

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

## Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15026455	IES Terra de Trasancos	Narón	2023/2024

## Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	3º ESO	2	70

## Réxime

Réxime xeral-ordinario

<b>Contido</b>	<b>Páxina</b>
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	27
4.2. Materiais e recursos didácticos	30
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	31
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	31
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	35
6. Medidas de atención á diversidade	35
7.1. Concreción dos elementos transversais	38
7.2. Actividades complementarias	39
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	41
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	43
9. Outros apartados	43

## 1. Introducción

A materia de Educación Física ten como finalidade principal que os alumnos alcancen a competencia psico-motriz, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa no seu medio e coas demais, que permite que o alumnado supere os problemas motores propostos tanto nas sesións de Educación Física como na súa vida cotiá; sempre actuando de forma coherente e en concordancia co seu nivel de desenvolvemento psicomotor, e outorgándolle especial sensibilidade á atención á diversidade nas aulas, utilizando estratexias inclusivas e procurando a integración dos coñecementos, os procedementos, as actitudes e as emocións que se vinculan á conduta motriz.

O corpo e o movemento son os eixes básicos nos que se debe centra-la acción educativa da área. Neste sentido, resáltase a importancia do coñecemento corporal vivenciado e do movemento, non só polo seu valor funcional, senón tamén polo carácter integrador que ten. Trátase, da educación do corpo e do movemento polo valor intrínseco que ten esta formación e tamén de educación a través do corpo e do movemento para lograr outros obxectivos igualmente importantes no modo de vida actual: saúde, ocio, redución do estrés, saída profesional e relacións sociais. O programa de educación física que se propón integra-las distintas correntes o distintas funcións asignadas á educación física: función de coñecemento anatómico funcional; estética e expresiva; comunicativa e de relación; hixiénica; agonista; catártica e pracenteira e de comprensión.

O IES Terra de Trasancos está situado no Concello de Narón, concello grande entorno rural e urbano, colindante a outro centro de Ensinanza secundaria, sendo un centro en ben comunicado a nivel de acceso e transporte e dotado a nivel de material, tecnoloxía, profesorado e medios para as ensinanzas que imparte: ESO, Bacharelato, FP Básica PDC e Ciclos Superiores.

As características do IES, Terra de Trasancos, condiciona parte da elección de actividades. O instituto comparte o pavillón de deportes do concello co IES As Telleiras o que obriga a ter que impartir as clases dous profesores o mesmo tempo, tendo clase na pista de deportes, algunhas horas, máis de cincuenta alumnos. O pavillón é idóneo para impartir certos contidos pero non é suficiente para algúns deportes de equipo o ter só un cesto o unha soa portería, e non hai separación por medio de cortinas ou mamparas, polo que o factor ruído as veces tamén é limitante.

A pista do instituto de cemento e exterior, non drena ben e tarda moito tempo en secar polo que hai que ir a forza ao pavillón cando hai mal tempo.

O ximnasio ten a altura dunha aula polo que moitos contidos non poden levarse acabo. Tamén ten nas paredes radiadores. Tendo en conta que os grupos soen ser numerosos, isto tamén limita o traballo de certos contidos.

E aínda que dispoñemos de patio interior e campo con arboeda, dependemos do axuntamento para vir a cortar a herba..

A dotación de material de E.F e boa e os medios tecnolóxicos para impartir a materia tamén.

No entorno exterior do centro non se pode desenvolver ningún contido, xa que estamos rodeados de carreteras e a parada dos buses.

Os grupos de 3º ESO son dous, cun total de 58 alumnos, e bastante numerosos, e en xeral de bo comportamento e traballo:

3º A son 30 alumnos, : 19 alumnos con 2 alumnos repetidores, e 11 alumnos de PDC con 2 alumnos repetidores ., Os alumnos de PDC atopamos problemas a nivel académico no aprendizaxe teórico, aínda que non afectan de maneira moi significativa a E. Física, aínda que de ser necesario, se farían as adaptacións oportunas( casos dislexia por exemplo). A nivel práctico e comportamental e un grupo bo e moi numerosos. Temos ademais, un alumno con con discapacidade sensorial: sordera, que ten prótesis auditiva, con acompañamento de interprete para a comunicación, pero que non presenta dificultad a nivel motriz, nin académica na materia, salvo no mencionado anteriormente ( adaptacións rexistradas no apartado correspondente).

3º B con 28 alumnos, alumnos , un deles repetidor, con algúns alumnos as veces disruptivos a nivel comportamento na clase, de bo nivel práctico. Os problemas que atopamos a nivel académico (sobre todo parte teórica, como a dislexia ou TEA, aínda que non afectan de maneira moi significativa, se fose necesario se farán as adaptacións oportunas, rexistradas no apartado correspondente.

A materia é impartida por Mª Teresa Blanco Martínez, Xefa de Departamento e consta de 2 horas semanais para cada grupo de 3º de ESO, impartindo un total de 4 horas a todo 3º de ESO.

A lingua na que se imparte a materia é en Castelán.

## 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	
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

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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	APRENDEMOS A ADESTRAR: Melloramos os nosos hábitos saudables, a nosa resistencia e Traballamos a nosa forza e flexibilidade	Nos bloques de vida activa e saudable e resolución de problemas en situacións motrices, coas pautas xa traballadas en cursos anteriores, o alumnado comeza coa autonomía a preparar o seu propio adestramento, experimentando diferentes sistemas de traballo. Nesta unidade incluiremos contidos relacionados coa ergonomía en actividades cotiás, a alimentación e a identidade corporal.	20	14	X	X	X
2	ACTUAMOS ANTE UN ACCIDENTE	Continuidade, reforzo e ampliación dos contidos do bloque de Organización e xestión da actividade física relacionados cos primeiros auxilios, procurando darlle máis protagonismo ao alumnado nas actuacións ante accidentes.	10	5	X		
3	XOGAMOS!!!.	Dando continuidade as unidades didacticas desenvolvidas nos dous primeiros cursos, posto que consideramos o xogo un medio fundamental nesta materia, propoñemos un novo contido relacionado cos xogos malabares, donde a fabricacion e preparacion do material podria ser un dos centos de interes desta unidade didactica.	4	5	X		
4	INICIÁMONOS NUN DEPORTE DE LOITA	Unidade motriz básica luctatoria como traballo de práctica dun deporte individual para o desenvolvemento de resolución de problemas en situacións motrices e organización da práctica motriz.	4	6		X	
5	ACROSPORT III	Proposta do traballo de acroximnasia. O traballo colaborativo, a creatividade e o dominio do corpo, combináanse nesta	15	10		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
5	ACROSPORT III	unidade, para darlle protagonismo as aportacións individuais ao conxunto do grupo.	15	10		X	
6	EXPRESOME E TRANSMITO.	Traballo de técnicas específicas de expresión corporal e práctica de actividades rítmico-musicais. Creación e representación de composicións individuais e colectivas. Danza, mimo, traballo xestual e tamén teatral.	15	10		X	
7	PRACTICAMOS UN DEPORTE COLECTIVO: Hockey e unihockey	Seguindo coa dinámica de cursos anteriores, traballaranse os contidos de Interacción social e resolución de problemas en situacións motrices a través dunha proposta dun deporte colectivo non traballado anteriormente. O Hockey ou unihockey pode ser un bo recurso para este curso.	19	11			X
8	POSIBILIDADES DO MEU CONCELLO E ORIENTACIÓN URBANA E NO MEDIO NATURAL	O coñecemento da contorna e as posibilidades que ofrece para a práctica de actividade física é unha boa posibilidades para o traballo do bloque sexto.	8	5			X
9	PRACTICAMOS UN DEPORTE URBANO	Resolución de situacións motrices e retos en diferentes contextos. Valoraranse as posibilidades do entorno próximo, ou mesmo do propio centro educativo para a practica de por exemplo o parkur ou wave.	5	4			X

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	APRENDEMOS A ADESTRAR: Melloramos os nosos hábitos saudables, a nosa resistencia e Traballamos a nosa forza e flexibilidade	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.,mostrando a aplicación dos coñecementos adecuados en fichas de traballo teórico sobre rutinas propias	PE	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Autorregular a práctica de a. física orientada ao concepto integral de saúde, segundo as necesidades e os intereses individuais, respectando a propia realidade e identidade, a través da realización de unha proba de resistencia de 12(t.cooper) e de forza (abdominais e flexións 1)	TI	90
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde.		
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na xestión e preparación destas		
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao 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 e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso como fichas control .		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico.</li> <li>- Autorregulación do adestramento.</li> <li>- Alimentación saudable e análise crítica da publicidade.</li> <li>- Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares.</li> <li>- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.</li> <li>- Ergonomía en actividades cotiás.</li> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Saúde mental:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esixencias e presións da competición.</li> <li>- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais.</li> <li>- Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.</li> <li>- Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.</li> </ul> </li> <li>- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.</li> <li>- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.</li> <li>- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia).                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistemas de adestramento.</li> </ul> </li> </ul>



### Contidos

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
- Igualdade no acceso ao deporte.
- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
- Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
2	ACTUAMOS ANTE UN ACCIDENTE	5

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios mostrando os coñecementos básicos mediante proba escrita.	PE	50
CA1.2.1. - Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	50
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> </ul> </li> <li>- Actuacións críticas ante accidentes:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).</li> <li>- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).</li> <li>- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).</li> </ul> </li> <li>- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
3	XOGAMOS!!!.	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	100
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na xestión e preparación destas		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou cooperativo establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final. .		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas acerca dos estereotipos de xenero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros.		
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practicar actividades con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.</li> <li>- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.</li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.</li> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- adecuadamente.</li> <li>- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.</li> <li>- Capacidades volitivas e de superación.</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.</li> <li>- Igualdade no acceso ao deporte.</li> <li>- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
4	INICIÁMONOS NUN DEPORTE DE LOITA	6

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.2.1. - Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	100
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na xestión e preparación destas		
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación do proceso., mostrado os coñecementos propios, mediante ficha de traballo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución nunha situación de xogo real de pequeno partido de 10		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices, nunha proba de habilidades específicas do deporte traballado.(tiro, conducción, pase..)		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas acerca dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Alimentación saudable e análise crítica da publicidade.</li> <li>- Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares.</li> </ul>

## Contidos

- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.
- Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.
- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.
- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.
- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.
- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
  - Xestión do risco propio e do dos demais.
  - Medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
  - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.
  - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
  - Capacidades volitivas e de superación.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
  - Igualdade no acceso ao deporte.
  - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
  - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
5	ACROSPORT III	10

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices relacionadas co acroesport e habilidades ximnásticas, mostrando o coñecemento da normativa do acroesport, as normas de montaxe e execución con seguridade.	PE	20
CA1.2.1. - Incorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na xestión e preparación destas		
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao 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 e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo/colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación/coavaliación do proceso e a elaboración realizando 5 figuras básicas individuais do acroesport e 1 montaxe grupal básico		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices mediante a elaboración e realización dun montaxe grupal básico de acroesport de polo menos 4 persoas.	TI	80
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de producións e proxectos para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final, mediante a elaboración e realización dun montaxe grupal básico de acroesport de polo menos 4 persoas.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes.		
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións colectivas con base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación, mediante a elaboración e realización dun montaxe grupal básico de acroesport de polo menos 4 persoas.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Educación postural: movementos, posturas e estiramentos ante dores musculares.</li> <li>- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.</li> <li>- Ergonomía en actividades cotiás.</li> <li>- Coidado do corpo: queceamento específico autónomo.</li> <li>- Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> <li>- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.</li> <li>- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.</li> <li>- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:</li> </ul>



Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> <li>- Toma de decisións:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.</li> <li>- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades volitivas e de superación.</li> </ul> </li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
6	EXPRESOME E TRANSMITO.	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Incorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	ncorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	100
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao 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 e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo o colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluíndo estratexias de autoavaliación/coavaliación do proceso creando unha coreografía dun baile, de alomenos 2 personas, cun nº mínimo de 4 pasos con base musical		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de producións e proxectos para alcanzar o logro grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles e á optimización do resultado final. para crear unha coreografía dun baile, de alomenos 2 personas, cun nº mínimo de pases con base musical		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas acerca dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros.		
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia.		
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións colectivas con base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión/comunicación para crear unha coreografía dun baile, de alomenos 2 personas, cun nº mínimo de pases con base musical		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.</li> <li>- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades volitivas e de superación.</li> </ul> </li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Igualdade no acceso ao deporte.</li> <li>- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.</li> <li>- Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.</li> </ul> </li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
7	PRACTICAMOS UN DEPORTE COLECTIVO: Hockey e unihockey	11

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.2.1. - Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	ncorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.mostrando os coñecementos básicos da actividade en fichas de traballo: regulamentación, seguridade,..	PE	10
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, respectando a propia realidade e identidade corporal.	TI	90
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde.		
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao 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 e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo/colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo, incluír estratexias de autoavaliación/coavaliación do proceso desenvoltas nun circuito de habilidades técnico/tácticas do deporte de unihockey ou hockay		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución en situación de xogo real de pequeno partido do deporte practicado: hockey ou unihockey.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices nun partido de xogo real de hockey ou unichockey		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades, adoptando estratexias de superación e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Entenderse co resto de participantes durante as prácticas con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades de diálogo na resolución de conflitos facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas acerca dos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.</li> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Saúde mental:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esixencias e presións da competición.</li> <li>- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais.</li> <li>- Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.</li> <li>- Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> <li>- Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.</li> <li>- Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.</li> </ul> </li> </ul>

## Contidos

- Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
- Igualdade no acceso ao deporte.
- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
- Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
8	POSSIBILIDADES DO MEU CONCELLO E ORIENTACIÓN URBANA E NO MEDIO NATURAL	5

Critérios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Incorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	ncorporar de forma autónoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na xestión e preparación destas. organizando e xestionando un xogo de orientación/ búsqueda de pistas ou unha actividade no meu concello. en grupo., seguindo as pautas traballadas nos contidos		
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en actividades en contornas urbanas e naturais, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación dos espazos.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Alimentación saudable e análise crítica da publicidade.</li> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> <li>- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.</li> <li>- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.</li> </ul>

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> </ul> </li> <li>- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.</li> <li>- Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario.</li> <li>- O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.</li> <li>- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.</li> <li>- Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física.</li> <li>- Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano.</li> <li>- Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
9	PRACTICAMOS UN DEPORTE URBANO	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Incorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	ncorporar de forma autonoma procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	100
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices.		
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Desenvolver a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando as propias capacidades e aplicando procesos de percepción, decisión e execución.		



Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar actitudes comprometidas acerca dos estereotipos de xenero e comportamentos sexistas, identificando factores que contribúen ao seu mantemento e difundindo referentes de distintos xéneros.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir sendo conscientes da pegada ecolóxica		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participar en actividades físico-deportivas no medio urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Educación postural: movementos, posturas e estiramentos ante dores musculares.</li> </ul>

## Contidos

- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.
- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.
- Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.
- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.
- Saúde mental:
  - Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
  - Xestión do risco propio e do dos demais.
  - Medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
  - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
  - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
  - Capacidades volitivas e de superación.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
  - Igualdade no acceso ao deporte.
  - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
  - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.
- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.
- Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.
- Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física.
- Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en

## Contidos

- contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.

### 4.1. Concrecións metodolóxicas

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

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

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

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

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

#### 1. ESTILOS DE ENSINO

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

Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles aseguranos a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F.

Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que cada un ten un carácter propio que permite alcanzar obxectivos secundarios específicos deste.

Chegado o momento de decidirse por un determinado estilo de ensino, a súa selección farase en función de cal sexa o máis apropiado para a ensino-aprendizaxe dunha tarefa determinada. Así para as aprendizaxes técnicas e doutros contidos de similares características, utilizaremos estilos máis directivos; mentres que para aprendizaxes tácticas, de expresión corporal, e outros de similares características fomentaremos a creatividade a través de estilos baseados no descubrimento.

Darase o caso de que nunha mesma sesión se varíen os estilos de ensino utilizados dependendo de cada tarefa.

#### 2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

##### AGRUPAMENTOS

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

##### UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

Para levar a cabo as nosas intencións educativas non reduciremos o noso espazo de actuación á aula e ás instalacións deportivas que se nos asignen, senón que espremeremos ao máximo a utilización dos espazos

dispoñibles no centro( patio, exterior centro..), co ánimo de descontextualizar o ensino da E.F. das instalacións deportivas. Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, poderemos empregar a biblioteca do centro,ou para aproveitamento nas horas de lecer con programas activos como "Pedalear e leer: O Camiño de Santiago Francés". Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede. Por último tamén podemos utilizar a aula de informática para presentar ao alumnado aplicacións e ferramentas interactivas de autoavaliación da condición física e de adestramento que xa veñen implementadas en soporte informático.

#### OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

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

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

Preparación da clase de educación física. Os preparativos previos á sesión adoitan seguir un protocolo cotián e repetitivo: acceder ao vestiario dende a aula, cambiarse de roupa, ir á pista ou ximnasio, pasar lista, regresar, asearse e volver cambiar de roupa. Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estancia no vestiario, acudindo a sesión xa con roupa de E.Física dende casa, os días que teñan a materia, así como acudindo directamente o ximnasio ou Pavillón as primeiras horas, sen subir as clases a deixar mochilas.

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

a) Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas. Focalizaremos a atención nun ou dous aspectos que aseguren certas posibilidades de éxito nos primeiros intentos para non desbordar o alumnado con demasiada información e ademais, conseguir que se motiven polos primeiros éxitos alcanzados. Especial trato dedicaremos ás premisas de respecto mutuo e de seguridade nas tarefas, de cara a que o alumnado aprenda claramente o seu papel na prevención de riscos e na axuda ao compañeiro/a.

b) Rendibilidade na montaxe e recollida do material. Para evitar as perdas de tempo nesta faceta da sesión, aproveitaremos ao máximo os materiais que seleccionemos para a sesión. Ademais, designaremos ao inicio da sesión, ao alumnado responsable da colocación e recollida do material que se vaia utilizar. Naquelas sesións nas que se vaia traballar en circuíto e necesiten moito material, intentaremos na medida do posible, realizar a montaxe previamente á sesión.

c) Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos. Para evitar as perdas de tempo que supoñen tanto o establecemento de agrupamentos, como a transición duns a outros, naquelas sesións nas que as actividades de ensino-aprendizaxe demanden continuos cambios de agrupamentos, secuenciaremos as mesmas de tal maneira que vaian seguidas todas as actividades individuais, logo por parellas, logo por cuartetos, etc., aproveitando o agrupamento anterior para facer o seguinte, de ser posible.

d) Optimización das partes da sesión. Aínda que diferentes autores propoñen varias divisións das sesións de E.F., podemos dicir que basicamente as sesións de educación física divídense en tres partes, a saber: posta en acción, parte principal e volta á calma. Nos puntos anteriores abordamos as pautas a seguir para evitar as perdas de tempo na parte principal da sesión, centrándonos agora nas outras dúas partes.

Para limitar as perdas de tempo na posta en acción, aproveitaremos esta para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal.

Na volta á calma, aproveitaremos o tempo de recuperación para recordar os puntos máis importantes traballados na parte anterior, repartiremos, no seu caso, as fichas de avaliación da sesión e motivaremos o alumnado para a sesión seguinte.

### 3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

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

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

cada vez máis Intrínseco.

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

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

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

#### 4. ACTIVIDADES

A función das actividades é a de reforzar os contidos, grazas a elas o alumnado adquire os mesmos. Ademais, teñen unha función favorecedora do proceso de socialización.

Polo tanto, para cumprir coa súa función, utilizaremos diferentes tipos de actividades. As actividades de Diagnóstico utilizarémolas principalmente nas primeiras sesións de cada U.D. co obxectivo de levar a cabo a avaliación dos coñecementos previos do alumnado sobre os contidos a desenvolver. As actividades de Desenvolvemento que utilizaremos para desenvolver os contidos centrais das distintas UU.DD. Ligadas a estas actividades virán as de Síntese, nas cales trataremos de conseguir a aplicación dos contidos aprendidos, en situacións reais de práctica. Por último, seguindo a lóxica metodolóxica, levaremos a cabo as actividades de Avaliación, coas que pretendemos comprobar o nivel de adquisición de contidos desenvolvido polo alumnado. Non debemos esquecer, que dada a heteroxeneidade do alumnado, os ritmos de aprendizaxe son individuais, polo tanto teremos preparados dous tipos máis de actividades; as de Reforzo, que utilizaremos con aquel alumnado cuxo ritmo de aprendizaxe sexa máis lento que o do grupo de referencia; e as de Ampliación, que utilizaremos con aquel alumnado que presenta un dominio importante do contido dende un principio, ou cuxo ritmo de aprendizaxe está por riba do grupo de referencia. (utilizando tanto a clase práctica, como a aula virtual da materia, a través de actividades teórico-prácticas, con explicacións verbais, xestuais (da propia profesora e interprete, no caso de adaptación auditiva) ou de execución práctica e visuais: videos ...)

#### 5. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

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

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

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

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

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

## 6. RUTINAS

Para favorecer o bo funcionamento das sesións, e coa intención de optimizar ao máximo o tempo de práctica efectivo por parte do alumnado que redunde nunha maior aprendizaxe por parte destes, establécense unha serie de rutinas.

Traslado dende a aula de grupo a clase de E.F: o grupo unha vez finalizada a sesión anterior, se trasladará o patio cuberto do centro, onde estará esperando a profesora que indicará se se vai o ximnasio do centro ou o pavillón "As lagoas". O traslado o exterior, será sempre en presenza da profesora e según as súas indicacións, nunca por iniciativa do alumnado e sin permiso.

Entrada e Saída da aula: A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 5 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula de educación física (pavillón, pista, etc) correspondente. A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

Cambio de Roupas: O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da roupa necesaria para realizar a sesión, sempre e cando este sexa necesario. Aínda que por economía de tempo ( moitas veces temos que trasladarnos fora, o pavillón), cando teña sesión de E.F, xa virá coa roupa para a práctica dende casa, cambiándose o finalizar a sesión.

Hábitos Hixiénicos: Distinguiremos entre aseo e ducha. Entendemos por aseo o secado da sudoración e o cambio de roupa. Para iso o alumnado contará con 5 minutos, onde cambiará alomenos a camiseta, se lavarás con auga e xabón e botará desodorante. O alumnado que mostre a súa intención de ducharse, debe advertilo ao profesorado antes de iniciar a clase, cedéndoselle os últimos 7-10 minutos da sesión.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión a excepción de, se é o caso, o alumnado que se vaia duchar. Os alumn@s exentos da práctica, colaborarán a recollida e reparto do material como parte do seu traballo de substitución da práctica.

O material, única e exclusivamente se collera e recollerá se a profesora o autoriza, nunca por iniciativa propia do alumnado. Se se utilizan varios materiais na sesión, cada alumn@ é responsable de collelo e entregalo nas mesmas condicións nas que estaba. O uso inadecuado ou perda, supón pagalo por parte do alumno.

## 4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso.
Apuntes, fichas, test, taboas de indicadores, exámes, mapas mentales, web-quest... material teórico- práctico elaborado pola profesora de creación propia para a aula virtual da materia
. Aula virtual/moodle. e cursos dispoñibles na aula.
Outras ferramentas dixitais ou plataformas de aprendizaxe. ( webs, blogs..), web do centro educativo .,apps, ferramentas de atención educativa: aplicacións subtítulos vídeos, etc.
Redes sociais, aplicacións diversas relacionadas co mundo da actividade-físico deportiva, a saúde , nutrición e hábitos saudables
Material bibliográfico e audiovisual do departamento, biblioteca, outras dependencias do centro, etc...
Equipos de grabación de audio e vídeo
Material funxible propio das actividades físico-deportivas do departamento: balóns diferentes deportes, redes, cordas, aros, vallas, raquetas,stickis,..
Material de creación propia polo alumnado

Instalacións: ximnasio do centro. Pista exterior de cemento e medidas campo f.sala , con gradas. Pavillón polideportivo "As Lagoas" ( a metade do pavillón)
Material específico E:Física: bancos suecos, colchonetas, quitamiedos, plintón, espalderas, reutex, redes deportes diversos..
Material fixo E.F: 4 canastas exteriores baloncesto, 2 postes fixos exteriores volei 2 porterías exteriores. 1 canasta no pavillón, 2 porterías f.sala no pavillón.
Material deportes urbanos e alternativo: waves, freesbes...

Na materia de E.F non se usa libro de texto, todo o material empregado a nivel conceptual e probas prácticas e teóricas e táboas de indicadores ou rúbricas é elaborado pola profesora de E.F e Xefa de Departamento e está na aula virtual

### 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

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

Os procedementos de avaliación poderán ser variados, tanto probas escritas e prácticas , como observación directa de tarefas específicas e táboas de indicadores ou rúbricas nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais. O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D: táboas de indicadores, fichas aula virtual, test baremación probas físicas,proba teórica..

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

A avaliación inicial a principio de curso, para ver os coñecementos teórico - prácticos dos que parte o alumnado se levara a cabo mediante o test de Cooper de 12, según taboa de indicadores e unha proba teórica sobre coñecementos xerais da materia. Ambas non serán puntuables na nota, so serven para establecer o nivel inicial do alumnado con respecto a materia e para elaborar , reforzar ou avanzar nos contidos propostos na programación nas diversas U.d.

### 5.2. Criterios de cualificación e recuperación

#### Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	Total
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>100</b>
<b>Proba escrita</b>	10	50	0	0	20	0	10	0	0	<b>12</b>
<b>Táboa de indicadores</b>	90	50	100	100	80	100	90	100	100	<b>88</b>

#### Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 9 UD. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1, 2 e 3 impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 34%; a 4, 5 e 6 impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 34%, e a 7, 8 e 9 impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 32%. No número de sesións asignado a cada UD contémpanse tamén a/as sesións dedicadas á avaliación.

O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma.

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, para cada Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD).

Tendo en conta estes elementos, para a superación de cada unidade didáctica o alumnado deberá acadar os mínimos de consecución establecidos, nun peso orientativo global igual ou superior ao 50%. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as medidas de reforzo educativo necesarias.

A cualificación de cada trimestre, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada UD impartida no trimestre.

A cualificación da avaliación previa á avaliación final da materia, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral.

O valor numérico da nota irá dende o 1 ao 10, redondeando á unidade máis próxima, (ata .4 cara abaixo e dende .5 cara arriba), aínda que o redondeo só se fará na avaliación ordinaria da materia, non en cada trimestre, e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar unha puntuación de 5 ou superior.

Nos criterios de avaliación de cada trimestre,realizarase unha síntese e valoración de todas as notas procedentes dos tres ámbitos de actuación dos alumnos: teórico, práctico e actitudinal. Para obter a nota de avaliación , medírase o nivel de logro acadado nos estándares de aprendizaxe incluídos na avaliación.

\*Os niveis de logro referido a parte actitudinal (10% comportamento , 10%participación e actitude,10% hábitos hixiénicos e 10%asistencia )valen un 40% .( avaliados a través deobservación directa da profesora, caderno da profesora, táboas de indicadores, rúbricas...)

Os niveis de logro referidos as probas teóricas ( fichas aula virtual, exames,exposicións, traballos...) valen un máximo dun 30%( cada proba individual, puntuase de 1 a 10 e logo se fai a media aritmética e a equivalencia dentro de este porcentaxe.

\* Os referidos a parte práctica: probas prácticas, test, probas de habilidades deportivas, coeográficas ou montaxes, organización de actividades no medio natural... ( avaliados a través de táboas de indicadores ou rúbricas, que rexistran a execución ou baremación de probas prácticas diversas) un 30%, igualmente cada proba puntua de 1 o 10 e logo se fai a media aritmética e a equivalencia de este porcentaxe... As ponderacións de cada proba, será previamente explicada o alumno e están sinaladas nos porcentaxes das diversas táboas de indicadores expostos na aula virtual en cada trimestre e U.D

En cada un dos niveis, hai que acadar polo menos a nota de 3 para poder facer media e optar ao aprobado do trimestre. Ter algún nivel/parte de 0 ou menos de 3, supón suspender o trimestre, aínda que as partes restantes derán para aprobar.

O valor numérico da nota irá dende o 0 ao 10, redondeando á unidade máis próxima , (ata .4 cara abaixo e dende .5 cara arriba) este redondeo só se aplicará na nota da avaliación ordinaria da materia ( Xunio), nunca en cada trimestre, e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar un 5 ou superior.

. Dos estándares de práctica que non se fan exames, a valoración correspóndelle ao apartado de traballo/participación/esfuerzo en clase, é dicir, da actitude , que asumiría o seu porcentaxe na ponderación da avaliación correspondente. De igual forma, os estándares de teoría nos que non hai proba práctica avaliada con táboa de indicadores a valoración correspóndelle ao apartado de traballo/participación/esfuerzo en clase, é dicir, da actitude , que asumiría o seu porcentaxe na ponderación da avaliación correspondente.

#### OUTROS ASPECTOS DOS CRITERIOS DE AVALIACIÓN:

-Con catro días sen asearse ( cambio mínimo de camiseta e aseo) ou non facer a práctica sen xustificar debidamente no trimestre : faltas de asistencia, roupa, saúde.: Suspende a avaliación.

-Cada día sen facer a práctica sen xustifica adecuadamente:Baixa nota 0,5puntos.

-Falta de roupa e/ou calzado deportivo :Baixa a nota 0,5 puntos.

-Cada día que non se asee( cambio mínimo de camiseta o finalizar e aseo)/duche: Baixa nota 0,5

-Negarse a facer a tarefa/s proposta: Cero no estandar e pode suspender a avaliación se a actitude permace.

Sen a roupa/calzado axeitado (deportivo):Non se fan os exames/probas. Non se fai esa sesión/clase.

- Cada comportamento disruptivo ou irrespetuoso na clase, ademáis da sanción que corresponda según regramento de reximen interno: desconta 0,5 menos.



-Cunha nota de 0/ ou menos de 3 nunha avaliación/trimestre: Faise recuperación, aínda que a media total, na final, de aprobado

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto fichas de traballo na aula virtual probas escritas o ou prácticas mediante táboas de indicadores diversas ou rúbricas, como observación directa por parte da persoa docente. As probas escritas poderán ser exames tipo test, de resposta curta ou de desenvolvemento. Tamén poderán solicitarse a realización de traballos escritos.

As taboas de indicadores rexistraran mediante escalas de valoración, tanto os comportamentos actitudinais (participación, esforzo, interese..) respecto as regras como escalas de valoración de estándares prácticos e de traballos teóricos (baixado de internet, presentación..) mediante rúbricas e outros aspectos de criterios de cualificación (días de falta de práctica ou falta de roupa axeitada sen xustificar). Estarán rexistradas no caderno do profesor e tamén algunhas delas, expostas na aula virtual en cada trimestre e serán explicadas pola profesora no inicio da U.D e clases previas.

Ao ser unha materia eminentemente práctica, o procedemento de avaliación máis empregado será a observación directa a través de diversos instrumentos, principalmente táboas de indicadores, rúbricas, listas de cotexo e escalas de valoración, en función dos contidos a desenvolver, aínda que os contidos teóricos tamén serán avaliados, fundamentalmente mediante fichas na aula virtual da materia

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesiões, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc.

Dado que en E.F non hai exención total, se non exención de práctica por motivos médicos, a xustificación para a mesma é so mediante certificado ou informe médico, no que se faga constar a lesión ou motivo eximente da práctica, indicaciónes ou contraindicaciónes para a súa realización e tempo de exención. E será o médico ou especialista médico exclusivamente quen xustifique está falta de práctica, así como o final da lesión ou doenza para poder volver a realizala. Se esta falta de práctica vai a ser para todo o ano, dentro das 2 primeiras semanas se entregará a profesora de E.F o xustificante para compensar esta parte, con a substitución teórica (traballos, fichas, exames colaboracións.), pasando no baremos a puntuar un 60% (parte práctica+parte teórica), sendo nos demais aspectos cualificado o alumno, como o resto e según o anteriormente explicado.

Se é unha falta de práctica parcial se seguirán os mesmos criterios e aquelas U.D ou contidos afectados, serán avaliados de forma teórica.

Se o alumn@ esta lesionado o día do exame práctico ou teórico ou non acude ese día o exame por causa xustificada, terá que traer xustificación nos 2 días seguintes e o exame práctico ou proba se lle repetira a criterio da profesora en días posteriores, sempre que a falta ou falta de práctica sexa xustificada por motivos médicos ou causa de forza maior. Nunca se repetirá un exame, por non traer roupa ou faltar sen causa xustificada ou negarse a facelo ese día, e a proba tera a calificación de suspensa.

Para a avaliación deste alumnado empregaranse probas escritas e fichas de traballo na aula virtual, rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.

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

Criterios xerais de avaliación e cualificación dos estándares actitudinais para 3º ESO:

1. Cumprir as normas de clase
2. Cumprir as regras dos xogos e deportes.
3. Utilizar correctamente o material didáctico e deberá repoñelo no caso de rachalo para poder aprobar.
4. Coidar as instalacións deportivas.
5. Colaborar no traslado, instalación e recollida do material de Ed. Física.
6. Mostrar unha actitude non discriminatoria cos compañeiros, nin pola súa capacidade, seu sexo ou calquera outro motivo.
7. Participar activamente nas actividades de clase. Valórase o traballo diario, o esforzo, na realización dos exercicios

e actividades da sesión.

8. Mostrar unha actitude de respecto ca profesora e cos compañeiros.

9. Valórase o interese e a responsabilidade polas tarefas a desenrolar.

10. Levar a cabo as medidas de seguridade: non mascar chicle, realizar exercicios que non estean nas actividades da sesión, quitar as xoias e o reloxo e recoller o pelo, seguir as indicacións sobre apoios, distancias, agarres, etc.

11. Cumprir con as normas de hixiene e aseo persoal.

12. Utilizar a aula virtual de forma correcta e entregar os traballos, fichas, tarefas, probas...no tempo e forma establecidos pola profesora.

RÚBRICA: ESCALA DE VALORACIÓN ESTÁNDARES ACTITUDINAIS :

Conduta observada:

Cumpre as normas de clase e as regras dos xogos.

Coida e usa correctamente o material e as instalacións

Coopera e colabora no traslado, instalación e recollida do material.

Non Discrimina a seus compañeiros pola súa capacidade, sexo, amizade..

Participa activamente nas tarefas propostas. Non facela cero na valoración final.

Traballa acotío nos exercicios e actividades das sesións. (Maior valoración).

Mostra interese polos traballos a realizar

Leva a cabo as medidas de seguridade indicadas

Mostra respecto pola profesora e compañeiros, non mostrando mala educación nin conductas disruptiva.

Escala de valoración:

Moi pouco: 0,5

pouco/algo: 1

suficiente:2

bastante:3

moito:4

CRITERIOS XERAIS DA AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN DOS ESTANDARES DE TEORÍA:

1. Presentar os traballos na data sinalada. Non se recollen outro día.

2. Realizar na aula virtual e entregar unicamente por esta vía (só por aviso expreso da profesora se requerirá outra vía de entrega), os traballos ou fichas teórico-prácticas de cada U.D requerida, na data sinalada e cos criterios indicadas en forma e tempo para cada tarefa. Non se admiten por usb, nin enviadas en outro formato que non sea pdf,( para poder correxilas on-line),

3. Realizar os traballos: limpos, sen tachas e cas follas sen arrogas.

4. Valórase a presentación: portada, organización dos contidos, índice, bibliografía ou webgrafía, etc.

5. Realizar os traballos cumprindo as indicacións que se sinalen: límite de follas ou caras, contidos especificados, exemplos, debuxos, esquema.

6. Os traballos que requiran entrega física, pódense realizar a man ou no ordenador, teñen a mesma valoración.

7. Os traballos non poden baixarse de internet, nin facerse con ¿copiar e pegar¿. Hai que seleccionar a información e elaborar o texto.

8. Para poder aprobar, deberán figurar os aspectos básicos dos contidos que se indican.

9. Cando na mesma avaliación se fagan varios traballos, terán un valor do 50 % da nota cada un deles excepto que se indique outra valoración

10. Cando o alumno non realiza o exame, deberá xustificar ¿convenientemente¿ a falta de asistencia para poder facer o exame outro día. A xustificación deberá presentarse ao día seguinte a data do exame.

11. Os exames ou probas escritas, teñen un tempo de execución unicamente correspondente a sesión de clase. Calquera actitude disruptiva, por parte dun alumn@/s, sospeitosa de fraude ou copia con calquera dispositivo ou formato alleo o propio exame, levará consigo a retirada inmediata do mesmo e a inmediata calificación de 0 para os estándares avaliados nesa proba, sen opción a repetilo.

12. As consultas na aula virtual, sobre os contidos, dúbidas, etc, se farán UNICAMENTE POLO PROPIO ALUMN@ no seu espacio(NIN OUTROS ALUMNOS, NIN PAIS/NAIS) e DITA AULA SERÁ SÓ PARA O TRABALLO E CONSULTA DOS MESMOS CON A PROFESORA, NUNCA COMO CHAT CON COMPAÑEIROS OU PARA COMENTARIOS OU USO INADECUADO DE OUTROS TEMAS ALLEOS A MATERIA DE E.F . CALQUERA CONDUCTA NON ADECUADA, SERÁ SANCIONADA E CONLEVARA UNHA VALORACIÓN NEGATIVA NOS ESTANDARES CORRESPONDIENTES.

13. Cando o alumno non entrega o traballo na data indicada por falta de asistencia, farao ao día seguinte, tendo a ausencia debidamente xustificada.

14. As recuperacións dos exames e traballos fanse en Xuño.

### **Criterios de recuperación:**

Para recuperar as U.D non superadas: no período que vai dende a finalización das mesmas ata antes da avaliación ordinaria de Xunio se realizarán as recuperación dos contidos suspensos de cada U.D o da U.D na súa totalidade se é o caso, non de todo o trimestre( comunicadas datas previamente na aula virtual e os propios alumnos verbalmente), aínda que este estivera suspenso. Se se aproban, se considerará aprobada a materia, se non é así, antes na avaliación ordinaria de Xunio o alumno se examinará de todos os contidos da materia de E.Física nunha proba final única teórico-práctica con todos os contidos da materia antes da avaliación ordinaria e despois das datas pautadas para a realización das recuperacións parciais das U.D, Segundo as circunstancias, poderanse propor a realización de probas escritas. Para recuperar a avaliación trimestral: O alumnado deberá recuperar so as U,D que non teña superadas . Segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas. A proba será preferentemente práctica, aínda que poderanse propor probas escritas .

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

O alumnado de 3º ESO que fora promocionado desde o curso anterior coa materia sen superar deberá seguir un plan de reforzo destinado á súa recuperación e á súa superación. O plan de reforzo será elaborado polo profesorado que imparte a materia do alumno ou alumna, e baixo as directrices deste departamento didáctico, así como co coñecemento do profesorado titor, e terá como referentes os obxectivos da materia e a contribución á adquisición das competencias. Igualmente, será un plan que se adapte ás particularidades de cada alumna ou alumno destinatarios. O departamento didáctico velará pola realización do plan por parte da alumna ou do alumno.

O plan de reforzo entregárase a cada alumno ou alumna coa materia pendente ao longo do mes de setembro, unha vez iniciado o curso e terá que conter a seguinte información:

- Identificación da alumna ou do alumno.
- Información relevante sobre a materia sen superar.
- Currículo para desenvolver, con especificación dos criterios de avaliación.
- Estratexias metodolóxicas que se utilizarán no seu desenvolvemento.
- Recursos necesarios para o seu desenvolvemento.
- Tarefas para realizar, coa debida temporalización.
- Seguimento e avaliación.
- Acreditación da información á familia.

A recuperación da materia poderá facerse mediante a entrega de traballos, fichas na aula virtual, colaboracións na organización de actividades, realización de probas prácticas..etc

O alumnado coa materia pendiente poderá recuperar a materia da seguinte forma: entregando os traballos, fichas ou probas requiridas en cada trimestre, nas datas acordadas pola profesora de E.Física, e calificadas en base os criterios de avaliación que rixen a materia de E.Física e xa detallados, sendo o 5 a nota media de todos os contidos ( teórico, práctico e actitudinal) necesaria para superar cada trimestre. Se cada trimestre é aprobado en base o traballo feito, acadando o 5 de media entre todos os apartados, a materia se considerará aprobada e a nota final de pendentes en Maio será a media aritmética das notas dos tres trimestres, considerandose a materia superada, sempre que esa nota sexa igual ou superior a 5, sendo tamén a nota da avaliación ordinaria de Xunio.

Se a media aritmética dos trimestres en menor que 5, o alumno irá a proba final de pendentes da materia en Maio, con todo o contido da materia, non só con aquel que teña suspenso. A proba final será teórico-práctica e se considerará aprobada a materia si a nota no/s exame/s finais e 5 ou superior.

### **6. Medidas de atención á diversidade**

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

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos.

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

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

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

Alumnado lesionado ou incapacitado temporalmente para realizar a práctica. No caso deste alumnado con necesidades educativas especiais poñeranse en marcha os apoios e as atencións educativas específicas necesarias para a consecución dos obxectivos de aprendizaxe. Nestes casos, asignarase un rol en función da UD que garanta que participa e logra os obxectivos fixados: avaliador, xuíz/árbitro e axudante serán os roles máis utilizados,ou realizara traballos ou fichasteóricas específicas e adaptadas a súa casuística. A avaliación da súa práctica realizarase a través de táboas de indicadores específicas. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade adaptaráselle tanto os tempos como os procedementos de avaliación. En todo caso, evitarase que se limite a tomar nota da sesión.

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

Por outro lado, no caso do alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis lento de forma xeral, podemos poñer en marcha:

- Adaptacións metodolóxicas en canto ao estilo de ensinanza: empregar formas de organizar a clase individualizadas, realización de grupos de nivel naquelas actividades que así o requiran, etc...

- Adaptacións metodolóxicas en canto á técnica de ensinanza: comunicar só os aspectos máis importantes do modelo, presentar o modelo de forma máis personalizada. Procurar deseñar actividades diferentes para traballar un mesmo contido...

- Adaptacións metodolóxicas en canto ás estratexias pedagóxicas: apoio verbal, visual, manual, ampliación do tempo para alcanzar un determinado contido (polo que se establecerán progresións máis próximas á súa aptitude física). Reforzo permanente dos logros acadados para elevar a súa autoestima-autoconcepto, creación dun clima na aula na que o alumno/a non tema expresar as súas dificultades. Simplificación das actividades e adaptación das regras de xogo.

- Adaptacións dos contidos teóricos: maior tempo de realización, simplificación de conceptos, maior espazo entre preguntas, maior brevidade nos enunciados e máis concisos..

Para o alumnado específico ( dislexia ..)e outras dificultades específicas de aprendizaxe aplicaremos as seguintes medidas:

- Aplicación protocolo establecido para a dislexia e outras dificultades específicas de aprendizaxe:

- Buscarase a colaboración entre Orientación, profesorado de apoio ou reforzo, tutores e profesora de E.F.

- Avaliación inicial das necesidades e características do alumno/a e avaliación continua das medidas adoptadas e valoración de propostas de mellora, se fose o caso.

- Instrucción directa co alumnado que presente dificultades, explícita e centrada nas áreas e procesos alterados ( tipo de dislexia, ..), estruturada e secuencial, seguindo un orden de progresión segundo os avances nas tarefas a facer, con orden de dificultade crecente,acumulativa e extensiva (prolongada no tempo).

- Deseñaremos camiños variados para aprender( emprego de materiais diversos e novas tecnoloxías, fichas adaptadas..): visuais, gráficos, auditivos...

- Identificaremos as fortalezas do alumno/a para empregarlas no seu progreso e na elaboración de contidos e prácticas, e na mellora das súas competencias, valorando as diferencias individuais

- Tanto na práctica de E.F como na teoría, utilizaremos modelos colaborativos e prácticas integradas.

- Preparación de materiais específicos, tarefas e estratexias adaptadas a diversidade do alumno/a.( fichas, exercicios na práctica das sesións..), utilizando apoios visuais, (mapas conceptuais, esquemas..), que lle permitan relacionar, conceptos novos con anteriores.

- Prestaremos atención permanente mediante observación de práctica diaria e rexistro no caderno do profesor, do estado emocional do alumno/a.

- Empregar na medida do posible, medios tecnolóxicos actualizados para o apoio e axuda do aprendizaxe do alumno/a

- Facerlle recoñecer que se coñecen as súas dificultades e que se lle van facilitar medidas e recursos para o seu aprendizaxe, avance e mellora. compartindo e comentando con el/ela, a súa evolución, mellora e aspectos a modificar, reforzando os seus aspectos positivos para mellorar aqueles a corrixir.

- Planificar algunhas tarefas e actividades nas que destaque, para proporcionar recoñecemento ante os compañeiros.

- Non dar os resultados das cualificacións en voz alta.

- Asegurar a elección dos compañeiros e compañeiras, de forma equitativa, cando se realicen tarefas grupais.

- Colocación, nas clases teóricas nun lugar axeitado ( diante e próximo o profesor e pizarra ) para a correcta atención do alumno/a
  - Proporcionar con antelación o material escrito para seguir a clase ( a través da aula virtual, onde estará o requerido para todo o ano, con datas de entrega e condicións ou requerimentos de entrega), así como anticipación das datas das probas teórico-práctica ( igualmente detalladas, dende principio de curso, na aula virtual)
  - Verificar co alumno/a, que ten todo o material e pode acceder a aula virtual e os seus contidos ( se fai falta, dividir as tarefas e varialas) , sen problema
  - Proporcionar instrucións, claras e concisas, tanto orais, como escritas, de forma secuenciada
  - Permitir o uso de tecnoloxías da información, se fose necesario, na aula como: lectores electrónicos, aparellos de escucha, dicionarios....
  - Corrixir as tarefas de forma individualizada, polo seu contido e non pola súa forma, dandolle o tempo necesario para realizalas.
  - Evitaremos que copien enunciado, utilizando o ordenador e aula virtual, onde as fichas de traballo e tarefas teóricas, xa estan escritas ( as preguntas) e só ten que responder e enviar on-line a través da propia aula.
- Para o alumnado con discapacidade auditiva:
- Seguemento do protocolo para a atención do alumnado con discapacidade auditiva.
  - Colaboración, traballo e apoio directo e continuo, con o interprete que acompaña o alumno/a. Valorización do mesmo con respecto o resto do alumnado, non só como axuda, senon como outro profesor máis, na procura da ensinanza de contidos e axuda para a comunicación e entedemento cos compañeiros e o alumno.
  - Favoreceremos a lectura labial, posicionandonos nas explicacións, cerca do alumno para que vexa o noso rostro, e falando de fronte a él, para a mellora da comunicación e comprensión das tarefas a realizar, co alumno.
  - Fomentar o desenvolvemento do linguaxe oral na comunicación con nós ( aínda que sexa articular sílabas, palabras ou pequenas frases), por parte do alumno, na medida do posible.
  - Fomentar actividades que leven o desenvolvemento de habilidades cognitivas, que desenvolvan capacidades para pensar e razoar sobre contidos cada vez máis abstractos ( liguaxe específico de E..Física, por exemplo)
  - Facilitar o acceso a todos os aprendizaxes teórico- prácticos que se dean na aula, a través da aula virtual da materia e do material audio- visual da mesma, adaptando mediante subtítulos videos, por exemplo, mapas conceptuais para enlazar conceptos máis abstractos, etc..
  - Fomentar a autoestima e a inclusión plena a través de metodoloxía inclusiva ( emprego de sinais visuais na práctica para inicio e final da tarefa, xestos concretos para un movemento,músculo, etc pactados co propio alumno e interprete; representación xestual da profesora da execución do exercicio, traballo de todo o resto do alumnado en sesións prácticas de concienciación ou tarefas determinadas sin audición ( uso de cascos ou taponos nos oídos)...), eliminando barreras de comunicación e traballo, favorendo o seu desenvolvemento
  - Coordinación directa e continua, fluida, clara e progresiva, no traballo teórico-práctico co interprete e alumno, anticipando datas de probas, entrega de fichas ou traballos( procurando información o máis clara posible, minimizando conceptos moi abstractos, subtitulando videos, acordando xestos para vocabulario de linguaxe de signos que representen accións ou contidos de E.F no desenvolvemento das clases prácticas, etc), e material na aula virtual ( onde estará posto o traballo de todo o ano, detallado e con datas de entrega e avaliación), como vehículo principal a nivel sobre todo teórico, non só para o alumno, se non para darlle suficiente tempo o interprete para leelo, e axudarlle a preparalo.
  - Realización de actuacións de tipo curricular, relacionar e organizativo a planificar para promover a convivencia: traballo grupal ou con compañeiro/a de apoio, etc; tarefas nas que destaque o alumno, potenciando cualidades, para poñer en valor con respecto a compañeiros e reforzar autoestima.
  - Reforzar o Traballo de tarefas con todo o grupo, de equilibrio, orientación espacial e motricidad, no caso de ter algún problema nestas capacidades ou cualidades.
  - Adecuación xeral da programación didáctica a realidade do alumno/a e as suas propias características individuais de este alumno/a, así como a metodoloxía xa mencionada( na medida do posible, activa, con material visual), baseada sobre todo en traballo colaborativo e grupos heteroxeneos, adaptando tempos, instrumentos e procesos de avaliación, se fose necesario
  - Coordinación e comunicación coa familia para atender as necesidades e demandas do alumnado, así como orientación e titoría ou asociacións externas a nivel deportivo ou físico, co que o alumno se relacione.
  - Realización das sesións práctica, na medida do posible en entorno, con luminosidade boa e con menor ruído ambiental ( pista e ximnasio do Instituto, antes que o Pavillón compartido)
  - Información con tempo a familia, interprete e alumno, das posibles saídas e excursiones a realizar polo departamento de E.F.
  - Implementar actividades en linguaxe de signos dentro das unidades didácticas previstas: expresión corporal por exemplo, bailes e interpretacións de cancións..
  - Buscar na aula tanto teórica como práctica, a luminosidade, sonoridade, ubicación idónea do alumno con respecto a profesora, falando con articulación clara, en tono non moi baixo, evitando facelo con rapidez ou demasiado baixo, non

obstaculizando a labiolectura, tapando labios con mans ou de espaldas, procurando polo resto do alumnado o máximo silencio posible, antes da explicación, asegurando a atención do alumno/a, antes de esta. Dirixirse o alumno e comprobar que entendeu, repetindo información se fai falla, asegurando que entende, conversación tamén grupais.

- Favorecer o aprendizaxe autónomo e comprensivo, axudando a que se adapte a dinámica social da clase, estando atento mediante observación directa da profesora o estado emocional do mesmo.

En canto ao alumnado cun ritmo de aprendizaxe máis rápido, podemos:

- Plantexar actividades de ampliación que lles permitan profundar nos diversos contidos alcanzando obxectivos superiores.

- Implicar a este alumnado en programas de acción tutorial con compañeiros/as que teñan dificultades na súa aprendizaxe.

Alumnado en proceso de cambio ( transxenéro):

- Uso de vestuario individual se fose necesario ( do profesor por exemplo).

- Reforzo permanente dos contidos referentes o traballo de valores como respecto, tolerancia, ...tanto a nivel práctico como teórico.

- Maior inclusión na práctica de agrupamentos flexibles con carácter socializante e alumnado de apoio.

- Calquera medida orientada a normalización e integración en apoio co Departamento Orientación e titoría.

Alumnado con necesidades educativas especiais:Asperger.

- Traballo de agrupamentos flexibles con carácter socializante, respectando sempre as características individuais do alumno e particularidades en canto o contacto con compañeiros.

- Reforzo permanente dos contidos referentes o traballo de valores como respecto, tolerancia, ...tanto a nivel práctico como teórico.

-Maior emprego de Xogos colaborativos .

- Traballo na práctica con alumnos de apoio

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

## 7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA	X	X		X			X	
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X	X	X			X		X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	X	X			X	X		X
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	X				X	X		X
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL			X		X	X		X
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X	X	X					X
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.9 - CREATIVIDADE	X		X		X	X		X

	UD 9
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA	
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL	
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X
ET.9 - CREATIVIDADE	X

### Observacións:

A comprensión de lectura traballarase en todas as UU.DD. a través da proposta de lecturas que aborden a temática da U.D.

A expresión oral valorarase nas exposicións que deba facer o alumnado, así como na dirección de partes das sesións de clase (quecemento, por exemplo).

A expresión escrita traballarase a través das tarefas de redacción, recensión e nas probas escritas.

A comunicación audiovisual traballarase nas tarefas propostas ao alumnado sobre contidos da U.D.

A competencia dixital traballarase tanto a través do uso da aula virtual, como das aplicacións que se empreguen para desenvolver os contidos das diferentes UU.DD.

O emprendemento social e empresarial traballarase nas UU.DD. de primeiros auxilios, orientación, actividades acrobáticas e rítmico-expresivas, a dramatización e a animación socio-deportiva, xa que se propoñerá ao alumnado facer representacións ante colectivos fora do centro, así como a organización de eventos no medio natural.

A educación emocional e en valores traballarase ao longo do curso a través das diferentes UU.DD.

A igualdade de xénero está presente en todo o currículo e polo tanto en toda a programación, especialmente a termos presente en aquelas UU.DD. nas que os prexuízos poden influir nas ideas preconcebidas do alumnado.

A creatividade, aínda que presente en todas as tarefas motrices, traballarase principalmente nas unidades de actividades acrobáticas e rítmico-expresivas, e de dramatización.

## 7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
------------	------------	----------	----------	----------

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Proposta: Roteiro en bicicleta	Realización dun roteiro en bicicleta dentro do Concello de Narón ou colindantes, en horario escolar no último trimestre, organizado por unha entidade deportiva do entorno			X
Obradoiros e talleres sobre temas de actividades físico-deportivas e de promoción de hábitos saudables: nutrición, primeiros auxilios, imaxe e deporte...	Obradoiros realizados por entidades do entorno relacionadas coa promoción de hábitos saudables, actividade física e deportes: Chuac, Cruz Roxa, Axuntamento... en colaboración co Departamento de Orientación e titorías.	X	X	X
Día do deporte no centro	Xornada de actividades físico-deportivas no centro en horario escolar, en forma de circuíto onde rotaran todos os cursos, practicando diversos deportes e actividades físicas organizadas por entidades/asociacións/clubes do entorno, de forma gratuita para coñecer e practicar os seus deportes ou actividades físicas.			X
Saída con estancia para realizar actividades no medio natural ou acuáticas	Saída de 2-5 días de duración, con estancia para a realización de actividades no medio natural, a través dunha empresa deportiva especialista na materia.			X
"Pedalear e leer: O Camiño de Santiago Francés"	Realización do Camiño Francés, con pedaleas estáticas, mentras se lee un libro, na biblioteca nos recreos e na aula con as materias de Lingua Galega e Castelán nos grupos de PDC e Apoio, rexistrando distancia recorrida e con retos a conseguir por etapas, con premio e puntos nas materias participantes	X	X	X

### Observacións:

As actividades complementarias desenvolveranse unha vez rematadas as UU.DD. nas que se desenvolven os contidos, concretamente as unidades de Posibilidades do meu Concello e. Orientación urbana e no medio natural. O día do Deporte e a actividade física no centro, será en horario escolar, para todo o alumnado, que rotará polas diferentes actividades, que organizarán entidades/clubes ou asociacións físico-deportivas do entorno de forma colaborativa e gratuita, para achegar os rapaces as súas actividades e que practicarán rotando por cada unha delas, realizada no último trimestre e organizadas polo Departamento de E.F.

Actividade "Pedalear e leer: O Camiño de Santiago Francés". Actividade desenvolta nos recreos, na biblioteca en colaboración coa responsable da Biblioteca (todo o alumnado) e departamentos de Lingua Galega e Castelá (grupos de PDC e Apoio), para o fomento da lectura e exercicio físico nas horas de clase, e de lecer e dentro do proxecto lector. O alumnado mentras lee, pedalea (pedaleas estáticas de chan), para cumprimentar etapas do camiño (que se apuntan nun diario: nome do alumno e curso, libro leído, páxinas, e Km recorridos) Francés. Se traballa en forma de retos- etapas conseguidas o final dun período de tempo, con premios e puntos en E.Física e nas materias.

Torneos nos recreos de deportes varios: F.sala, baloncesto.. Por equipos, o longo do ano e con final e semifinal no Pavillón, organizada porlo departamento de E.F e alumnos colaboradores de cursos superiores.

Os obradoiros e talleres, se realizarán cando as entidades que os imparten, nos comuniquen as datas dispoñibles coordinadoas cos horarios das sesións de E.F e en colaboración estreita co Departamento de Orientación e a participación ou colaboración puntual de outros Departamentos como o de Ciencias; Música..., realizadas o longo do ano.

E a saída con estancia de actividades físico-deportivas e no medio natural, será no último trimestre, preferiblemente en Maio-Xunio, en datas a determinar, organizadas polas profesoras de E.Física.



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

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Metodoloxía empregada
DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE
Medidas de atención á diversidade
DESEÑO DE MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE
Clima de traballo na aula
MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN.

### Descrición:

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

Propóñense uns aspectos da programación e do procedemento de ensino-aprendizaxe, e uns indicadores, que a persoa docente pode avaliar, escollendo os instrumentos que considere máis axeitados (cuestionarios, listaxes de control ou rexistro de datos, entrevistas, observador externo ou ben comparar a experiencia con outros compañeiros e compañeiras docentes). Nesta proposta poden surpimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere. Ademais da propia aplicación proens, onde a maioría dos indicadores de logro, quedan rexistrados.

#### RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

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

#### TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Mediante unha listaxe de control reflectirase si a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UD como a programación xeral, ademais da propia aplicación Proens

#### DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2 instrumentos de avaliación: unha enquisa ao alumnado de cada grupo, e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase. O 75% do alumnado, nunha escala de 0 a 5, puntúa con 3 ou máis este apartado. Sera ademais, avaliada a través da propia aplicación Proens.

#### MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:

Avaliarase a través dunha enquisa ao alumnado, a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cun feed-back obtido das entrevistas ou titorías coas familias. O 75% do alumnado, nunha escala de 0 a 5, puntúa con 3 ou máis este apartado.

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

Mediante unha listaxe de control avaliarase si alumnado e familias foron informados en tempo e forma do contido desta programación didáctica a través da páxina web do centro. Ademais usarase para a información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da programación a aula virtual, abalar, e titorías.

**DESEÑO DE MEDIDAS DE ATENCIÓN A DIVERSIDADE:**

Análise dos resultados obtidos en cada avaliación e na avaliación final, ademais do análise e avaliación de adaptacións realizadas, recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación, tanto pola profesora, como en colaboración con Orientación e profesorado de Apoio ou Reforzo, buscando o 90% de aprobado da materia. Utilizarase unha enquisa o alumnado e unha reflexión persoal docente, baseada na experiencia persoal e no rexistro diario da clase, ademais da propia aplicación Proens.

**ESCALA DE VALORACIÓN ED. FÍSICA:**

Curso e Grupo: Avaliación: Curso:

1 2 3 4

- a. As aprendizaxes acadadas polo alumnado foron:
- b. As medidas de atención a diversidade foron:
- c. A organización para desenvolver a programación foi:
- d. O aproveitamento de recursos foi:
- e. A coordinación do profesorado de cada curso foi:

- 1. Mala
- 2. Regular
- 3. Aceptable
- 4. Boa

Resumo das actuacións do Departamento no proceso de ensinanza

**FASE PRACTIVA**

- Elaborar o revisar a programación didáctica e as programacións de aula.
- Decidir a organización de tempos, espazos e os recursos didácticos básicos que vanse utilizar para traballar os contidos e os criterios de uso.
- Deseñar o modelo de informe de avaliación sobre a progresión dos aprendizaxes e como será comunicado aos pais e aos propios alumnos.
- Deseñar o procedemento, instrumentos e calendario para avaliar a práctica docente.
- Deseñar as actividades complementarias e extraescolares e as actividades de perfeccionamento.

**FASE INTERACTIVA**

- Deseñar as actuacións pedagóxicas no caso dos alumnos que non acaden o nivel establecido.
- Analizar os resultados globais de cada avaliación.
- Avaliar as programacións didácticas e introducir, se e necesario, as correccións oportunas.
- Informar sobre a progresión dos aprendizaxes aos pais e aos propios alumnos.

**FASE POSTACTIVA**

- Organizar, deseñar e realizar as probas necesarias para os alumnos coa materia pendente.
- Resolver as reclamacións derivadas do proceso de avaliación que os alumnos formulen ao Departamento e emitir os correspondentes informes.
- Analizar os resultados obtidos.
- Avaliar a práctica docente, revisar as programacións e introducir as correccións oportunas.

- Avaliar o funcionamento do Departamento
- Elaborar a memoria final de curso.

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

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

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

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

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidades de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.
- Unha vez ao mes, na reunión do departamento, realizarase o seguimento da programación didáctica e estableceranse as medidas correctoras que, de ser o caso, se estimen necesarias.
- Ao finalizar o trimestre, onde analizaranse as unidades didácticas levadas a cabo, factores favorables e dificultades atopadas na temporalización das mesmas e resultados acadados polo alumnado. No caso de que quedara sen impartir algunha UD, o seu peso repartirase equitativamente entre o resto de UU.DD. impartidas no trimestre.
- Ao finalizar o curso escolar.

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

## **9. Outros apartados**