolvemento da creatividade do alumnado.
- Deberá procurarse a implicación das familias como un factor clave para facer dos alumnos e das alumnas auténticos suxeitos activos dunha xestión cada vez máis autónoma e comprometida da súa saúde, mediante a adquisición de hábitos de vida saudables.

En canto á metodoloxía, non se debe definir unha metodoloxía única, senón que se parte de que cada actividade pode definir un método concreto que se adapte mellor a esa actividade. En xeral, non se abusará do mando directo, aínda que hai contidos nos que será necesario por criterios de eficacia e sobre todo seguridade. Se tratará sobre todo, de levar o alumno a través dunha metodoloxía coma emprego de asignación de tarefas ou descubrimento guiado, o aprendizaxe significativo, cara a experimentación e autonomía do propio alumno.

A continuación se expoñen os aspectos a considerar neste proceso de ensinanza-aprendizaxe.

Tratase de que a metodoloxía sexa o máis parecido posible ós principios de reforma que se marcan para este área, respondendo a:

- Flexibilidade:

Propoñendo actividades que permitan axustarse as propostas (obxectivos presentados) e nivel inicial do grupo.

Polo que non se baseara en propostas de traballo que se fixen cunha meta ou marca igual para todos.

Coñecendo a realidade da que parte cada un, permitindo que desenvolven as súas actividades.

- Activa:

Teremos en conta que o alumno sexa o protagonista da súa propia acción a través de xogos simples ou de diferentes actividades buscando “dar sentido á práctica do alumno”, incrementando a súa responsabilidade. Pretendese así que sexa o alumno o que desenvolva os seus propios aprendizaxes, dotando a os mesmos da significación que considere mais apropiada, baixo a supervisión e guía do profesor. Así o noso principal obxectivo é transmitir ao alumno aprendizaxes funcionais, que lle permitan vela aplicabilidade dos coñecementos e experiencias que se brindan, de forma que permitan aumentar a súa autonomía para a planificación, regulación e mellora das súas habilidades e a súa práctica deportiva.

- Participativa:

Favorecendo o traballo en equipo, fomentando o compañeirismo e a cooperación, desde o principio básico de “eu e o móbil” hasta “eu e o grupo” entendendo a competición como unha forma lúdica de relación con outros compañeiros

- Inductiva:

Intentando favorece-lo autoaprendizaxe de forma que sexa capaz de resolver problemas motrices, organiza-lo seu propio traballo, contrastar e comprobar en si mesmo a súa melloría, tanto nas súas aptitudes como nas súas habilidades e destrezas.

- Lúdica:

Facendo que o alumno se divirta, presentando as propostas, progresivamente, na medida do posible como formas xogadas, nas que todos participen arrastrados pola dinámica do xogo.

- Creativa:

Procurando en certos momentos das propostas estimula- la creatividade do alumno. A estratexia a seguir será analítica, progresiva nos xestos a aprender e global pura na táctica e empregar, de “para que” na concepción global do xogo.

A técnica a empregar será mixta alternando a produción coa reprodución de modelos e utilizando estilos máis ou menos socializante segundo as vexamos máis viables de cara a conseguí-los obxectivos propostos.

A interacción mestre- alumno partirá dunha información inicial a través de explicación teóricas, debuxos, vídeos, posta en común...hasta obter un coñecemento da marcha do proceso de ensinanzaaprendizaxe, en certas tarefas e principalmente mediante os procesos de avaliación.

Podemos resumir resaltando as seguintes cuestións:

Se combinará a aplicación dos métodos analítico e global en función da complexidade dos aprendizaxes e atendendo as necesidades que cada alumno precise (principio de individualización).

Os estilos de ensinanza (directivos e non directivos) sucederanse tendo en consideración o risco (buscando a maior seguridade) e a dificultade que impliquen as actividades, sendo a aplicación maisadecuada aquela que permitía un maior control do alumnado.

Coa intención de implicar e responsabilizar ao alumno nos aprendizaxes recurrirásese sempre que sexa posible ao descubrimento guiado e a resolución de tarefas, mediante o emprego de tarefas semi- definidas ou non definidas, que precisen da capacidade cognitiva do alumno dada a súa progresiva complexidade, e que lle obriguen a adaptarse

e reestructurar a súa actuación de forma continua, conseguindo con élo o incremento da súa autonomía.

As clases serán prácticas ou teórico- prácticas, e no inicio de cada clase informarase a os alumnos dos conceptos, procedementos e obxectivos das mesmas, así como das formas de organización.

6.- MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS QUE SE VAIAN UTILIZAR

Materiais curriculares:

- A materia facilitarase polo profesorado mediante apuntes e fotocopias, blogs,pax.
Web,etc.
- Non existe libro de texto oficial, pero si a biblioteca do centro esta dotada de practicamente de todas as editoriais (Inde, Paidotribo, etc.)
- O caderno do alumno estará formado por fichas e fotocopias, articulos diversos e documentación variada, que o profesor ira axuntado os alumnos.
 - DVD,s de deportes e actividade física variados, diferentes editoriais.
 - Soportes musicais (cintas, Cds, etc.) para traballo de actividades rítmicas.
 - Películas en formato DVD e utilización da proxección de material a través do ordenador e o canón de luz e o encerado dixital, así coma transparencias.
 - Outros materiais complementarios como periódicos ou revistas varias, sobre todo publicacións de editoriais médicas e deportivas que teñen relación coa actividade física, os deportes, 1ºs auxilios e a saúde en xeral; destacando que mediante estes materiais poden desenvolver os traballos de carácter teórico os alumnos que non poder facer algunha práctica por problemas médicos, e o resto dos alumnos en xeral; fomentando así un apoio e aplicación para o fomento da lectura dentro do proxecto lector do centro e adquisición de competencias básicas. Dende o departamento intentarase que os alumnos sexan autónomos e habituais no uso da biblioteca así como nas consultas a través de internet a hora de elaborar os traballos, para o cal se lles facilitara o acceso as páxinas web ou portais que sexan de interese, así como o acceso a novas tecnoloxías para utilización de exposicións e elaboracións de ditos traballos

7.- CRITERIOS SOBRE AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN DO ALUMNADO

Procedementos e instrumentos de avaliación

Farase unha observación e seguimento sistemático dos alumnos, tendo en conta:

-Probas escritas e exámes prácticos.

- Caderno do alumno/a e Libros de lectura hábitos de vida saudable e temática relacionada coa asignatura.

-Presentacións orais traballos en grupo, actividades de clase e entrega puntual dos traballos.

-Actitude de aprendizaxe e comportamento e interese e participación (tanto na clase, como nas charlas educativas e talleres ou actividades complementarias a realizar)

- Actividades de realización .voluntarias(traballos opcionais para subir nota)
- Colaboracións voluntarias na execución, organización e planificación de actividades físico-deportivas ou torneos.

A hora de avalía-lo que fan os alumnos debemos establece-lo que “imos a avaliar”, “cando” e “como” o faremos.

Algúns aspectos a resaltar da metodoloxía da avaliación serán:

- Continua: Recolleranse datos continuamente e non só a partires dos resultados das probas.
- Personalizada: Partindo sempre das propias posibilidades do alumno e observando a súa progresión.
- Integrada: Tendo en conta tódalas súas capacidades cognitivas, motrices, integración social ..
- Sistemas de observación e rexistro: Utilizaranse variedade de técnicas e instrumentos (test de condición física, fichas de control F.C y zona de actividade segura, fichas de observación xestos técnicos deportes ou habilidades básicas. Fichas observación actividades de ritmo, toma de rexistro de tempos, distancias, velocidade, etc. ..)
- Ter en conta a asistencia, roupa adecuada (deportiva), e actitude na clase é o esforzo diario.

A idea de avaliación continua presidirá o proceso avaliativo, para o que se establecen os conceptos de:

Avaliación inicial: permitiranos determinar o nivel dos alumnos e adecuar a programación.

Avaliación formativa: permítenos obter un feed-back da marcha do proceso de ensinanzaaprendizaxe e reestruturalo.

Avaliación sumativa: se levará a cabo ao final de cada avaliación e observar se foron alcanzados os obxectivos didácticos.

A avaliación afectará a todos os elementos integrantes do proceso de ensinanza aprendizaxe: obxectivos, materiais, contidos, recursos didácticos, os procesos de avaliación así como a actuación do profesor e alumnado.

A cualificación virá determinada por:(porcentaxe aplicable a E.S.O e Bacharelato)

Avaliación Actitudinal: 30% da nota final. Valorarase, mediante a utilización de procedimentos de observación como o rexistro anecdótico, diario do profesor, etc o comportamento do alumn@ (10%), a súa implicación e participación nas tarefas propostas (10%), a puntualidade, trae-lo material axeitado, uso dos materiais e instalacións(10%)

Avaliación Práctica: 50% da nota final. Xurdirá da media dos diferentes exames prácticos que realicemos en cada avaliación, a establecer polo profesorado segun os contidos tratados de cada unidade didáctica

Avaliación Conceptual: 20% da nota final. Xurdirá dsa diferentes probas teóricas que se establezcan para cada avaliación, a criterio do profesorado

Para facer media o alumno deberá obter un mínimo do 50% en cada apartado

A nota final de Xuño xurdirá dunha media aritmética das tres avaliacións

Os alumnos que por calquer motivo xustificado non poidan realizar a práctica da materia serán avaliados mediante proba teórica dos apuntes entregados polo profesor, así como cos traballos teórico prácticos que @ profesor@ considere oportunos.

Considerarase igualmente que cando un alumno non realice práctica durante dúas semanas será avaliado de maneira teórica ese trimestre, así como aqueles cuxas faltas superen o 15% do horario da materia, sexan xustificadas ou non.

A proba extraordinaria de setembro poderá ser avaliada asimesmo de dúas maneiras; mediante proba teórica dos apuntes entregados durante o curso ou mediante probas teórico-prácticas a establecer polo profesorado sobre os contidos impartidos ao longo do curso.

Os alumnos/as que non poidan realizar clase práctica (sempre baixo xustificante médico) deberán asistir as clases e realizar unha serie de traballos a determinar para cada avaliación e exame teórico, así como as actividades do caderno do alumno e as actividades teóricas realizadas polo resto de compañeiros/as.

Estos alumnos/as serán avaliados tendo en conta os resultados das probas teóricas así como o contido dos traballos, colaboracións ou exposicións asignados, nos que a temática irá enfocada prioritariamente a lesión, discapacidade, enfermidade, etc., pola que se vexa afectado o alumno/a, de forma que este alumno acade unha maior información da súa problemática e teña os coñecementos para saber como actuar ao respecto en todo momento, sobre todo en relación ao exercicio físico e axudándolle así a

aceptar dita situación, intentando que o seu desenrolo e a súa calidade de vida se vexan afectados da menor medida posible (o seminario proporcionaralle os materiais e a axuda, necesarios para a realización de ditos traballos).

8.- INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DO ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE

Os profesores avaliaremos a nosa propia práctica docente cos seguintes indicadores de logro e os elementos a avaliar:

ELEMENTOS A AVALIAR	INDICADORES DE LOGRO	
	Conseguido parcialmente	Totalmente conseguido
Non conseguido	Conseguido parcialmente	Totalmente conseguido
Programación didáctica.	Non se adecúa ó contexto da aula.	Adecúase parcialmente ó contexto da aula.
Plans de mellora.	Non se adoptaron medidas de mellora tralos resultados académicos obtidos.	Identificáronse as medidas de mellora a adoptar tralos resultados académicos obtidos.
Non conseguido	Conseguido parcialmente	Totalmente conseguido
Medidas de atención á diversidade.	Non se adoptaron medidas de atención á diversidade adecuadas.	Identificáronse as medidas de atención á diversidade a adoptar.
Temas transversais.	Non se traballaron tódolos temas transversais na materia.	Traballáronse a maioría dos temas transversais
Programa de recuperación.	Non se estableceu un programa de recuperación para os alumnos.	Iniciouse o programa de recuperación para os alumnos
Obxectivos da materia.	Non se alcanzaron os obxectivos da materia establecidos.	Alcanzáronse parte dos obxectivos da materia establecidos par

A
d
o
p

Competencias clave.	Non se desenvolveron a maioría das competencias clave relacionadas coa materia.	Desenvolvéronse parte das competencias clave relacionadas coa ma
Práctica docente.	A práctica docente non foi satisfactoria.	A práctica docente foi parcialmente satisfactoria.
Programas de mellora para a práctica docente.	Non se deseñaron programas de mellora para a práctica docente.	Identificáronse os puntos para deseñar un programa de mellora para a práctica doce
Materiais e recursos didácticos	Os materiais e recursos didácticos non foron os adecuados.	Os materiais e recursos didácticos foron parcialmente a
ELEMENTOS A AVALIAR	INDICADORES DE LOGRO	
Non conseguido	Conseguido parcialmente	Totalmente conseguido
Disribución de espazos e tempos	A distribución dos espazos e tempos non foi adecuada ós métodos didácticos e pedagóxicos utilizados.	A distribución dos espazos e tempos foi parcialmente adecuada ós métodos didácticos e pedagóxicos utilizados.
Métodos didácticos e pedagóxicos	Os métodos didácticos e pedagóxicos utilizados non contribuíron á mellora do clima da aula e do centro.	Os métodos didácticos e pedagóxicos utilizados contribuíron parcialmente á mellora do clima na aula e do centro.
Resultados da	Os resultados da	Os resultados da
avaliación	avaliación nesta	avaliación nesta
	materia non foron	materia foron
	satisfactorios.	moderados.

9.- ORGANIZACIÓN DAS ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DAS MATERIAS PENDENTES

Segundo a normativa publicada no D.O.G.A con data 22 de outubro de 2004, a E.Física esta catalogada como unha materia de contidos progresivos, polo que para a avaliación dos alumnos que arrastren esta materia como suspensa de cursos anterior terase en conta as

avaliacións que realizan no presente curso. Polo que, de aprobar coa nota mínima esixida (5) e as condicións requeridas para ela, no curso actual, terán aprobado a materia pendente do ano ou anos anteriores. De non ser así, terán que presentarse o exame de pendentes, con toda a materia pendente de E.Física dos cursos anteriores que teñan

suspensos, tanto cos contidos teóricos como prácticos, sendo un 40% da nota o exame teórico e un 60% o práctico. Este exame está fixado de antemano polo centro para ESO e Bacharelato, na data proposta para avaliación da materia pendente de E.F

ALUMNOS COA E.F. COMO MATERIA PENDENTE

Plans de traballo para a superación da Educación Física pendente . O Departamento de Educación Física estableceu que para o alumnado con materias pendentes do anterior curso, o profesor de cada alumno/a con Educación Física pendente que asista e traballe regularmente no presente curso avaliará de forma progresiva o traballo nas clases prácticas, o coñecemento dos deportes, as actitudes e os exames teóricos na materia ó longo do curso. Se chega á conclusión de que este alumno acada o nivel de aprobado na materia do presente curso, considerará lóxicamente que o alumno ten superada a materia do curso anterior e, polo tanto aprobará sen máis o curso pendente. Caso de que non supere a materia do curso actual, o profesor determinará se o nivel acadado é suficiente para aprobar o curso pendente. Se o é, aproba. De non selo, este profesor establecerá probas complementarias para tratar de avaliar o grao de coñecementos deste alumno. Para os alumnos que non superen a materia pendente co profesor correspondente, e para aqueles que, pola razón que sexa, non asistan regularmente á clase, ou non asistan en absoluto, o Centro ten establecidas dúas convocatorias oficiais, unha en febreiro e a outra en maio, ademais da extraordinaria de setembro. Caso de que un alumno aprobe a materia pendente en febreiro, esta quedalle aprobada na súa totalidade ata xuño, que pasará ás actas oficiais do centro. O mesmo en maio. De non aprobar nestas dúas convocatorias, pasaría a setembro na que se avaliará igualmente toda a materia do curso anterior. Para estas probas realízase por parte da Dirección un calendario para todos os Departamentos, e que se dá a coñecer previamente tanto ao profesorado coma ao alumnado.

Procedementos para a cualificación da E.F. pendente

Todos aqueles alumnos/as que teñan a materia de Educación Física pendente, superarán dita materia sempre e cando cumplan os obxectivos do seguinte ano, podendo así recuperala directamente. Se non cumpren os obxectivos e contidos do ano en curso deberán facer un exame teórico no mes de maio. Se en setembro se presentan á materia do ano en curso e aproban, tendo na pendente un non presentado, superarán os obxectivos e aprobarán a pendente.

Actividades de seguimento da E.F. pendente

O Departamento de Educación Física establece que todos aqueles alumnos que teñen pendente a materia de Educación Física no BAC, posto que non se pode avaliar o traballo sistemático e regular durante o curso nas clases polo profesor correspondente, se deberán presentar ás convocatorias de exames de pendentes establecidas pola dirección. O profesor da materia de Educación Física no BAC, se o estima establecerá probas complementarias para tratar de avaliar o grao de coñecementos deste alumno durante o curso, coma traballos teóricos ou exames por avaliación, co fin de que o alumno teña facilidades para superar a materia pendente.

10.- RELACIÓN DA PROGRAMACIÓN DE EF COA PROGRAMACIÓN XERAL ANUAL DO CENTRO, O PROXECTO LECTOR, AS TIC E A PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SAUDABLES

Desde a materia de educación física, como no resto de materias, debemos levar a cabo unha serie de actividades enmarcadas dentro do Proxecto Educativo do Centro (PEC) e incluídas na Programación Xeral Anual do centro (PXA), para o desenvolvemento do Proxecto Lector de centro e do Plan de Integración das Tecnoloxías da Información e a Comunicación (TIC), tal e como sinala o Decreto 133/2007 do currículo da ESO en Galicia. Así mesmo, levaremos a cabo actividades que favorezan a promoción de estilos de vida saudables no noso alumnado, para iso aproveitaremos os recreos favorecendo a apertura dos espazos deportivos como é o ximnasio e fomentaremos a iniciativa do alumnado para facer deporte neste tempo de lecer dentro da xornada escolar, tal e como sinala o Decreto 86/2015 do currículo da ESO e Bacharelato en Galicia.

Por outra banda, desenvolveremos ditas actividades aproveitando a celebración das conmemoracións establecidas de forma obrigatoria na Orde do 8 de xuño de 2015 pola que se aproba o calendario escolar para o curso 2020/2021.

Dado que a materia de educación física é fundamentalmente práctica e debido a súa pouca carga horaria, levaremos a cabo o desenvolvemento do Plan de Integración das Tecnoloxías da Información e a Comunicación (TIC), a través de actividades que o alumnado realizará na casa coas indicacións do profesor/a: * No primeiro trimestre, coincidindo co 10 de decembro, Día da Declaración Universal dos Dereitos Humanos, o alumnado terá que procurar na Internet as respostas a dúas ou tres preguntas propostas polo profesor/a como por exemplo: ¿En qué Xogos Olímpicos participaron por primeira vez as mulleres e a poboación negra? ¿Porqué tardaron tanto en seren aceptados para a súa participación?, etc. * No segundo trimestre, coincidindo co 8 de marzo, Día da Muller Traballadora, o alumnado terá que procurar na Internet unha Muller Deportista dunha lista de 10 mulleres deportistas aportada polo profesor/a.

* No terceiro trimestre, coincidindo co 5 de xuño, Día Mundial do Ambiente, o alumnado terá que procurar na Internet un deporte contaminante ou non contaminante, dunha lista de 5 deportes contaminantes e 5 non contaminantes aportada polo profesor/a. O profesor/a orientará sempre ao alumnado nas dúas ou tres páxinas web nas que terá que procurar a

información solicitada en cada trimestre e seleccionar a máis importante para imprimila e pegala nun póster.

Así mesmo, levaremos a cabo outras actividades interesantes para o desenvolvemento das TIC, como por exemplo as seguintes: 1. Inclusión dentro da materia de traballos e iniciativas pedagóxicas innovadoras nas que se aproveitarán as TIC. 2. Creación no ximnasio dun espazo dedicado as novas tecnoloxías, dende onde se proxectan tanto traballos do alumnado coma iniciativas do profesorado e do proxecto lector. 3. Realización de clases teóricas con material informático e proxección de temas curriculares, facendo desta forma un aproveitamento das novas tecnoloxías. 4. Coordinación co equipo da biblioteca para o fomento da lectura mediante a proxección de curtas e utilización de iniciativas innovadoras das novas tecnoloxías. 5. Proxecto para a realización dunha páxina web de Educación Física.

Para o desenvolvemento do Proxecto Lector de centro, as actividades previstas desde educación física son: 1. Lectura e comprensión, nas unidades didácticas correspondentes, dos regulamentos dos distintos deportes desenvolto ao longo do curso. 2. Lectura breve da Historia dos deportes desenvolto en cada unidade didáctica. 3. Lectura e compilación na casa de noticias deportivas, relacionadas coa dopaxe (educación para a saúde) ou co deporte feminino (educación para a igualdade entre os sexos), para a súa posterior análise na clase, dedicándolle unha sesión, facéndoa coincidir coa Semana da Prensa, do 9 ao 13 de marzo. 4. Fomento da lectura de publicacións deportivas, tanto revistas coma libros de actividade física. (Préstamo ao alumnado). 5. Dinamización da lectura deportiva nos recreos con revistas de publicación mensual e adquisicións nas diferentes federacións deportivas. 6. Creación dun recuncho de lectura dentro do ximnasio co obxectivo crear un ambiente lector e utilizar recursos da información, de lectura e aprendizaxe promovidos fundamentalmente polo equipo da biblioteca do centro. 7. Utilización dende o departamento de ferramentas informativas en diferentes soportes (impresos, informáticos) coa realización de diferentes proxeccións dentro da aula do ximnasio, na que se tratan tanto contidos curriculares coma información interesante para o alumnado. 8. Desenvolvemento de actitudes favorables á lectura coma a realización dunha olimpíada de lectura deportiva.

ACCIÓNS DE CONTRIBUCIÓN AO PLAN DE CONVIVENCIA

Desde o departamento de educación física apoiaranse as iniciativas levadas a cabo polo Observatorio da Convivencia Escolar do Centro (constituído segundo o Decreto 85/2007, que regula a súa creación e funcionamento) na elaboración do Plan de Convivencia do centro como un aspecto relevante do Proxecto Educativo do Centro (PEC). Así mesmo, desde o noso departamento colaboraremos nos seguintes aspectos: Desenvolver valores e práctica dunha cidadanía responsable, así como unha cultura cívica e valores de respecto e tolerancia no mundo da actividade física e do deporte, intentando achegar ó alumnado á diversidade doutras culturas. Promover a sensibilización sobre a importancia da convivencia como parte fundamental para o desenvolvemento persoal e social do alumnado. Traballar a interdisciplinabilidade e fomentar a coordinación entre os diferentes niveis educativos.

Traballar na importancia da convivencia no centro escolar, emprendendo accións de intolerancia ante calquera tipo de violencia. Afrontar os diferentes conflitos e impulsar habilidades sociais para unha resolución pacífica.

Por outra banda este ano en particular debido á pandemia do COVID esixe que o alumnado respete as normas relacionadas coa seguridade individual e colectiva con respecto á prevención de contaxios.

11.- DESEÑO DA AVALIACIÓN INICIAL E MEDIDAS INDIVIDUAIS OU COLECTIVAS QUE SE POIDAN ADOPTAR COMO CONSECUCIÓN DOS SEUS RESULTADOS

O primeiro día de clase o alumno cubre un cuestionario para facilitar ao profesor a información necesaria a fin de realizar as adaptacións que procedan tanto nos contidos, os obxectivos, como na metodoloxía a empregar, se consulta a documentación aportada na matrícula e si se estima realizarse unha entrevista cos pais ou tutores a fin de adaptar con mellores criterios os traballos que deban realizar.

Respecto a algúns casos prácticos, reseñar que hai un alto porcentaxe de asmáticos e alérxicos que presentan algún tipo de crise inducida polo exercicio físico, nestes casos e o propio alumno o que marca a intensidade do seu traballo, a duración e as pausas que necesita entre esforzos, de esta forma logramos que se integren nas prácticas diarias.

Cando alguén ten unha dificultade maior, se reforzan as axudas, se replantean si proceden os obxectivos, se intenta potenciar a motivación.

Este departamento primará o esforzo, o interese a progresión do alumno por encima do nivel de execución alcanzado.

Así podemos dicir que ningún tipo de lesión, incapacidade, discapacidade ou problema médico poderá ser causa de que o alumno non acade a cualificación positiva da asignatura, posto que a avaliación será en todo momento adaptada as súas capacidades.

12.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A extensión da escolaridade obrigatoria e a nova estrutura da Educación Secundaria Obligatoria intensifica a diversidade nos centros: aumentan as diferenzas en orixe e traxectoria escolar do alumnado e varían, sobre todo, as expectativas ante o sistema educativo. Por elo é fundamental unha maior atención a os diversos intereses, capacidades e motivacións.

As tres vías existentes para o tratamento da diversidade, adaptacións curriculares, espazo de opcionalidade e diversificación curricular, non deben ser consideradas en ningún caso como alternativas excluíntes, si non máis ben como camiños que se complementan e que deben ser practicados simultaneamente.

A vía máis importante da atención a diversidade, as adaptacións curriculares, responde a necesidade de adaptar a práctica educativa mediante a elaboración de proxectos curriculares e programacións que teñan en conta as características concretas de alumnos a os que se dirixe.

Estes proxectos e programacións xerais deben, a súa vez, ter adaptacións especificamente dirixidas a determinados grupos de alumnos e alumnas con unhas características particulares. Así, segundo as circunstancias, poderase adaptar o material didáctico, variar a metodoloxía, propoñer actividades de aprendizaxe diferenciadas,

organizar grupos de traballo flexibles, acelerar ou frear ritmo de introducción de novos contidos, organizalos e secuencialos de forma distinta o dar prioridade a uns nde bloques de contidos sobre outros, profundizando con elo ou ampliándoos.

Desde o departamento estudárase detidamente cada caso concreto para aqueles alumnos e alumnas que necesiten medidas de atención á diversidade. Estas necesidades serán observadas a primeira ollada nalgúns casos durante as primeiras sesións do curso, pero noutros será necesaria a realización de probas físicas para unha análise e prescrición máis acertada e individualizada.

Ademais, contarase cos informes existentes no Departamento de Orientación do centro, onde no caso de alumnado con deficiencias e/ou dificultades manifestas existirá contotal seguridade algún informe sobre o historial do alumno/a e a evolución sufrida nos últimos anos.

Requirirase ao alumnado a entrega de informes médicos que sen ningunha dúbida serán unha fonte de información de vital importancia para realizar adaptacións ao longo do proceso segundo as diferentes situacións, máis ou menos temporais, que poidan xurdir ao longo do curso.

Outra fonte de información que non debemos esquecer é a facilitada directamente polo alumnado en cuestión, que non por ser menos científica cobra menor importancia que as anteriores.

A atención a diversidade a través de adaptacións curriculares debe de seguir unha orden progresiva dende a menos significativa a máis significativa, como se expón a continuación.

A resposta as diferencias individuais dos alumnos se manifesta na nosa área de traballo de forma continua e afecta practicamente a todo o alumnado, as principais medidas a aplicar serán:

- **Adaptacións na avaliación.**
- Selección de criterios específicos de avaliación.
- Modificacións dos instrumentos e procedementos.

- **Adaptacións metodolóxicas.**
- Utilización de métodos e procedementos alternativos.
- Selección de actividades alternativas.
- Selección de actividades complementarias.
- Utilización de materiais didácticos específicos.
- Modificación dos agrupamentos previstos.

- **Adaptacións nos contidos.**
- Priorización dos contidos.
- Introducción dos contidos complementarios.
- Introducción dos contidos alternativos.
- Eliminación de contidos.
- Secuencia específica de contidos.
- Organización específica de contidos.

- **Adaptacións dos obxectivos.**
- Priorización de obxectivos.

- Introducción de obxectivos complementarios.
- Introducción de obxectivos alternativos.
- Secuenciación específica de obxectivos.
- Eliminación de obxectivos.

Modificación na temporalización.

- Modificación da temporalización prevista nun ciclo e ou etapa.
- Modificación da temporalización de determinados contidos ou obxetivos.

A atención a diversidade en E.Física:

No caso da E.Física aténdese a diversidade do alumnado de distintas formas:

- Se diversifica a información conceptual para que cada grupo de alumnos, segundo criterio do profesor, poida elixir os apartados máis adecuados.
- Se asumen as diferenzas no interior do grupo e se propoñen exercicios de diversa dificultade de execución.
- Se distinguen os exercicios que se consideran realizables pola maioría dos alumnos.
- Se facilita a avaliación individualizada na que se fixan as metas que o alumno ha de alcanzar a partir de criterios derivados das súas propias capacidades e situación inicial.

Dificultades de aprendizaxe non significativas: Enlazando co anteriormente exposto, cando o alumnado presenta dificultades de aprendizaxe ou parte de coñecementos básicos diferentes, a adaptación realízase mediante grupos de nivel ou o deseño de tarefas con carácter aberto e flexible nas que a participación individual facilite a adaptación aos diferentes ritmos de aprendizaxe.

Problemas graves de aprendizaxe: Con este tipo de alumnado seguiremos o mesmo tipo de adaptación que no apartado anterior, posto que aplicar diversificación curricular significativa é practicamente imposible dentro da clase normal, por iso sería oportuna a creación de clases de recuperación e ampliación para o alumnado que o necesite, ben sexa polo seu estado actual, por enfermidade crónica ou transitoria, ou por ter que faltar a clase reiteradamente. Para alumnado de programas de diversificación curricular que presenten dificultades para asimilar toda a información teórica realizarase unha selección de contidos básicos e elaborarse un exame conceptual diferenciado máis sinxelo, así mesmo, para este colectivo rebáixanse os mínimos a alcanzar en cada apartado da avaliación e rebáixase o aprobado a 4,5 na convocatoria ordinaria, pois non existe para eles a convocatoria extraordinaria da que si goza o resto do alumnado.

Contraindicacións médicas á actividade física: Será de aplicación a nova lexislación pola que o alumnado terá que entregar ao matricularse a documentación necesaria para que o profesor realice as oportunas adaptacións curriculares, podendo chegar estas á exención total da parte procedimental. Naturalmente, este alumnado terá obriga de asistir a clase, onde

traballarán os aspectos conceptuais (que serán traballados con maior profundidade por este alumnado) e actitudinais que a materia ten marcados, así como colaborar na medida que lle sexa posible en aspectos organizativos e xenerais de clase. Substituirase a execución da parte procedimental pola realización dun traballo teórico sobre a mesma. Se as dificultades prodúcense por problemas temporais de carácter médico, a adaptación realizarase sobre a base do informe médico presentado polo alumno. Para iso estudarase a posibilidade de flexibilizar a actuación en certo tipo de actividades ou tarefas que poidan ser contraproducentes para o alumno ou alumna en cuestión. Se é posible o alumno/a deberá realizar os exames da parte procedimental que non haxa realizado durante a lesión unha vez recuperado desta. Isto se levará a práctica sempre e cando esta medida non impida o normal desenvolvemento da programación para o resto do grupo. Se é procedente, e no informe médico incorporárase unha orientación acerca dos posibles programas de rehabilitación ou recuperación, estes poderán ser executados parcial ou totalmente durante as clases de educación física polo alumnado.

Adaptacións curriculares: Nas adaptacións curriculares terase en conta a presentación dun certificado médico oficial onde se fagan constar as limitacións que o alumno posúe para a realización da práctica de actividade física. Debe tender a posibilitar a todos os alumnos a consecución dunha aprendizaxe construtiva e significativa a través de modificacións que flexibilicen as condicións de desenvolvemento. Algunhas medidas que se poden incluír nas adaptacións curriculares serán as seguintes:

- a. -Valoración inicial: Estudio inicial dos alumnos para achegarnos á súa realidade en canto a diferentes factores: Características constitucionais e de desenvolvemento motora: Datos antropométricos (peso, talle, envergadura. j, e de eficacia en conduta motora (valoración da condición física e do nivel de desenvolvemento das calidades motoras e habilidades básicas e específicas, así como das habilidades expresivas). Experiencias previas: Enquisas combinadas coas probas do apartado anterior para chegar a unha aproximación das distintas actividades realizadas polos alumnos (tanto dentro da Educación Física escolar como na práctica de actividades físicas e deportes fose da escola) e do nivel de progresión alcanzado nelas. Na nosa área debemos ter en conta a gran diversidade dos nosos alumnos, dende alumnos con necesidades específicas de apoio educativos (psíquicos, sensoriais) ata alumnos con problemas físicos: osteo-articulares, musculares (escoliose, lordosis...), cardiorespiratorios (asmáticos, alérxicos, soplos....) circulatorios (anemia, hipertensión..), alimenticios (obesidade, anorexia..), de lesións,... Polo tanto e en función da casuística do noso centro, debemos ter en conta estes aspectos á hora de deseñar as nosas unidades didácticas adaptando os exercicios que o precisen. Con todo iso intentamos adaptar tanto os elementos de acceso ó currículo (distintos materiais, linguaxes, etc.) como adaptar de forma non significativa os elementos básicos dese currículo. Para a nosa intervención, como xa se comentou na metodoloxía, empregaremos formas variadas de tratar os contidos, así como agrupamentos moi flexibles, que permitirán ir acadando unha gradación nos niveis e que os alumnos vaian traballando segundo das súas posibilidades. Os transvasamentos de alumnos dun nivel a outro serán constantes ó ir mellorando así como ó ir cambiando de contidos e actividades. Ademais debemos enmarcar neste apartado as actividades de

reforzo e ampliación que levaremos a nas sesións dentro das actividades de ensino-aprendizaxe. Nas actividades de reforzo buscamos que con elas o alumno chegue a acadar os obxectivos mínimos e coas de ampliación, que o alumno máis avantaxado consiga ampliar os seus coñecementos.

Medidas de atención á diversidade

Distinguiremos dous niveis de aplicación, a valoración inicial a principio de curso (especialmente no primeiro curso, xa que nos servirá para o establecemento de obxectivos terminais, metodoloxía, organización avaliación) e a súa valoración ao comezo de cada unidade didáctica, o que nos permitirá adecuar o nivel dos contidos.

b Adaptación dos obxectivos: Establecer obxectivos principais centrados nos aspectos fundamentais que contemplan uns mínimos de referencia obxectivos secundarios que contemplan os anteriores pero que non sexan de obrigado cumprimento por parte dos alumnos.

- b. -Selección e priorización dos contidos: Para a consecución dun obxectivo deben existir distintos camiños, distintos contidos. Tamén aquí debe haber uns mínimos e, a partir deles, outros de maior grao de complexidade. Na selección de contidos establecemos suficiente variedade como para permitir a cada alumno a consecución do obxectivo.

d. -Empregar metodoloxías e estratexias centradas no proceso e no alumno: Os modelos de ensino baseados na busca permiten ao alumno unha maior toma de conciencia e de intervención, ao tempo que desenvolven a súa motivación

13.- CONCRECIÓN DOS ELEMENTOS TRANSVERSAIS QUE SE TRABALLAN NO CURSO QUE CORRESPONDAN

Desenvolver e promover hábitos de vida saudable en canto á alimentación e ao exercicio físico.

Xerar criterios persoais sobre a visión social sobre a estética do corpo humano fronte ao coidado saudable.

Recoñecer a importancia da ciencia na nosa vida cotiá.

Expresarse oralmente con corrección, adecuación e coherencia.

Respectar as normas de comunicación en calquera contexto: quenda de palabra, escoita atenta ao interlocutor

Manexar elementos de comunicación non verbal, ou en diferentes rexistros nas diversas situacións comunicativas.

Empregar distintas fontes para a procura de información.

Seleccionar o uso das distintas fontes segundo a súa fiabilidade.

Elaborar información propia derivada de información obtida a través de medios tecnológicos.

Comprender as mensaxes que veñen dos medios de comunicación.

Valorar a interculturalidad como unha fonte de riqueza persoal e cultural.

Apreciar a beleza das expresións artísticas e as manifestacións de creatividade e gusto pola estética no ámbito cotián.

Elaborar traballos e presentacións con sentido estético.

Aplicar dereitos e deberes da convivencia cidadá no contexto da escola.

Desenvolver capacidade de diálogo cos demais en situacións de convivencia e traballo e para a resolución de conflitos.

Mostrar dispoñibilidade para a participación activa en ámbitos de participación establecidos

Concibir unha escala de valores propia e actuar conforme a ela.

14.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES PROGRAMADAS POLO DEPARTAMENTO DIDÁCTICO

Dende o noso departamento poderanse organizar diferentes actividades complementarias e extraescolares como son: patinaxe sobre xeo, competicións deportivas con outros centros, encontros de xogos populares, ligas deportivas nos recreos, fomento do deporte libre e autónomo nos recreos. Actividades na Natureza: dentro destas actividades poderase realizar a máis adecuada dentro do ciclo educativo no que se encontren como unha viaxe á neve ou multiaventura, raffting (organización dunha xornada que inclúa a saída e realización da actividade nun río da zona), sendeirismo, acampada, xornadas de orientación, montañismo, escalada, cicloturismo. Actividades interdisciplinares: buscarase o aproveitamento na realización de actividades conxuntas entre varios departamentos para a inclusión de aspectos físico-deportivos xunto ás mesmas. Será motivo de exclusión das actividades extraescolares mencionadas o baixo rendemento do alumnado na materia de Educación Física unido a unha mala actitude en clase, de indisciplina, de abandono da materia ou de falta de participación na parte procedimental. Esta condición será especialmente tida en conta naquelas actividades onde sexa necesario un control estrito do grupo e a presenza de devanditos alumnos ou alumnas poida supor un risco para o resto do alumnado e para eles mesmos. A acumulación de sancións disciplinarias, aínda noutras materias, tamén poderá ser motivo de exclusión destas actividades. Este curso estarán supeditadas á evolución da pandemia do COVID.

15.- MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EN RELACIÓN COS RESULTADOS ACADÉMICOS E PROCESOS DE MELLORA

- Cumprimento da PD
- Respeto xeral dos diferentes puntos da PD
- Coherencia entre a PD e os obxetivos que debemos acadar

- Coherencia dos contidos mínimos esixibles
- Pertinencia e adaptación do método pedagóxico
- Eficacia da metodoloxía
- Calidade e coherencia dos recursos propostos
- Adecuación dos métodos e instrumentos de avaliación

16.-MEDIDAS ESPECÍFICAS “COVID” EDUCACIÓN FÍSICA:

1.- ANTES DA SESIÓN

- Uso obrigatorio da mascarilla ao entrar na instalación, así como a desinfección de mans con xel hidroalcohólico.
- Recordatorio das medidas básicas de protección individual.
- Habilitar e delimitar un espazo para deixar as mochilas, evitando o contacto entre elas.
- Establecer quendas de 5 en 5 alumnos/as para a utilización dos vestiarios.
- Habilitar bancos onde o alumnado agarde ao inicio da sesión, que permitan manter a necesaria distancia de seguridade.

2.- DURANTE A SESIÓN

- Uso obrigatorio da máscara. Poderase prever momentos de descanso onde se garanticen 1,5m de distanciamento entre o alumnado.
- En actividades de esforzo existe a posibilidade de retirar a máscara cando se estean a desenvolver no exterior e garantindo unha distancia interpersoal de 2 metros.
- O profesorado manterá unha distancia mínima de seguridade de 1,5m con todo o alumnado no momento de dar instrucións. Uso obrigatorio de mascarilla.
- O profesorado evitará o contacto directo con alumnado nas demostracións prácticas. En caso de non poder cumprirse empregaranse luvas.
- O alumnado terá convenientemente identificado o seu material individual, tanto o de práctica como o de seguridade.
- As actividades prácticas evitarán, na medida do posible, o contacto físico.
- Desinfección reiterada de mans durante a sesión práctica.
- Desinfección do material que se empregue conxuntamente antes, durante e despois da sesión.

3.- DESPOIS DA SESIÓN

- Establecer quendas de 5 en 5 alumnos/as para a utilización dos vestiarios.

- Desinfección dos bancos e do material empregado, tanto individual como compartido (responsabilidade do alumnado).
- Desinfección de mans con xel hidroalcohólico.
- Saída escalonada do aula de Educación Física para evitar aglomeracións.

Debido á pandemia do COVID e a imposibilidade da habilitar máis espazos para previr os contaxios o curso en 1ºBAC organizarase da seguinte maneira: Dividiranse as clases en 4 grupos de alumnos e cada semana un dos grupos preasignado por un horario quedará na casa e traballará de maneira telemática.

17.-PREVISIÓNS COVID EN CASO DE CONFINAMENTO DOMICILIARIO:

Se a situación da pandemia se complica e as administracións toman medidas de confinamento e paralización das clases presenciais, haberá que adaptar as clases así como a avaliación ós recursos dos que dispoñemos .

Nestes momentos todos os alumnos teñen acceso á aula virtual onde se van ir colgando os contidos da materia. Por outro lado tamén se utiliza o correo electrónico e a telefonía móvil por medio do whatsapp para que a comunicación sexa o máis fluida posible. En caso de confinamento serán as canles de comunicación principais.

A forma de avaliar terá que ser non presencial e por medio de traballos e exames na aula virtual.

As porcentaxes de cada parte neste tipo especial de avaliación serán as seguintes:

-TRABALLOS: 50%

-EXAMES TEÓRICOS: 50%

Dependendo da data na que se produza o confinamento teranse en conta as notas das avaliacións presenciais ata ese momento e farase media coas notas do traballo realizado de maneira telemática.

En Ribeira, a 26 de Outubro de 2020

Ramón Martínez Reguera, Xefe do departamento de E.F.

ANEXOS :

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Co inicio do novo curso escolar 2020/2021, desde o departamento de EF recordamos que é necesaria a colaboración entre as familias e o centro escolar para o axeitado desenvolvemento do proceso de ensino-aprendizaxe. Por iso, solicitamos cubrir e firmar a ficha adxunta sobre a vosa filla/o e entregarilla á profesora coa maior brevidade posible. Os alumnos/as maiores de 18 anos poden cubri-lo eles mesmos. Así mesmo, recordamos que é necesario e obrigatorio que os vosos fillos e fillas cumpran as seguintes normas para o adecuado desenvolvemento, en canto a seguridade e hixiene, das clases de EF: } Traer roupa e zapatillas deportivas. Non traer a roupa deportiva será considerado falta, non podendo realizar a clase de EF ese día. } Traer bolsa de aseo con camiseta de reposto, toalla, xabón e desodorizante, para un aseo básico. } Non traer obxectos perigosos para a práctica deportiva como: pulseiras, reloxos, pendentes, colares, etc. } Non levar goma de mascar ou lambetadas na boca, polo perigo de asfixia. } Non levar prendas nin complementos que cubran a cabeza ou o pescozo, por seguridade e hixiene, como: gorras, viseiras, velos, panos, bufandas, etc. } Levar o pelo recollido e os cordóns das zapatillas ben atados. } Seguir as indicacións da profesora na realización das actividades para minimizar o risco de lesións deportivas. Calquera enfermidade diagnosticada como crónica ou temporal que poida influír no desenvolvemento normal da clase deberá ser xustificada médicamente. Igualmente, recomendamos levar a cabo unha entrevista persoal co titor/a. Nestes casos o alumno/a deberá vir ás clases de EF con caderno e bolígrafo. Por último, si existe algún inconveniente para que o voso fillo/a saia do recinto escolar durante as clases de EF, rogamos que nolo comuniquen por escrito. Grazas pola vosa colaboración.

FICHA DE RECOLLIDA DE INFORMACIÓN E AVALIACIÓN INICIAL DO/A ALUMNO/A
IES Nº1 (Ribeira)

DATOS DO/A ALUMNO/A

Nome e apelidos: Data de nacemento:
Curso:.....

Dirección:
Teléfono/s: - ¿Practicas algún deporte
habitualmente?..... ¿Cal?..... ¿Cantas horas á semana?.....

Respecto á saúde, o meu fillo/a padece (marcar cal e especificar tipo): 1. Alerxia..... 2. Asma..... 3. Diabetes..... 4. Problemas na columna vertebral..... 5. Problemas no corazón..... 6. Outras..... Recomendacións do médico.....

Non padece ningunha enfermidade que lle impida participar activamente no desenvolvemento normal das clases de Educación Física. Entendo as indicacións e comprométo-me a que o meu fillo/a cumpra as normas sinaladas nas clases de Educación Física.

OBSERVACIÓNS.....
.....
..... En, a..... de setembro de 2018 Firma (Nai, pai, titor/a ou alumno/a maior de idade)