

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36014520	IES Plurilingüe Pedra da Auga	Ponteareas	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	1º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	5
4.1. Concrecións metodolóxicas	21
4.2. Materiais e recursos didácticos	22
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	23
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	23
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	24
6. Medidas de atención á diversidade	24
7.1. Concreción dos elementos transversais	24
7.2. Actividades complementarias	25
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	25
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	26
9. Outros apartados	27

1. Introducción

O IES Pedra da Auga (36014520) é un centro de educación secundaria situado na rúa Feliciano Barrera S/N de Ponteareas na provincia de Pontevedra. Trátase dun centro vilego, aínda que recibe tamén alumnado do rural. Os estudos que se imparten no centro son: ESO, bacharelato (Ciencias e Humanidades e Ciencias Sociais) e ciclos formativos de grao medio (Instalacións eléctricas e automáticas; Xestión administrativa e Electromecánica de vehículos automóbiles) de grao superior (Administración e finanzas) e Formación Profesional Básica (Servizos administrativos e Electricidade e electrónica).

TANTO EN SITUACIÓN PRESENCIAL COMA SEMIPRESENCIAL UTILIZARASE A AULA VIRTUAL PARA O SEGUIMENTO DE TODO O ALUMNADO. EN CASO DE CONFINAMENTO SO SE TERÁN EN CONTA AS TAREFAS DA AULA VIRTUAL.

O profesorado que imparte docencia e os grupos asignados son os seguintes:

O profesor definitivo dará clase en 1º ESO A, B; 4º ESO A, B e 1º BAC A, B. O outro profesor con destino provisional levará os niveis de 2º ESO A, B e 3º ESO A, B

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto entre os participantes e as regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír con progresiva autonomía ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa.	5	3			1-3-5	3		
OBX4 - Practicar, analizar e valorar distintas manifestacións da cultura motriz aproveitando as posibilidades e recursos expresivos que ofrecen o corpo e o movemento, profundando nas consecuencias do deporte como fenómeno social e analizando criticamente as súas manifestacións desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económico-políticos que o rodean, para alcanzar unha visión máis realista, contextualizada e xusta da motricidade no marco das sociedades actuais.		3				2-3		1-2-3-4
OBX5 - Adoptar un estilo de vida sostible e ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridade individuais e colectivas na práctica físico-deportiva segundo a contorna e desenvolvendo colaborativa e cooperativamente accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, para contribuír activamente á conservación do medio natural e urbano.			5			4	1-3	

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	O quecemento e a posta en acción.	Preparación e realización de quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian a realizar, seguindo as orientacións dadas.	9	6	X		
2	A condición física e a saúde.	Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas	23	16	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
2	A condición física e a saúde.	relacionadas coa saúde.	23	16	X		
3	Os xogos populares e tradicionais.	Aqueles xogos que se transmiten de xeración en xeración e perduran no tempo.	14	10	X	X	
4	Os xogos alternativos.	Coñecemento de novos hábitos deportivos coma contrapunto aos deportes competitivos	14	10		X	
5	As actividades de ritmo e expresión: a dramatización.	Combinación da expresión oral e corporal para comunicarse coma inicio ao mundo do teatro.	14	10		X	
6	Os deportes colectivos. O rugby.	Coñecemento e práctica dun deporte colectivo 'clásico' de contacto onde se desenvolven todas as capacidades físicas básicas.	14	10			X
7	A acampada.	Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.	12	8			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	O quecemento e a posta en acción.	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	100
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas deportivas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde valorando o seu impacto na contorna e evitando a súa reprodución.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
2	A condición física e a saúde.	16

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial.	TI	100
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a practicar procesos de aliernación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes e durante a práctica de actividade física, atendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o eu impacto e evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer da habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e dos demais.		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes e durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar as diferentes actividades segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás mesmas.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar con autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde, valorando o seu impacto na contorna e evitando a súa reprodución.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduto PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Práctica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
3	Os xogos populares e tradicionais.	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable.	TI	100
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial no ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas coa cultura propia, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes e evolución nas sociedades contemporáneas.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices aplicando a toma de decisións en situacións lúdicas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices dos demais en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre os resultados obtidos.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar obxectivamente as diferentes actividades segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes e evolución.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en diferentes contornas gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
4	Os xogos alternativos.	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable.	TI	100
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas coa cultura propia, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes e influencia nas sociedades contemporáneas.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose á lóxica interna en contextos reais ou simulados, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade e actuando con deportividade.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
5	As actividades de ritmo e expresión: a dramatización.	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable.	TI	100
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas coa cultura propia, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións vinculadas tanto coa cultura propia, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes e evolución.		
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Utilizar intencionadamente o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
6	Os deportes colectivos. O rugby.	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable.	TI	100
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito do deporte.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito do deporte.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices e á lóxica interna en contextos reais de actuación.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar obxectivamente as diferentes modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. <ul style="list-style-type: none"> - Funcións de arbitraje deportiva.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
7	A acampada.	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable.	TI	100
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algúns comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais na práctica de actividades motrices.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

As competencias clave a desenrolar, serán os que nos fagan optar por diferentes métodos, técnicas, estilos, etc. Utilizaremos tanto formas de ensinanza e aprendizaxe baseadas na recepción coma no descubrimento. Así utilizarase, según as necesidades, a instrución directa (dedutiva) ou a búsqueda (indutiva). As estratexias na práctica máis utilizadas serán as globais polarizando a atención e modificando a situación inicial, en moitos casos utilizaremos tamén as estratexias analíticas.

Para a organización da clase usaremos estilos coma asignación de tarefas, mando directo, grupos de nivel, a inclusión, ensinanza recíproca, descubrimento guiado e resolución de problemas. O que se pretende e que o número de decisións a tomar polos alumnos, tanto antes coma durante ou ó finalizar a sesión sexa cada vez maior. As tarefas a utilizar serán dos diferentes tipos: definidas, semidefinidas e non definidas. Ó longo da etapa irémonos decantando cada vez máis por métodos, estratexias e formas de organización que lle permitan ó alumno irse emancipando, sendo cada vez máis autónomo e responsable.

Plantexaremos problemas próximos a realidade social dos alumnos, e o proceso de ensinanza-aprendizaxe terá un carácter sistematizado e adecuado as diferenzas dos alumnos.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación

INSTALACIÓNS:

- Sala escolar con pista de baloncesto de 14m x 27m (canastras fixas xa instaladas).
- Pista polideportiva de cemento descuberta con porterías e canastras con base.
- Pista nova con canastras.
- Despacho para profesores con aseo e ducha.

MATERIAL DEPORTIVO CONVENCIONAL(O inventario actualízase na primeira reunión do departamento ou tras a chegada do novo material):

- Balóns de fútbol sala: 7 novos, 6 usados.
- Balóns de baloncesto: 4 novos, 27 usados.
- Balóns de balonmán: 3 novos, 11 usados.
- Balóns voleibol: 4 novos, 25 usados.
- 10 petos amarelos, 7 vermellos, verdes, laranxas.
- 12 picas vermellas de plástico, 15 de madeira.
- 10 bases lastradas e 4 non lastradas.
- 15 aros de borde redondo, 5 planos.
- 28 raquetas de bádmiton novas, 20 usadas.
- 7 tubos de volantes novos, 3 usados.
- 22 balóns medicinais e 4 nos postes de voleibol.
- 14 costeiras.
- 13 bancos suecos.
- 2 postes de voleibol con base, 3 mesas de ping pong, 10 palas con 30 pelotas- 1 compresor de aire.
- 2 cintas métricas.
- 2 cinta divisoria.
- 2 canastras fixas na parede
- 2 porterías.
- 4 canastras e 2 porterías exteriores.
- 4 balóns de rugby.
- 28 cintos de placaxe.
- Asubiador hixiénico. 4
- 29 cordas.
- 8 cronómetros.
- 10 compases (orientación).
- 1 aparello de música pequeno e un novo de 400w.
- 10 pelotas gomaespuma amarelas.
- 10 pelotas plástico amarelas, 2 verdes.
- 2 quitamedos.
- 23 colchonetas.
- Elementos de ximnasia sueca no faiado (minitramp, plinto, reuter, potros...)
- Tres mesas de ping-pong, 15 palas , 50 pelotas.

MATERIAL ALTERNATIVO:

- 30 raquetas de shuttleball, 10 volantes. 30 palas con pelotas.
- 6 porterías de floorball, 13 sticks vermellos, 12 amarelos, 6 azuis, 6 verdes
- 2 ringos macizos.

- 30 palas e 15 pelotas divertidas.
- 4 bates superseguros e 2 pelotas.
- 30 Discos voadores duros e brandos.
- Plataforma de equilibrio, roda fitness, marcador triangular, pelota sonora, 3 pelotas fitness

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Nas primeiras semanas do curso realizarase unha proba ou unha observación sistemática na aula para a avaliación inicial, có obxectivo de verificar o nivel co que chega o alumnado a cada curso, para saber cal é a situación media da aula e para detectar posibles necesidades de reforzo, apoio ou outras medidas.

Asemade, tamén nas primeiras semanas, o Departamento de Orientación convoca o profesorado de cada curso a unha sesión de avaliación inicial ou avaliación 0, isto é: informes de cursos anteriores, coñecemento previo por parte do profesorado, información recadada na avaliación inicial de cada materia, etc.

Estas dúas medidas axudan a coñecer o perfil de cada grupo e a detectar dificultades individuais ou colectivas merecedoras de medidas axeitadas. En canto ao modelo desta avaliación inicial, no Departamento emprégase o test de RUFFIER en todos os cursos; dado que a aprendizaxe progresa en espiral, os contidos, as competencias e os obxectivos para cada un dos cursos só se distinguirán no grao de profundidade en que sexan traballados polo docente e no grao de autonomía que deberá mostrar o alumnado.

A avaliación inicial:

- TEST DE RUFFIER ou outros test que valoren a condición física.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	9	23	14	14	14	14	12	100
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100

Criterios de cualificación:

A cualificación da materia establecerase tendo en conta os criterios de avaliación e os estándares de aprendizaxe, e segundo as seguintes porcentaxes para cada un deles:

A suma de todos os estándares de aprendizaxe, nos que primen aspectos de carácter máis práctico (Tipo A): Suporá un 50% da nota da avaliación. Exame práctico: sobre os contidos desenvolto na clase (habilidades deportivas, condición física e habilidades artístico-expresivas), por medio da utilización de rúbricas.

A suma de todos os estándares de aprendizaxe, nos que primen aspectos de carácter máis teórico (Tipo B): Suporá un 30% da nota da avaliación.

- Exame escrito: sobre os contidos teóricos da materia.
- Traballos de investigación, recompilación ou monográficos dunha parte específica da materia.
- Exames orais.
- Entrega de exercicios vencellados coa materia.

O traballo en clase e a participación activa (Tipo C): Suporá un 20% da nota da avaliación.

- Participación activa na sesión de educación física.
- Diario de clase, valorándose o traballo.
- Utilización de indumentaria deportiva.
- O non traer o material mínimo esixido, non se permitirá a práctica deportiva.

Haberá que obter un mínimo de 5 nos contidos de tipo A, B e C para superar a materia.

- A cualificación final de xuño será a media das tres avaliacións (cun mínimo de 5 ptos).

Crterios de recuperación:

- Actividades de recuperación para alumnos/as suspensos/as: Serán plantexadas para a valoración do proceso de ensino-aprendizaxe incluíndo a recuperación de contidos prácticos. No caso da parte teórica, se lles dará un novo período de tempo para a entrega da nova documentación.

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

Non procede neste curso.

6. Medidas de atención á diversidade

Os contidos da educación física tocan de forma implícita a maioría dos temas transversais.

A educación para a saúde e a calidade de vida é un dos propósitos que pretende a nosa área, nos diferentes temas que abrangue: a hixiene (calzado, roupa, ducha...), a prevención de lesións, quecementos, relaxación, emprego de material axeitado, etc), mellora dos compoñentes da condición física saudable: resistencia aerobia, forza e flexibilidade. Alimentación e nutrición axeitada ás actividades realizadas para evitar sobrepeso ou delgadez, elaboración de programas de actividade física e dietas.

Ademais de actividade física como descanso recreación, relación cos demais e contra o estrés.

A educación para a igualdade de sexos e algo que abordamos con tódolos bloques de contidos especialmente cos contidos de baile.

A educación ambiental trabállase cos contidos referidos a actividade no medio natural .

Para a educación do consumidor usaremos temas referidos ó consumo e ó deporte en materiais deportivos, bebidas, aparellos...

En tódolos contidos actitudinais inténtase incidir na educación moral e cívica e na educación para a paz.

A educación vial tratase na maioría dos contidos procedimentais, traballando desprazamentos, atención selectiva, anticipación, e rápida toma de decisións tras percepcións.

A educación para o lecer e un dos enfoques da materia cando se vai adquirindo autonomía na mesma formando ó alumno en actividades físicas diversas que lle permitan ocupar o tempo de ocio.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7
ET.1 - Compresión de lectura	X	X	X			X	X
ET.2 - Expresión oral e escrita	X	X	X	X	X	X	X

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7
ET.3 - Comunicación audiovisual	X	X				X	
ET.4 - Competencia dixital	X	X	X			X	
ET.5 - Emprendemento social e empresarial		X					X
ET.6 - Fomento do espírito crítico e científico		X					X
ET.7 - Educación emocional e en valores	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - Igualdade de xénero	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - Creatividade					X		

Observacións:

Continuación de educación para a saúde:...Alimentación e nutrición axeitada ás actividades realizadas para evitar sobrepeso ou delgadez, elaboración de programas de actividade física e dietas. Ademais de actividade física como descanso recreación, relación cos demais e contra o estrés.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Sendeirismo no Tea	Actividade de sendeirismo para por en valor a contorna máis próxima coma, neste caso, a ribeira do Tea.			

Observacións:

Cando se planifiquen actividades nas que o alumnado saia do centro cómpre ter en conta que o profesorado acompañante debe impartir docencia nos cursos que participen. Para non desatender o centro e poder controlar mellor ao alumnado na actividade.

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

Indicadores de logro
O proceso de ensino-aprendizaxe: 1. Realízase a avaliación inicial ao principio do curso para axustar a programación ao nivel dos estudantes. 2. Detéctanse os coñecementos previos de cada unidade didáctica. 3. Révisanse, con frecuencia, os traballos propostos na aula e fóra dela. 4. Proporcionase a información necesaria sobre a resolución das tarefas e como poder melloralas. 5. Corríxense e explícanse de forma habitual os traballos e as actividades dos alumnos e das alumnas, e danse pautas para a mellora das súas aprendizaxes. 6. Utilízanse suficientes criterios de avaliación que atendan de xeito equilibrado a avaliación dos diferentes contidos. 7. Favorécense os procesos de autoavaliación e coavaliación. 8. Propóñense novas actividades que faciliten a adquisición de obxectivos cando estes non foron alcanzados suficientemente. 9. Propóñense novas actividades de maior nivel cando os obxectivos foron alcanzados con suficiencia.

Escala para avaliar a diversidade: 1. Qué fago para coñecer a composición da clase: Pasar unha proba ao comezo do curso escolar. Ler os informes anteriores. Ver os resultados da avaliación. Facilitáma o Xefe ou a Xefa de Estudos. Facilitanma nas reunións de grupo. Consúltoa directamente no Xade. 2. Teño ou teñen en conta a diversidade á hora de organizar a clase, de crear os grupos, etc.. 3. A miña programación ten en conta a diversidade. 4. Dou a cada alumno e alumna a explicación que precisa: No grupo grande, no grupo pequeno, de forma individual. 5. Propoño exercicios de diferente nivel en cada unidade e cada exame. 6. Teño en conta aos alumnos e alumnas que se afastan da media dos resultados (tanto por arriba como por abaixo) Observacións que considero importantes:

Escala para que o alumnado avalie a práctica docente: 1. Pensas que domina a materia. 2. É xusto nas cualificacións 3 Relaciona a materia con cuestións do teu interese. 4. Dá oportunidade para presentar dúbidas. 5. Favorece a participación na clase. 6. Esperta a túa curiosidade. 7. Motívache a aprender. 8. Parece interesado e ilusionado pola súa materia. 9. Fomenta a colaboración entre os compañeiros. 10. Cres que é un profesor con personalidade. 11. Ten unha boa opinión do grupo Que foi o que máis che gustou da avaliación? Que foi o que menos che gustou da avaliación.

Descrición:

O proceso de ensino-aprendizaxe é dinámico e participativo. Como docentes temos que dispor de instrumentos que nos permitan ir calibrando e reaxustando as nosas debilidades e fortalezas e aqueles aspectos que o necesiten, un control permanente da calidade co fin de mellorar o proceso.

Para avalialo cómpre realizar unha recollida sistemática de información. Para iso describiremos unha listaxe de indicadores de logro que nos permitiran observar o avance do proceso, o cumprimento da programación e a práctica docente. Cómpre salientar que este traballo de reflexión sobre o proceso de ensino e a práctica docente permitiranos:

- Diagnósticar os puntos fortes e débiles. Coñecer o punto de partida do alumno, facilitando a adaptación do currículo e a toma de decisións respecto á organización da programación).
- Regular a aprendizaxe dos alumnos, a metodoloxía, o nivel de esixencia, a cantidade de contidos e en función do desenvolvemento acadado polo alumno.
- Prever ou estimar os rendementos e desempeños dos alumnos.
- Reconducir os distintos elementos da formación en función do progreso do alumno. descriptiva de carácter trimestral:
- Atender ás esixencias da Administración no seguimento e control da práctica docente.
- Introducir propostas de mellora.

Como instrumento para avaliar o proceso de ensino-aprendizaxe temos unha escala de valoración descriptiva de carácter trimestral.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

Serán de varios tipos:

A. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DA AVALIACIÓN: Aquelas destinadas a recuperación dalgunha avaliación suspensa. Gardarán relación cos contidos levados a cabo o longo do trimestre.

B. ACTIVIDADES DE REFORZO: Indicadas para o alumnado que presente dificultades na asimilación dos contidos tratados ó longo do proceso de aprendizaxe.

C. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DO CURSO: levaranse a cabo en xuño unha vez rematen as clases e no período de 15 días, do que se vai dispor por primeira vez, e que virá a substituír a convocatoria extraordinaria de setembro. Se dirixirá ao alumnado que non superou o curso pasado. As actividades de recuperación serán plantexadas para a valoración do proceso de todo o curso en relación ao alumnado implicado.

D. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DA ASIGNATURA PENDENTE:

Para o alumnado que pase de 1º da E.S.O a 2º da E.S.O se aproba a Educación Física correspondente a segundo automaticamente aprobará a de primeiro. Nos demais casos (de 2º a 3º e de 3º a 4º da E.S.O.), levaranse a cabo probas de tipo teórico e/ou práctico de cada un dos contidos levados a cabo en cada un dos trimestres o longo de todo o curso pendente.

9. Outros apartados