

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	1º ESO	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	25
4.2. Materiais e recursos didácticos	29
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	30
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	30
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	33
6. Medidas de atención á diversidade	33
7.1. Concreción dos elementos transversais	35
7.2. Actividades complementarias	40
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	42
9. Outros apartados	42

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 a cabo. 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, que non é de maneira frecuente.

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

No entorno exterior do centro non se pode desenrolar ningún contido, xa que estamos rodeados de carreiras.

Os grupos de 1º ESO son tres: A con 24 alumnos, 3 deles repetidores, 1º B con 25 alumnos e 1 repetidor e mais 1º C con 25 alumnos e 2 repetidores. En principio sen dificultades específicas salientables.

A materia é impartida por Xosé Manuel Pérez Sardiña e consta de 2 horas semanais para cada grupo de 1º de ESO.

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			

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
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
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	PRESENTAMONOS.:Ola son Teresa, e ti?.	Unidade didáctica para presentar a materia e favorecer o coñecemento entre o alumnado do grupo de clase: - Contido da programación didáctica e criterios de cualificación. - Normas de clase e aspectos de obrigado cumprimento (indumentaria, pautas de hixiene, etc...) - Coñecemento das instalacións e dos materiais e normas de seguridade e prevención de accidentes.	3	2	X		
2	EMPEZO A QUENTAR: Non de calqueira maneira!	Unidade didáctica para tratar contidos relativos fundamentalmente ao Bloque 1 (Vida activa e saudable) e así dar a coñecer e poñer en práctica unhas bases da estrutura da sesión de clase.	6	4	X		
3	CONEZO O MEU CORPO:Así somos e así melloramos.	Esta U.D. trátase dunha unidade disciplinar monotemática baseada nos aspectos condicionais da capacidade motriz. Trátase duns contidos básicos na nosa área de cara a lograr un desenvolvemento motriz elemental sobre o que asentaremos as futuras actuacións polo que nos centraremos en dúas das cualidades físicas básicas (Resistencia e Velocidade), e no quecemento como medio básico iniciador e propedéutico de calquera actividade física e no calculo da FC (ou outros-reloxos dixitais, etc...) como medio de control do adestramento e da intensidade do esforzo.	18	12	X		
4	PROBAMOS OUTROS XOGOS DEPORTIVOS.INICIACIÓN OS DEPORTES DE RAQUETA.	Unidade para tratar a través do deporte alternativo contidos fundamentais da materia e da iniciación os deportes de raqueta. Aproveitaremos para tocar aspectos de autoconstrución de materiais e así relacionar esta dinámica con contidos de consumo responsable.	8	6	X		
5	ISTO É A XIMNASIA!.: HABILIDADES E DESTREZAS BÁSICAS:INICIACIÓN O ACROSPORT	Unidade para iniciar ao alumnado nun deporte individual no que a resolución de problemas en situacións motrices e o establecemento de retos individuais e colectivos cobrarán protagonismo.	15	11		X	
6	EXPRÉROME E BAILO. INICIACIÓN AS ACTIVIDADES DE RITMO E EXPRESIÓN.	A danza como actividade xogada e medio de expresión corporal. Emprego dos recursos expresivos do corpo e do movemento para comunicar sensacións, ideas, estados de animo... Unidade para traballar a bailes autóctonos de Galicia e empregar este recurso como medio trasmisor da cultura propia.	12	9		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
7	OS XOGOS DE SEMPRE.XOGOS POPULARES E TRADICIONAIS	Unidade para tratar a través do xogo contidos fundamentais da materia. Aproveitaremos para tocar aspectos de autoconstrución de materiais e así relacionar esta dinámica con contidos de consumo responsable. O xogo tamén entendido como medio de transmisión cultural e de valores tradicionais e propios de Galiza e outras rexións ou países.	7	4		X	
8	INICIÁMONOS NOS DEPORTES COLECTIVOS.	Unidade para iniciar ao alumnado nos deportes colectivos, que ben pode ser o baloncesto, f.sala ou similar. O deporte colectivo como medio para traballar a resolución de problemas e a interacción social en situacións motrices.	18	14			X
9	PAS	Pautas básicas de primeiros auxilios. O contido principal desta unidade didáctica é a prevención básica de accidentes deportivos e os primeiros auxilios. Estes contidos son de vital importancia na sociedade en xeral e na práctica de actividade físico-deportiva en particular, no so por coñecer e detectar cales son os accidentes máis comúns no noso campo, senón tamén por saber actuar de forma correcta ante un accidente (PAS).	5	2			X
10	SAIMOS:ONDE ESTOU? . INICIACIÓN A ORIENTACIÓN	Exploración e coñecemento da contorna próxima como alternativa sostible para a práctica da actividade física e a iniciación a orientación. Actividades no medio natural e urbano, normas viarias, o uso da bicicleta., etc...	8	6			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	PRESENTAMONOS.:Ola son Teresa, e ti?.	2

Crterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais na práctica de actividades motrices. a través da realización dunha ficha de traballo e aplicación diaria na clase	PE	30
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	70
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes da actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente		
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade físicas		
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas teñen na nosa saúde evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
2	EMPEZO A QUENTAR: Non de calqueira maneira!	4

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde, evitando activamente a súa reprodución.	PE	30
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	70
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Saúde mental: - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva. - Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

UD	Título da UD	Duración
3	CONEZO O MEU CORPO: Así somos e así melloramos.	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	PE	30
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes e durante da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar as diferentes actividades segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás mesmas		
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial, mellorando a súa capacidade cardio-respiratoria con respecto o nivel de partida, a través da realizar e finalizar unha carreira de duración mínima de 10 minutos	TI	70

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes e durante da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco..		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual,, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.

UD	Título da UD	Duración
4	PROBAMOS OUTROS XOGOS DEPORTIVOS.INICIACIÓN OS DEPORTES DE RAQUETA.	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas, segundo as súas características evitando posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas a través do coñecemento do xogo e regramento básico do bádmintón.	PE	10
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	90
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras,.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados a partir da lóxica interna en contextos reais: pequeno partido de bádminon de 10 minutos de duración, contra un compañeiro, empregando saque e golpes básicos.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións,, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir diferentes roles.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres , gozando de maneira sostible, e minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos

Contidos

- Saúde física:
 - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
- Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte.
- Toma de decisións:
 - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais.
 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
 - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
 - Funcións de arbitraje deportiva.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural.
- Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.
- Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.

UD	Título da UD	Duración
5	ISTO É A XIMNASIA!:. HABILIDADES E DESTREZAS BÁSICAS:INICIACIÓN O ACROSPORT	11

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar as diferentes actividades segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás mesmas.	PE	30
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	70
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes da actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou colaborativo establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles a través dun montaxe sinxelo de acroesport en parellas.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

UD	Título da UD	Duración
6	EXPRESOME E BAILO.INICIACIÓN AS ACTIVIDADES DE RITMO E EXPRESIÓN.	9

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a participación en manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter cooperativo ou colaborativo establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos da motricidade de forma eficiente e creativa facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices.	TI	100
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles a través da realización dun montaxe coreográfico básico dun baile elixido por parellas ou unha dramatización.		
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar as diferentes actividades segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás mesmas.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Utilizar intencionadamente o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na representación de composicións individuais.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego. - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. - Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade. - Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo. - Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
7	OS XOGOS DE SEMPRE.XOGOS POPULARES E TRADICIONAIS	4

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar 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 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.		
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Xestionar a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras,.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados a partir da lóxica interna en contextos reais.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións,, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir diferentes roles.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer uso das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar en xogos motores vinculadas tanto coa cultura propia coma con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres, gozando de maneira sostible, e minimizando o impacto ambiental e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais nas que se desenvolve en situacións motrices individuais. - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente coma en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. <ul style="list-style-type: none"> - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.

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

UD	Título da UD	Duración
8	INICIÁMONOS NOS DEPORTES COLECTIVOS.	14

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar diferentes actividades según as características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás mesmas a través do coñecemento dos regulamento e funcionamento técnico-táctico básico dos diferentes deportes practicados	PE	30
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	70
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Facer das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Actuar aplicando principios básicos de toma de decisións en actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose, a actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Mostrar control/dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices nun percorrido en circuito, realizando actividades técnico/tácticas básicas dos deportes traballados: bote, pase, tiro..		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar actividades motrices controlando as emocións, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo.

Contidos

- A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva.
- Saúde social:
 - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte.
- Saúde mental:
 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
 - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición en base a criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
- Toma de decisións:
 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
 - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
 - Funcións de arbitraje deportiva.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

UD	Título da UD	Duración
9	PAS	2

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Actuar de acordo cos protocolos de intervención na práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios	PE	50
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	50
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes e durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduto PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes.

UD	Título da UD	Duración
10	SAIMOS:ONDE ESTOU? .INICIACIÓN A ORIENTACIÓN	6

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2.1. - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar procesos de alimentación saudable e hixiene despois da práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	TI	100
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable medidas xerais para a prevención de lesións antes e durante a práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres , gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.		Baleiro	0

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestes.

Contidos

- Consumo responsable no ámbito da actividade físico-deportiva.
- Practica de actividades físico-deportivas nas distintas contornas, coidando destas, como servizo á comunidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

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, co ánimo de descontextualizar o ensino da E.F. das instalacións deportivas, dando a entender ao alumnado a virtualidade do reduccionismo ao que se adoita someter á nosa materia, circunscribíndoa unicamente aos espazos "tradicionais". Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, poderemos empregar a biblioteca do centro. Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede. Por último tamén 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 estanza no vestiario.

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.

Deseñaremos diferentes tipos de tarefas e secuencias adaptadas aos niveis, ás formas e aos ritmos de aprendizaxe: aprendizaxe, continuidade, reforzo, complementación e ampliación, autoevaluación. dos alumnos e das alumnas, co obxecto de atender á diversidade na aula e personalizar os procesos de construción das aprendizaxes. Potenciaremos o uso dunha variedade de materiais e recursos o máis ampla posible, considerando especialmente a integración das tecnoloxías da información e da comunicación desenvolvidas nos últimos tempos en diferentes ámbitos da E.Física. Uso xeneralizado da Aula Virtual do centro, como fonte de material teórico práctico da materia, fonte informativa de novas e instrucións, consulta de dúbidas, interacción grupal e profesor-alumno-profesor, ampliación de coñecementos, avaliación e feedback, enlace a outras fontes e no caso de non poder realizarse clase presencial, como única vía de traballo.

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.

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 e sempre, será a profesora a que recolla o curso para o seu traslado o Pavillón ou Ximnasio, tanto á ida, coma á volta, sendo os delegad@s os responsables de pechar e abrir a aula de grupo antes e despois do traslado da clase de E.F.

Cando o traballo sexa na aula de grupo, cada alumn@ permanecerá no seu pupitre, salvo indicación expresa da profesora, que avisará con antelación si así fose.

Cando se utilice o aula virtual, cada alumno accederá e traballará na súa sempre.

Os alumn@ exentos de práctica (salvo incapacidade para desplazarse por algún problema motriz), seguirán as mesmas pautas que os seus compañeiros para o traslado os espazos de práctica de E.F, salvo que a profesora indique o contrario.

Cambio de Roupa: 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. De igual forma, o finalizar a sesión de E.F.

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. O alumnado que mostre a súa intención de ducharse, debe advertilo ao profesorado antes de iniciar a clase, cedéndoselle os últimos 7 minutos da sesión. O aseo será sempre obrigatorio e avaliable como parte dos estándares de avaliación e contidos traballados.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión e alumnado exento de práctica, por algún motivo, a excepción de, se é o caso, o alumnado que se vaia duchar, sendo tamén un estándar a avaliar. Deberá gardarse de xeito ordeado como estaba, e no lugar adecuado. De igual forma os elementos usados para a sesión (porterías, bancos..) serán colocados correctamente o finalizar a mesma.

Se empregará o material indicado expresamente pola profesora, recollido e gardado no momento que esta indique, nunca por ningún alumno nin antes, nin durante, nin despois da clase de E.F.

O material de E.F é exclusivamente para a materia, e so son as profesoras da mesma que acceden o almacén do mesmo e conceden permiso para collelo fora das sesións de E.F.

7. PRINCIPIOS XERAIS:

-Favoreceranse metodoloxías que teñan a súa base na descuberta guiada, a resolución de problemas, o traballo por retos e proxectos, e a cooperación, tendo presente o desenvolvemento da creatividade do alumnado.

-Deberá procurarse a implicación das familias como un factor clave para facer dos alumnos e das alumnas auténticos suxeitos activos dunha xestión cada vez máis autónoma e comprometida da súa saúde, mediante a adquisición de hábitos de vida saudables.

-Coordinación entre o equipo docente sobre as estratexias metodolóxicas e didácticas que se utilicen co alumnado. Criterios consensuados e unha estratexia metodolóxica común para desenvolver ao longo do proceso de ensino e aprendizaxe do alumnado..

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións dispoñibles para o desenvolvemento da materia neste nivel educativo.: Pavillón polideportivo do Concello " As Lagoas"(metade). Pista exterior polideportiva do centro de cemento e con gradas. Ximnasio do centro e vestuarios.Campo exterior que rodea a pista.
Material deportivo funxible dispoñible para levar a cabo o desenvolvemento das unidades didácticas deste curso.: balones diversos deportes, sticks hockey, cordas, raquetas, balóns medicinais, vallas,...)s
Material elaborado pola profesora e na aula virtual e fichas do alumno e material complementario.
, Aula virtual/moodle. Cursos dispoñibles na aula.Paxina web do centro e blogs do centro
Outras ferramentas dixitais ou plataformas de aprendizaxe
Redes sociais, aplicacións relacionadas coa actividade física e o deporte, webs, blogs, apps, de entidades sociais e deportivas.
Material bibliográfico do departamento, biblioteca, outras dependencias do centro, etc...
Aulas de informática do centro.
Pantalla de proxección de contidos audiovisuais da entrada do centro.

Non existe libro de texto oficial .A materia teórica, facilitarase pola profesora mediante fichas, apuntes, enlaces webs, blogs, etc e material diverso na Aula Virtual do Centro.

- Soportes musicais diversos para traballo de actividades rítmicas.
- Soportes audiovisuais diversos e equipos de rexistro e medición(pulsómetros¿)
- Canón de luz e o encerado dixital en cada aula
- Ordeadores de aula de grupo da profesora.
- . Programas de montaxe e creación de material audiovisual: Quick, KineMaster, Candasian...E plataformas de difusión do mesmo: Pax web do centro, aula virtual, diferentes blogues do centro.
- ¿ Instalacións:
- ¿Polideportivo cuberto de dimensións axeitadas e medidas reglamentarias para a práctica da actividade física e multideportiva coas porterías e canastas reglamentarias tamén, con almacéns de material .diverso, e amplo, vestiarios ben dotados e acondicionados , pero a compartir co instituto próximo, con o que, en moitas horas, temos so a metade do pavillón, sen separación de ningún tipo., quedando 1 portería f.sala e unha canasta.
- .Pista exterior polideportiva de cemento do centro , con gradas e campos marcados de f.sala volei e baloncesto, que non drena ben cando chove.
- Campo interior herba,que rodea a pista, con arboleda.
- . Entorno próximo rodeado de carretera.
- ¿ Recinto exterior asfaltado que rodea o centro, amplo e descuberto., de parada de autobuses puntual e aparcadoiro.
- ¿ Aula de audiovisuais con TV e DVD e Vídeo.
- ¿ Biblioteca con acceso novas tecnoloxías e material impreso (libros asignatura, e revistas varias).
- ¿ Equipamento:
- ¿ Material fixo da pista polideportiva: gradas, canastas, etc.
- ¿ Material actividades ximnásticas: plintón, potro, minitramp, rodas,
- Material Deportes e E.Física: Balóns diversos deporte e actividade físico- deportivas, cordas, aros , balóns medicinais, xogos recreativos diversos, picas, raquetas e palas diversas, cintas métricas, material alternativo, implementos diversos, cronómetros, petos, etc..
- Balóns xigantes
- Material de elaboración propia polo alumnado.

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 ou prácticas, como observación directa de tarefas específicas a través de táboas de indicadores nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais. O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D.

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

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
Peso UD/ Tipo Ins.	3	6	18	8	15	12	7	18	5	8
Proba escrita	30	30	30	10	30	0	0	30	50	0
Táboa de indicadores	70	70	70	90	70	100	100	70	50	100

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Proba escrita	21
Táboa de indicadores	79

Criterios de cualificación:

A Programación Didáctica consta de 10 UD. As UU.DD. están distribuídas trimestralmente, de tal xeito que a 1, 2, 3 e 4 impartiranse no primeiro trimestre cun peso total do 35%; a 5, 6, e 7 impartiranse no segundo trimestre cun peso total do 34%, e a 8, 9 e 10 impartiranse no terceiro trimestre cun peso total do 31%. 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 45%. 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 todas UD impartidas no trimestre..

CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN DE CADA TRIMESTRE.

¿ A cualificación vira determinada por:

¿ Probas teóricas ou Fichas teóricas+ traballo individual ou grupal (se se plantexa): 30%

¿ Probas prácticas: 30%

¿ Práctica diaria : 40%.(10% Asistencia; 10% Participación e interés nas sesión e na aula virtual);10% Hábitos hixiénicos;10% Comportamento e actitude) Valorarase tendo en conta os negativos. Descontarase 0.50 puntos por cada negativo acumulado(mal uso da aula virtual, mal uso do material de E.F,faltas non xustificadas de asistencia , negativa a facela práctica, falta de material: roupa ou calzado axeitado e roupa para cambiarse, mal comportamento, falta de hixiene, falta de comportamento,non entrada na aula cando se solicite..). Máximo catro negativos. Máis de catro negativos ou faltas non xustificadas debidamente implicará suspenso automático da avaliación.. Non se acumularán negativos dunha avaliación a outra.

Traballos voluntarios, según baremo especificado na aula virtual.Puntuarán a maiores en cada trimestre e na nota final, sempre que na materia se acade un mínimo de 5, nunca para chegar o aprobado.

No caso de non poder realizar algúnha proba ou exame, se se pode se comunicará con anterioridade e se é por un imprevisto xustificado, a xustificación se lle dará a profesora dentro dos 2 días seguintes para ter dereito a repetir a proba noutra data establecida pola profesora.

PARA CONSIDERAN APROBADO O TRIMESTRE HAI QUE ACADAR UNHA NOTA MÍNIMA DE 5, TENDO QUE TER UN MÍNIMO DE 2.5 PUNTOS EN CADA PARTE PARA PODER FACER MEDIA, SE NON O TRIMESTRE ESTARÁ SUSPENSO, AÍNDA QUE A MEDIA SEA DE 5.

¿ Cada ficha, proba teórica, traballo individual ou grupal e proba práctica se puntuará según taboa de indicadores de 1 a 10 para cada proba, e se dividirá logo polo número de probas feitas en cada apartado, a nota resultante, fara logo a equivalencia correspondente con cada porcentaxe (ex: un 5 na parte teórica equivaldría a 1,5 puntos) para sumar na nota final o total dos puntos acadados en cada porcentaxe(ex: 1,5 teoría+1,5 práctica+4 puntos asistencia, participación, hábitos e comportamento=7 Notable). Todo estará detallado na aula virtual en cada trimestre e U.D.

Todo o contido teórico: A entrega de fichas, traballos teóricos, traballos voluntarios, de recuperación ...se fará exclusivamente desde e na aula virtual según indicación de forma e tempo, onde ademais de toda a información da materia, criterios de avaliación e mínimos estarán todos os contidos teóricos e material traballado, non admitindo outro formato (usb, papel, etc) salvo excepcións indicadas pola profesora.

A cualificación da materia na avaliación ordinaria de Xunio, obterase calculando a media aritmética ponderada das cualificacións obtidas en cada avaliación trimestral..Se tendo aprobados 2 trimestres e suspenso 1, a media da 5, se considerará aprobada a materia, sempre e cando no trimestre suspenso non se teña menos de 2,5 puntos de nota. se non é así, o alumno deba recuperar a materia suspensa en cada trimestre, tanto teórica como práctica antes da avaliación ordinaria de Xunio.

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),pero só se aplicará na avaliación final de Xunio, e para considerar superada a U.D., o trimestre e o curso o alumnado debe acadar unha puntuación de 5 ou superior.

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas escritas e probas prácticas,, taboas de indicadores,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 probas prácticas, poderan ser execución de probas físicas segun taboas de indicadores establecidos , circuitos de habilidades ou destrezas con ou sin material de E.F, móbiles ou implementos de E.F, situacións de xogo real, coreografías ou montaxes, representacións artísticas ou escénicas, recorridos no medio natural.. individuais ou en grupo.

Ao ser unha materia eminentemente práctica, o procedemento de avaliación máis empregado será a observación directa a través de diversos instrumentos(táboas de indicadores), principalmente rúbricas, listas de cotexo e escalas de valoración, en función dos contidos a desenvolver, aínda que as probas escritas ou fichas tamén serán usadas.

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesiões, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase práctica , XA QUE EN E.FISICA non hai exención)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.

A exención da práctica se xustificará sempre mediante certificado ou xustificante médico, tanto sea por todo o curso, como temporal, onde conste, tipo de casusitica pola que non se pode facer a práctica, tempo de duración da exención e posibles recomendacións do médico.

Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que podería complementarse con traballos escritos. substituíndo os contidos prácticos por traballo teórico, fichas, probas teóricas, colaboracións e organización de actividades, sempre según indicacións da profesora o tempo que dure a exención práctica e o resto do traballo, o alumno o realizará igual que os seus compañeiros, sendo da mesma maneira calificado.

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.

PROCEDEMENTOS DE AVALIACIÓN CONTINUA:

.Realización dos exercicios e actividades teórico- prácticas,propostos durante o desenvolvemento das distintas unidades.: (fichas, rexistros, etc) na aula virtual en tempo e forma.

¿ Presentación de traballos sobre a materia na aula virtual en tempo e forma axeitados.

¿ Observación da asistencia, actitude e comportamento, a participación e hábitos hixiénicos durante o desenvolvemento das sesións prácticas das clases a través de táboas de indicadores e observación directa (caderno da profesora) e a participación nos foros na aula virtual, se fose requerida.

¿ Probas prácticas. diversas avaliadas a través de táboas de indicadores diversosos

Probas teóricas.(exames escritos)

Presentación de traballos opcionais e voluntarios ou de recuperación o exención da práctica por motivos xustificados..

PROCEDEMENTOS DA AVALIACIÓN ORDINARIA:

Aqueles alumnos/as que non superen a materia , deberan recuperala antes da avaliación ordinaria de Xuño, mediante proba/probas teórico-prácticas sobre os contidos suspensos, na cal serán avaliados da totalidade dos contidos do curso non superado, podendo incluír polo tanto: Exames teóricos e fichas de contidos teóricos na aula dixital , Exames ou probas prácticos, Traballos escritos ou en formato dixital: xa sean traballos non presentados durante a avaliación ordinaria ou novos propostos pola profesora para a avaliación extraordinaria ou na aula virtual.

O alumnado coa materia pendente deberá informarse co docente das particularidades do seu exame/ proba/ traballo, para a convocatoria extraordinaria de Xuño; en principio as porcentaxes a aplicar serán (estas porcentaxes poderían cambiar a discreción da profesora en función do curso/contidos/UD/estándares de aprendizaxe/¿ desenvolvidos; de aí que o alumno/a deba informarse coa profesora correspondente e o alumnado coa materia pendente, terá que entregar os traballos non desenvolvidos durante o curso o mesmo día da proba):

30% para a avaliación de conceptos teóricos avaliados a través da proba extraordinaria

50% para a avaliación de contidos prácticos

20% porcentaxe dos traballos achegados

No caso de non ter que entregar traballos as porcentaxes son: 50% para a avaliación de conceptos teóricos avaliados a través da proba extraordinaria .50% para a avaliación de contidos prácticos Para considerar superada a materia é preciso obter alomenos a cualificación de suficiente (5) facendo a media dos dous apartados

MÍNIMOS EXIXIBLES PARA UNHA AVALIACIÓN POSITIVA:

Para considerar superada a materia é preciso obter polo menos a cualificación de suficiente (5) facendo a media nos apartados Teórico (Conceptual) e Práctico e Actitudinal (comportamento, participación, asistencia e hábitos hixiénicos)

Ademais dos exixidos para cada standar de avaliación en cada U.D, deberanse observar os seguintes mínimos:

- Asistencia e a realización da sesión é obrigada nas sesións de Educación Física, incluído para alumn@s lesionados (salvo casos excepcionais debidamente xustificadas ou por permiso expreso da profesora de E.F ante unha situación de incapacidade de mobilidade e traslado). No caso de acumular faltas a clase por diversos motivos o alumnado obrigatoriamente, ten que xustificar as súas ausencias a través do titor/a ou directamente á profesora. A xustificación terá que ser a través de documentos oficiais ou médicos, no caso de repetirse(e non estar oficialmente e debidamente xustificado) e xustificalo con nota paterna/materna e ser reincidente podería ser desestimado pola profesora.

CATRO SESIÓNS SEN FACER PRÁCTICA DE E.F SEN CAUSA DEBIDAMENTE XUSTIFICADA SERÁN MOTIVO DE SUSPENDER O TRIMESTRE(falta de roupa axeitada, zapatillas de deporte, negarse a facer a sesión práctica ou teórica, non asistir a clase,).Cada falta sen xustifica, polos motivos anteriores, desconta 0,5 na nota do trimestre.

-Puntualidade :O alumnado ten que ser puntual, na entrada e saída da clase e no cambio no vestiario, dentro do tempo establecido (5 minutos para traslado e cambio no vestiario e 5-10 o finalizar a sesión, para cambio e traslado a súa clase)

-O alumno/a que por calquera circunstancia non poida realizar a práctica da sesión realizarán unha tarefa/s alternativa que lles asignará a profesora.ou ficha de traballo ou caderno de rexistro da actividade.

-Se un alumno/a non se presenta ao exame da U.D ou do trimestre (xa sexa ao exame teórico ou ao práctico, entrega ou exposición de traballo), deberao xustificar debidamente cun informe médico ou documento oficial, achegado polos pais ou tutores con antelación (salvo imprevistos excepcionais), facéndolle o exame cando non interrompa o bo desenvolvemento das clases e non tendo porqué ser antes da avaliación. De non ser así, non se lle repetirá a proba.No caso dun traballo, de saber que va a faltar, procederá a entregalo antes.

- O alumno/a que acumule un número elevado de faltas de asistencia xustificadas poderá ser avaliado, unicamente, a través de contidos teóricos ou traballos.

- Os alumnos colleran e recolleran o material asinado, coidándoo e respectando, sendo responsables de repoñelo se fan mal uso se se rompe e

- Asistencia ás clases de E.F. correctamente equipado coa roupa deportiva e zapatillas de deporte e roupa de cambio e material de hixiene, non se permitirá facer a práctica no caso contrario. Se un alumno non acude as clases coa vestimenta e calzado adecuados non poderá facer sesión.

- O alumno/a mostrara actitudes de respecto a profesora e os compañeiros, comportándose de maneira axeitada no desenvolvemento da sesión, calquera falta de respecto ou conducta ou actitude contraria a convivencia será motivo de sanción tanto pola profesora, como xefatura de estudos e terá repercusión negativa na nota según as pautas descritas e os protocolos do centro.

Criterios de recuperación:

Para recuperar as UU.DD. non superadas: Rematada cada UD propoñerásele no período que vai dende a avaliación previa ata a avaliación ordinaria, recuperar ao alumnado que non a superou actividades de recuperación, supervisadas, avaliadas e cualificadas polo profesorado en sesións de clase. Segundo as circunstancias, poderanse propor só a realización de probas escritas,. De non superalas, quedará pendente de recuperar con todos os contidos da materia nunha única proba antes da avaliación ordinaria de Xunio. Para recuperar a avaliación trimestral: O alumnado deberá recuperar so as UU.DD. que non teña superadas. O profesorado propondrá actividades de recuperación ao alumnado supervisadas, avaliadas e cualificadas en sesións de titoría previa cita ou a través da aula virtual. Segundo as circunstancias poderanse propor ao alumnado a realización de probas escritas. Esas actividades serán avaliadas e cualificadas por probas teóricas e prácticas e con tabóas de indicadores e observación directa do profesorado. Transcorrido este período, o alumnado que non recuperou algunha avaliación trimestral, deberá superar nunha proba final antes da avaliación ordinaria, os mínimos de consecución non superados. A proba será preferentemente práctica, aínda que para superar algún dos contidos poderanse propor probas escritas.

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

Non procede en 1º ESO.

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 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. 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 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.

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.

Así mesmo as actividades realizadas nas dúas primeiras semanas de clase consistentes en probas, cuestionarios /test teóricos sobre conceptos da materia e probas prácticas mediante test avaliación inicial da cualidades físicas básicas, nos axudaran a dictaminar as medidas a aplicar.

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

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

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

A resposta as diferencias individuáis dos alumnos se manifesta na nosa área de traballo de forma continua e afecta practicamente a todo o alumnado, polo que tendo en conta todo o anterior, as posibles principais medidas a aplicar serán:

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

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

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

- ¿ Adaptacións dos obxectivos.
- ¿ Priorización de obxectivos.
- ¿ Introducción de obxectivos complementarios.
- ¿ Introducción de obxectivos alternativos.
- ¿ Secuenciación específica de obxectivos.
- ¿ Eliminación de obxectivos.
- ¿ Modificación na temporalización.
- ¿ Modificación da temporalización prevista nun ciclo e ou etapa.
- ¿ Modificación da temporalización de determinados contidos ou obxectivos.

En conclusión, a atención a diversidade en E.Física , podemola concretar en:

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

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

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

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. ¿ Elaboración e redacción de ficha e traballos individuais/ grupais de temas diversos da materia, utilizando o material existente, da biblioteca e do Seminario de E.F.¿ Lectura e comprensión de artigos de periódicos/revistas como material de traballo e complemento en temas diversos integrando fontes informativas en calquera soporte ,no tratamento dos contidos de E.F		X	X		X		X	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA. ¿ Elaboración/redacción de ficha/ traballos,sobre temas diversos da materia, utilizando o material existente, o da biblioteca e do Seminario de E.F. ¿ Lectura e comprensión de artigos de periódicos e revistas como material de traballo e complemento en temas diversos; integrando fontes informativas en calquera soporte ,no tratamento dos contidos da asignatura	X	X		X		X	X	
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL:¿ , Visualización de videos e diferentes formatos audiovisuais para a realización das actividades.¿ Emprego de plataformas audiovisuais para comunicación/ensinanza profesora-alumno ou profesorado ¿ Búsqueda de información en Internet, do alumnado para ampliación, apoio, reforzo/elaboración de traballos. ¿ Comprensión /participación nas actividades da ¿Aula virtual.			X		X	X	X	

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL..Traballo de programación de aula dentro da materia de E.F, a través da exposición de contidos de carácter teórico- práctico empregando o ordenador portátil, o canón de luz, encerado dixital. así como outros soportes interactivos, tanto na elaboración como na exposición dos mesmos.			X		X	X		X
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL. ¿ A realización da Fichas /¿Traballos finais,ó remate de cada unidade, cotribúe, ao emprende- mento. ¿ A realización voluntaria das lectura, actividades, tarefas optativas e os retos propostos para subir nota en cada trimestre,da ¿Aula Virtual¿ . ¿ Participar e colaborar na organización de actividades, celebracións e eventos.	X			X		X	X	
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO.		X	X	X			X	
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES Todas, absolutamente todas as situacións de comunicación e traballo na clase propostas contribúen a educar en valores : O respecto polo entorno, a amizade e o respecto dos outros, etc.	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO ¿ contidos e valores traballados :colaboración, respecto, convivencia, tolerancia,. na práctica de E.F , nas actividades/situacións representadas, a súa análise/crítica. ¿ lectura, visualización/escoita de situacións e comentario tanto da vida habitual como deporte/a.física ¿Organización , participación/colaboración de eventos deportivos integradores e socializadores	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. Elaboración de contidos individuais e grupais para exposición e creación de traballos, montaxes escenicos ou coreográficos, creación e organización de eventos deportivos ou saídas do centro		X		X	X	X	X	

	UD 9	UD 10
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA. ¿ Elaboración e redacción de ficha e traballos individuais/ grupais de temas diversos da materia, utilizando o material existente, da biblioteca e do Seminario de E.F.¿ Lectura e comprensión de artigos de periódicos/revistas como material de traballo e complemento en temas diversos integrando fontes informativas en calquera soporte ,no tratamento dos contidos de E.F	X	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA. ¿ Elaboración/redacción de ficha/ traballos,sobre temas diversos da materia, utilizando o material existente, o da biblioteca e do Seminario de E.F. ¿ Lectura e comprensión de artigos de periódicos e revistas como material de traballo e complemento en temas diversos; integrando fontes informativas en calquera soporte ,no tratamento dos contidos da asignatura	X	X

	UD 9	UD 10
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL:¿ , Visualización de videos e diferentes formatos audiovisuais para a realización das actividades.¿ Emprego de plataformas audiovisuais para comunicación/ensinanza profesora-alumno ou profesorado ¿ Búsqueda de información en Internet, do alumnado para ampliación, apoio, reforzo/elaboración de traballos. ¿ Comprensión /participación nas actividades da ¿Aula virtual.		
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL..Traballo de programación de aula dentro da materia de E.F, a través da exposición de contidos de carácter teórico- práctico empregando o ordenador portátil, o canón de luz, encerado dixital. así como outros soportes interactivos, tanto na elaboración como na exposición dos mesmos.	X	
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL. ¿ A realización da Fichas /¿Traballos finais,ó remate de cada unidade, cotribúe, ao emprende- mento. ¿ A realización voluntaria das lectura, actividades, tarefas optativas e os retos propostos para subir nota en cada trimestre,da ¿Aula Virtual¿ . ¿ Participar e colaborar na organización de actividades, celebracións e eventos.		X
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO.	X	X
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES Todas, absolutamente todas as situacións de comunicación e traballo na clase propostas contribúen a educar en valores : O respecto polo entorno, a amizade e o respecto dos outros, etc.	X	X

	UD 9	UD 10
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO e valores traballados :colaboración, respecto, convivencia, tolerancia,. na práctica de E.F , nas actividades/situacións representadas, a súa análise/crítica. e lectura, visualización/escoita de situacións e comentario tanto da vida habitual como deporte/a.física e Organización , participación/colaboración de eventos deportivos integradores e socializadores	X	X
ET.9 - CREATIVIDADE. Elaboración de contidos individuais e grupais para exposición e creación de traballos, montaxes escenicas ou coreográficos, creación e organización de eventos deportivos ou saídas do centro		

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Proposta: Roteiro de sendeirismo 2º- 3º Trimestre	Realización dunha ruta de sendeirismo, por un entorno natural próximo da comarca.			X
Obradoiros diversos sobre nutrición, educación postural, primeiros auxilios e imaxe corporal durante todo o ano	Obradoiros levados a cabo nas sesións de E.F en horario escolar en colaboración co Departamento de Orientación, sobre contidos de hábitos saudables para a súa promoción e complementación do curriculum de E.F en colaboración con entidades do entorno relacionadas coa saúde, actividade física deportiva.		X	
Día do deporte no centro	Gimkana deportiva dun día no centro, para todo o centro, realizando actividades físico-deportivas impartidas por asociacións, clubs ou entidades deportivas do entorno con a idea de dar a coñecer e practicar deportes e actividades físicas diversos e as veces descoñecidos, para fomentar a súa práctica e aproveitamento en horas de lecer.			X
Excursión de días para facer actividades físico deportivas no último trimestre	Excursión para toda a eso, con estancia de días por determinar de cara o último trimestre para a realización de actividades físico-deportivas no medio natural ou acuático.		X	

Observacións:

As actividades serán organizadas e levadas a cabo polo Departamento de E.F, para toda a Eso. O número de profesores responsables serán os establecidos legalmente 1/20 alumnos.

O día do deporte no centro, será gratuito en colaboración con entidades dptvas da comarca: clubs deportivos, asociacións, ximnásios...en colaboración co D. E.F, previa reunión organizativa. Será un sistema de rotación, onde cada curso ira pasando por unha estación(actividade) nun tempo determinado, ata completar o circuíto. Data a determinar según disposición das entidades colaboradoras.

As actividades de exterior (sendeirismo e excursión a natureza), serán realizadas preferiblemente o 3º trimestre e prezo e horarios a determinar segundo presupostos das axencias e con permiso previo dos pais/nais.

Os obradoiros realizaranse en colaboración co Dpt Orientación, Centro e ANPA.

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.
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.

RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

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.

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.

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, puntuá 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 o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

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

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

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