
PROGRAMACIÓN DO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

IES GONZALO TORRENTE BALLESTER

Curso 2020 / 2021

PROFESORADO DO DEPARTAMENTO

Elena Fernández Rodríguez (Xefa do Departamento)

Francisco Javier Fernández Graña

Margarita Torres Neira

ÍNDICE

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 0.- COVID-19 | Páxina 3 |
| 1.- Introducción e contextualización. | Páxina 5 |
| 2.- Contribución ao desenvolvemento das Competencias Clave. | Páxina 6 |
| 3.- Concreción dos obxectivos para cada curso. | Páxina 20 |
| 4.- Concreción para cada estándar de aprendizaxe avaliable de: <ul style="list-style-type: none">▪ Temporalización▪ Grao mínimo de consecución para superar a materia▪ Procedementos e instrumentos de avaliación | Páxina 24 |
| 5.- Concrecións metodolóxicas que require a materia. | Páxina 69 |
| 6.- Materiais e recursos didácticos que se vaian utilizar. | Páxina 69 |
| 7.- Criterios sobre a avaliación, cualificación e promoción do alumnado. | Páxina 71 |
| 8.- Indicadores de logro para avaliar o proceso de ensino e a práctica docente. | Páxina 72 |
| 9.- Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación de materias pendentes. | Páxina 73 |
| 10.- Deseño da avaliación inicial e medidas individuais ou colectivas que se poidan adoptar como consecuencia dos seus resultados. | Páxina 73 |
| 11.- Medidas de atención á diversidade. | Páxina 74 |
| 12.- Concreción dos elementos transversais que se traballarán no curso que corresponda. | Páxina 75 |
| 13.- Actividades complementarias e extraescolares programadas para cada curso. | Páxina 78 |
| 14.- Mecanismos de revisión, avaliación e modificación das programacións didácticas en relación cos resultados académicos e procesos de mellora. | Páxina 79 |

0.- COVID-19

ADAPTACIÓN DA PROGRAMACIÓN AO CONTEXTO DA ACTUAL PANDEMIA.

En principio, mantemos os contidos recollidos na programación modificando a metodoloxía a seguir segundo os bloques:

| CONTIDOS PRÁCTICOS | CONTIDOS TEÓRICOS |
|------------------------------------------------------|-------------------------|
| BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS | BLOQUE 4. OS XOGOS E AS |
| BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICAS-EXPRESIVAS. | ACTIVIDADES DEPORTIVAS. |
| BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE | |

- O traballo dos bloques 1 e 3 farémolo de forma individual a través de sesións prácticas.
- O traballo do bloque 2 adaptarémolo á situación. Este bloque está programado para o 2º e 3º trimestres. Poderá ser un traballo individual (si a situación da pandemia non mellora) ou en parellas/pequenos grupos que é o desexable.
- Os contidos do bloque 4 traballarémolos de forma teórica ante o risco que supón o contacto entre o alumnado.

O obxectivo principal do departamento de Educación Física é o traballo práctico, e fomentar a actividade física do alumnado máis aló das clases.

A parte teórica da materia serán todos aqueles contidos que non poden ser impartidos de forma práctica polo risco que supoñen para a saúde. Estes contidos traballarémolos na aula virtual do centro.

Os cursos da aula virtual permitirán ter un contacto continuo co alumnado, facilitando a situación no caso de confinamento.

Co obxecto de reforzar os contidos non impartidos no 3º trimestre pasado o profesorado definitivo continuará cos mesmos grupos no seguinte nivel:

| | Curso 2019/2020 | Curso 2020/2021 |
|-----------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| Elena Fernández (def.) | 1º ESO / 3º ESO / 4º ESO | 2º ESO / 4º ESO |
| Francisco Javier Fernández (def.) | 2º ESO | 3º ESO |
| Margarita Torres (expectativa) | | 1º ESO / 1º Bacharelato |

PROTOCOLO A SEGUIR DURANTE AS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

NOTAS INFORMATIVAS:

- As primeiras sesións de tódolos grupos serán informativas. Explicaremos as pautas a seguir no desenvolvemento das clases.
- O uso da máscara é obrigatorio. Soamente cando esteamos no exterior, e as actividades sexan intensas, prescindiremos da máscara, e sempre aumentando a distancia social na medida do posible.
- Recomendaremos que leven dúas máscaras por si a intensidade do exercicio deixa a máscara moi mollada.
- Os alumnos virán coa roupa deportiva desde a casa. A situación non permite o uso compartido dos vestiarios, que estarán pechados.
- A roupa deberá ser adecuada xa que a intención é facer ás clases no exterior.
- Cada alumno deberá usar exclusivamente o seu material de traballo para os contidos teóricos. Se for necesario utilizar o dun compañeiro, este deberá ser desinfectado previamente e despois do seu uso.
- A práctica será individual, mantendo as normas de distanciamento social. Buscaremos manter unha distancia de 3 metros no exterior (2 metros no ximnasio).
- Nas sesións prácticas evitárase o uso de material, e sobre todo o material compartido. No caso de empregar material (esteiras) deberá desinfectarse antes e despois do uso. Este material estará controlado polo profesor, que será quen o reparta ao alumnado.
- As portas dos accesos ao ximnasio permanecerán abertas para facilitar a máxima ventilación.
- No ximnasio haberá unha dotación de todos os produtos necesarios para desenvolver a actividade física con garantías.

DESPRAZAMENTOS

- O alumnado con clase de Educación Física sairá da clase de forma ordenada e continua, de un en un e mantendo a distancia de seguridade respecto dos compañeiros. Agardarán no vestíbulo para recibir as instrucións do profesorado.
- Antes de comenzar a clase poderán ir aos aseos. Irán en grupos de 3, respectando as distancias e deberán hixienizar as mans á entrada e saída dos mesmos.
- Os grupos que teñan clase no ximnasio baixarán pola escaleira interior, de forma ordenada, mantendo as distancias, e limparán as mans coa solución hidroalcohólica que estará na entrada do ximnasio.
- Os grupos que teñan clase nas pistas exteriores sairán pola porta principal, mantendo as distancias, e limparán as mans coa solución hidroalcohólica que estará na entrada do instituto.
- Ao rematar a clase repetirán o proceso á inversa para dirixirse á aula correspondente.
- O primeiro día do curso, con cada grupo, faremos unha proba indicativa de todo o proceso.

1.- INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN

| | |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nome: | IES Gonzalo Torrente Ballester |
| Dirección: | Rúa Herminia Fariña Cobián, s/n |
| Oferta educativa: | Educación Secundaria Obrigatoria Bacharelato LOMCE nas modalidades de Humanidades e Ciencias Sociais, e Ciencias Ciclo Formativo de Grao Superior da familia profesional de Edificación e Obra Civil |
| Grupos Educación Física: | 1º ESO 5 GRUPOS 2º ESO 5 GRUPOS 3º ESO 4 GRUPOS 4º ESO 4 GRUPOS 1º BACHARELATO 4 GRUPOS |
| Número de sesións semanais: | 2 sesións semanais |
| Duración de cada sesión: | 50' |
| Instalacións deportivas: | Ximnasio e pista ao aire libre |
| Horas totais do Departamento: | 44 horas Reunión Departamento: Martes de 14:10 a 15:00 |
| Profesorado: | Elena Fernández Rodríguez (Xefa do Departamento) Francisco Javier Fernández Graña Margarita Torres Neira |
| Características do centro | É un centro de barrio situado na zona sur da cidade de Pontevedra. Os alumnos pertencen ao centro da cidade e a parroquias e concellos veciños. Os colexios adscritos son: <ul style="list-style-type: none">• C.I.P. Cabanas (Salcedo)• C.I.P. San Martiño (Salcedo)• C.I.P. A Carballeira (Lourizán) Colexios da cidade dos que procede parte do alumnado son o Colexio de Campolongo e algún privado concertado como o Colexio Calasancio. |

| RESULTADOS EDUCACIÓN FÍSICA | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------|---------------------|-------------------|---------------------|-------------------|---------------------|
| NIVEL | CURSO 2019 / 2020 | | CURSO 2018 / 2019 | | CURSO 2017 / 2018 | |
| | % APTOS XUÑO | % APTOS XUÑO+SET | % APTOS XUÑO | % APTOS XUÑO+SET | % APTOS XUÑO | % APTOS XUÑO+SET |
| 1º ESO | 97% | 97% | 98% | 98% | 99% | 99% |
| 2º ESO | 100% | 100% | 89% | 89% | 95% | 97% |
| 3º ESO | 99% | 100% | 95% | 97% | 98% | 98% |
| 4º ESO | 99% | 99% | 95% | 95% | 99% | 99% |
| 1º BACH | 95% | 96% | 100% | 100% | 97% | 97% |

2.- CONTRIBUCIÓN Ó DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE

PERFIL COMPETENCIAL – AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

| COMPETENCIAS CLAVE | | 1º ESO | 2º ESO | 3º ESO | 4º ESO |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|
| CCL | Comunicación lingüística | 2 | 2 | 2 | 3 |
| CMCCT | Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía | 5 | 7 | 7 | 11 |
| CD | Competencia dixital | 2 | 1 | 2 | 3 |
| CAA | Aprender a aprender | 11 | 15 | 13 | 9 |
| CSC | Competencias sociais e cívicas | 10 | 11 | 11 | 14 |
| CSIEE | Sentido da iniciativa e espírito emprendedor | 10 | 13 | 13 | 12 |
| CCEC | Conciencia e expresións culturais | 3 | 4 | 4 | 4 |
| | | 43 | 53 | 52 | 56 |

| COMP. CLAVE | ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE – 1º ESO |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCL | 1º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. |
| CCL | 1º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos sinxelos sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CMCCT | 1º-EFB1.1.1 - Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. |

| | |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CMCCT | 1º-EFB3.1.1 - Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable. |
| CMCCT | 1º-EFB3.1.2 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física. |
| CMCCT | 1º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. |
| CMCTT | 1º-EFB3.1.3 - Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica. |
| CD | 1º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. |
| CD | 1º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CAA | 1º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas. |
| CAA | 1º-EFB3.1.2 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física. |
| CAA | 1º-EFB3.2.1 - Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. |
| CAA | 1º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. |
| CAA | 1º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas. |
| CAA | 1º-EFB4.1.2 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos. |
| CAA | 1º-EFB4.1.3 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade. |
| CAA | 1º-EFB4.1.4 - Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación. |
| CAA | 1º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento. |
| CAA | 1º-EFB4.2.2 - Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CAA | 1º-EFB4.2.2 - Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CSC | 1º-EFB1.1.1 - Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. |
| CSC | 1º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que |

| | |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas. |
| CSC | 1º-EFB1.1.3 - Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física. |
| CSC | 1º-EFB1.2.1 - Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. |
| CSC | 1º-EFB1.2.2 - Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. |
| CSC | 1º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza. |
| CSC | 1º-EFB1.3.1 - Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas. |
| CSC | 1º-EFB1.3.2 - Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. |
| CSC | 1º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual. |
| CSC | 1º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas. |
| CSIEE | 1º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante pa-ra si mesmo/a ou para as demais persoas. |
| CSIEE | 1º-EFB1.4.2 - Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno. |
| CSIEE | 1º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. |
| CSIEE | 1º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas. |
| CSIEE | 1º-EFB4.1.2 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos. |
| CSIEE | 1º-EFB4.1.3 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade. |
| CSIEE | 1º-EFB4.1.4 - Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación. |
| CSIEE | 1º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento. |
| CSIEE | 1º-EFB4.2.2 - Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CSIEE | 1º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. |

| | |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCEC | 1º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade. |
| CCEC | 1º-EFB2.1.2 - Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo. |
| CCEC | 1º-EFB2.1.3 - Colabora na realización de bailes e danzas. |

| COMP. CLAVE | ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE – 2º ESO |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCL | 2º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. |
| CCL | 2º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CMCCT | 2º-EFB1.1.1 - Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. |
| CMCCT | 2º-EFB3.1.1 - Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo. |
| CMCCT | 2º-EFB3.1.2 - Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde. |
| CMCCT | 2º-EFB3.1.3 - Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva. |
| CMCCT | 2º-EFB3.1.4 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física. |
| CMCCT | 2º-EFB3.1.5 - Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física. |
| CMCCT | 2º-EFB3.1.6 - Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. |
| CD | 2º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. |
| CAA | 2º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar. |
| CAA | 2º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CAA | 2º-EFB3.2.1 - Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. |
| CAA | 2º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. |
| CAA | 2º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. |

| | |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CAA | 2º-EFB3.2.4 - Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida. |
| CAA | 2º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas. |
| CAA | 2º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado. |
| CAA | 2º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados. |
| CAA | 2º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación. |
| CAA | 2º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades. |
| CAA | 2º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CAA | 2º-EFB4.2.2 - Describe simplificada e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CAA | 2º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. |
| CAA | 2º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares. |
| CSC | 2º-EFB1.1.1 - Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. |
| CSC | 2º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar. |
| CSC | 2º-EFB1.1.3 - Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente. |
| CSC | 2º-EFB1.2.1 - Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. |
| CSC | 2º-EFB1.2.2 - Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. |
| CSC | 2º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza. |
| CSC | 2º-EFB1.3.1 - Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade. |
| CSC | 2º-EFB1.3.2 - Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. |
| CSC | 2º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do |

| | |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual. |
| CSC | 2º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. |
| CSC | 2º-EFB3.1.6 - Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. |
| CSIEE | 2º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. |
| CSIEE | 2º-EFB1.4.2 - Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. |
| CSIEE | 2º-EFB1.4.3 - Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable. |
| CSIEE | 2º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. |
| CSIEE | 2º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas. |
| CSIEE | 2º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado. |
| CSIEE | 2º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados. |
| CSIEE | 2º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación. |
| CSIEE | 2º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades. |
| CSIEE | 2º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CSIEE | 2º-EFB4.2.2 - Describe simplificada e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. |
| CSIEE | 2º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. |
| CSIEE | 2º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. |
| CCEC | 2º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade. |
| CCEC | 2º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade. |

| | |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCEC | 2º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeras. |
| CCEC | 2º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea. |

| COMP. CLAVE | ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE – 3º ESO |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCL | 3º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. |
| CCL | 3º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CMCCT | 3º-EFB1.1.1 - Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. |
| CMCCT | 3º-EFB3.1.1 - Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo. |
| CMCCT | 3º-EFB3.1.2 - Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde. |
| CMCCT | 3º-EFB3.1.3 - Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva. |
| CMCCT | 3º-EFB3.1.4 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física. |
| CMCCT | 3º-EFB3.1.5 - Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física. |
| CMCCT | 3º-EFB3.1.6 - Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. |
| CD | 3º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. |
| CD | 3º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CAA | 3º-EFB3.2.1 - Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. |
| CAA | 3º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. |
| CAA | 3º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. |
| CAA | 3º-EFB3.2.4 - Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida. |

| | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CAA | 3º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas. |
| CAA | 3º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado. |
| CAA | 3º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos. |
| CAA | 3º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación. |
| CAA | 3º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades. |
| CAA | 3º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas. |
| CAA | 3º-EFB4.2.2 - Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas. |
| CAA | 3º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. |
| CAA | 3º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares. |
| CSC | 3º-EFB1.1.1 - Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. |
| CSC | 3º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual. |
| CSC | 3º-EFB1.1.3 - Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades. |
| CSC | 3º-EFB1.2.1 - Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. |
| CSC | 3º-EFB1.2.2 - Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. |
| CSC | 3º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza. |
| CSC | 3º-EFB1.3.1 - Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas. |
| CSC | 3º-EFB1.3.2 - Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. |
| CSC | 3º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual. |
| CSC | 3º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. |

| | |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CSC | 3º-EFB3.1.6 - Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. |
| CSIEE | 3º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. |
| CSIEE | 3º-EFB1.4.2 - Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. |
| CSIEE | 3º-EFB1.4.3 - Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable. |
| CSIEE | 3º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. |
| CSIEE | 3º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas. |
| CSIEE | 3º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado. |
| CSIEE | 3º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos. |
| CSIEE | 3º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexigencia e superación. |
| CSIEE | 3º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades. |
| CSIEE | 3º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas. |
| CSIEE | 3º-EFB4.2.2 - Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas. |
| CSIEE | 3º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. |
| CSIEE | 3º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares. |
| CCEC | 3º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade. |
| CCEC | 3º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado. |
| CCEC | 3º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras. |
| CCEC | 3º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos. |

| COMP. CLAVE | ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE – 4º ESO |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCL | 4º-EFB1.6.1 - Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CCL | 4º-EFB1.6.2 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións. |
| CCL | 4º-EFB1.6.3 - Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados. |
| CMCCT | 4º-EFB3.1.1 - Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva. |
| CMCCT | 4º-EFB3.1.2 - Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes. |
| CMCCT | 4º-EFB3.1.3 - Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde. |
| CMCCT | 4º-EFB3.1.4 - Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física. |
| CMCCT | 4º-EFB3.2.1 - Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física. |
| CMCCT | 4º-EFB3.2.2 - Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida. |
| CMCCT | 4º-EFB3.2.3 - Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades. |
| CMCCT | 4º-EFB3.2.4 - Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde. |
| CMCCT | 4º-EFB4.3.1 - Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel. |
| CMCCT | 4º-EFB4.3.2 - Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida. |
| CMCCT | 4º-EFB4.3.3 - Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental. |
| CD | 4º-EFB1.6.1 - Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. |
| CD | 4º-EFB1.6.2 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións. |
| CD | 4º-EFB1.6.3 - Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados. |
| CAA | 4º-EFB4.1.1 - Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características. |

| | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CAA | 4º-EFB4.1.2 - Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas. |
| CAA | 4º-EFB4.1.3 - Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva. |
| CAA | 4º-EFB4.2.1 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria. |
| CAA | 4º-EFB4.2.2 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes. |
| CAA | 4º-EFB4.2.3 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario. |
| CAA | 4º-EFB4.2.4 - Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións. |
| CAA | 4º-EFB4.2.5 - Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas. |
| CAA | 4º-EFB4.2.6 - Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno. |
| CSC | 4º-EFB1.1.1 - Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma. |
| CSC | 4º-EFB1.1.2 - Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal. |
| CSC | 4º-EFB1.1.3 - Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz. |
| CSC | 4º-EFB1.2.1 - Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais. |
| CSC | 4º-EFB1.2.2 - Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas. |
| CSC | 4º-EFB1.2.3 - Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilízalos na súa práctica de maneira autónoma. |
| CSC | 4º-EFB1.3.1 - Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas. |
| CSC | 4º-EFB1.3.2 - Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas. |
| CSC | 4º-EFB1.3.3 - Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a. |
| CSC | 4º-EFB1.5.1 - Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos. |
| CSC | 4º-EFB1.5.2 - Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo. |

| | |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CSC | 4º-EFB4.3.1 - Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel. |
| CSC | 4º-EFB4.3.2 - Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida. |
| CSC | 4º-EFB4.3.3 - Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental. |
| CSIEE | 4º-EFB1.4.1 - Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica. |
| CSIEE | 4º-EFB1.4.2 - Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física. |
| CSIEE | 4º-EFB1.4.3 - Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas. |
| CSIEE | 4º-EFB4.1.1 - Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características. |
| CSIEE | 4º-EFB4.1.2 - Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas. |
| CSIEE | 4º-EFB4.1.3 - Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva. |
| CSIEE | 4º-EFB4.2.1 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria. |
| CSIEE | 4º-EFB4.2.2 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes. |
| CSIEE | 4º-EFB4.2.3 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario. |
| CSIEE | 4º-EFB4.2.4 - Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións. |
| CSIEE | 4º-EFB4.2.5 - Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas. |
| CSIEE | 4º-EFB4.2.6 - Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno. |
| CCEC | 4º-EFB1.3.2 - Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas. |
| CCEC | 4º-EFB2.1.1 - Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición. |
| CCEC | 4º-EFB2.1.2 - Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas. |

| | |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCEC | 4º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas. |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| COMP. CLAVE | ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE – 1º BACHARELATO |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CCL | EFB.1.4.1. Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia. |
| CCL | EFB.1.4.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión. |
| CMCCT | EFB3.1.1. Integra os coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde. |
| CMCCT | EFB3.1.2. Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde. |
| CMCCT | EFB3.1.3. Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física. |
| CMCCT | EFB3.1.4. Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades. |
| CMCCT | EFB3.2.1. Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características e dos seus intereses persoais. |
| CMCCT | EFB3.2.2. Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora. |
| CMCCT | EFB3.2.3. Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade. |
| CMCCT | EFB3.2.4. Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física, conxugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. |
| CMCCT | EFB3.2.5. Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado. |
| CMCCT | EFB3.2.6. Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas. |
| CD | EFB.1.4.1. Aplica criterios de procura de información que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia. |
| CD | EFB.1.4.2. Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión. |
| CAA | EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses. |
| CAA | EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas. |
| CAA | EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo. |

| | |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CAA | EFB4.1.4. Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios. |
| CAA | EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición. |
| CAA | EFB4.2.2. Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración –oposición, e explica a achega de cadaquén. |
| CAA | EFB4.2.3. Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. |
| CAA | EFB4.2.4. Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas. |
| CAA | EFB4.2.5. Formula estratexias antes as situacións de oposición ou de colaboración-oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes. |
| CSC | EFB1.1.1. Deseña, organiza e participa en actividades físicas, como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociadas e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios. |
| CSC | EFB1.1.2. Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas. |
| CSC | EFB1.3.1. Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas. |
| CSC | EFB1.3.2. Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. |
| CSC | EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas. |
| CSC | EFB4.2.2. Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración –oposición, e explica a achega de cadaquén. |
| CSC | EFB4.2.3. Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. |
| CSIEE | EFB1.2.1. Prevé os riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e a do grupo. |
| CSIEE | EFB1.2.2. Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas. |
| CSIEE | EFB1.2.3. Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo. |
| CSIEE | EFB4.1.1. Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses. |
| CSIEE | EFB4.1.2. Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e polas persoas adversarias, nas situacións colectivas. |
| CSIEE | EFB4.1.3. Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo. |
| CSIEE | EFB4.1.4. Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, |

| | |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | analizando os aspectos organizativos necesarios. |
| CSIEE | EFB4.2.1. Desenvolve accións que conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición. |
| CSIEE | EFB4.2.2. Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración –oposición, e explica a achega de cadaquén. |
| CSIEE | EFB4.2.3. Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. |
| CSIEE | EFB4.2.4. Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas. |
| CSIEE | EFB4.2.5. Formula estratexias antes as situacións de oposición ou de colaboración-oposición, adaptándoas ás características das persoas participantes. |
| CCEC | EFB2.1.1. Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas. |
| CCEC | EFB2.1.2. Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva. |
| CCEC | EFB2.1.3. Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo. |

3.- CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS PARA CADA O CURSO

A educación secundaria obrigatoria contribuirá a desenvolver nos alumnos e nas alumnas as capacidades que lles permitan:

- a) Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto ás demais persoas, practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e os grupos, exercitarse no diálogo, afianzando os dereitos humanos e a igualdade de trato e de oportunidades entre mulleres e homes, como valores comúns dunha sociedade plural, e prepararse para o exercicio da cidadanía democrática.
- b) Desenvolver e consolidar hábitos de disciplina, estudo e traballo individual e en equipo, como condición necesaria para unha realización eficaz das tarefas da aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.

c) Valorar e respectar a diferenza de sexos e a igualdade de dereitos e oportunidades entre eles. Rexeitar a discriminación das persoas por razón de sexo ou por calquera outra condición ou circunstancia persoal ou social. Rexeitar os estereotipos que supoñan discriminación entre homes e mulleres, así como calquera manifestación de violencia contra a muller.

d) Fortalecer as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como rexeitar a violencia, os prexuízos de calquera tipo e os comportamentos sexistas, e resolver pacificamente os conflitos.

e) Desenvolver destrezas básicas na utilización das fontes de información, para adquirir novos coñecementos con sentido crítico. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente as da información e a comunicación.

f) Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en materias, así como coñecer e aplicar os métodos para identificar os problemas en diversos campos do coñecemento e da experiencia.

g) Desenvolver o espírito emprendedor e a confianza en si mesmo, a participación, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades.

h) Comprender e expresar con corrección, oralmente e por escrito, na lingua galega e na lingua castelá, textos e mensaxes complexas, e iniciarse no coñecemento, na lectura e no estudo da literatura.

i) Comprender e expresarse nunha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada.

l) Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e da historia propias e das outras persoas, así como o patrimonio artístico e cultural. Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes á cultura e á sociedade galega, ou a outras culturas do mundo.

m) Coñecer e aceptar o funcionamento do propio corpo e o das outras persoas, respectar as diferenzas, afianzar os hábitos de coidado e saúde corporais, e incorporar a educación física e a práctica do deporte para favorecer o desenvolvemento persoal e social. Coñecer e valorar a dimensión humana da sexualidade

en toda a súa diversidade. Valorar criticamente os hábitos sociais relacionados coa saúde, o consumo, o coidado dos seres

vivos e o medio ambiente, contribuíndo á súa conservación e á súa mellora.

n) Apreciar a creación artística e comprender a linguaxe das manifestacións artísticas, utilizando diversos medios de expresión e representación.

ñ) Coñecer e valorar os aspectos básicos do patrimonio lingüístico, cultural, histórico e artístico de Galicia, participar na súa conservación e na súa mellora, e respectar a diversidade lingüística e cultural como dereito dos pobos e das persoas, desenvolvendo actitudes de interese e respecto cara ao exercicio deste dereito.

o) Coñecer e valorar a importancia do uso da lingua galega como elemento fundamental para o mantemento da identidade de Galicia, e como medio de relación interpersonal e expresión de riqueza cultural nun contexto plurilingüe, que permite a comunicación con outras linguas, en especial coas pertencentes á comunidade lusófona.

No seguinte cadro propoñemos unha secuenciación dos obxectivos xerais de área:

| 1º ESO | 2º ESO | 3º ESO | 4º ESO |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comezar a desenrolar actitudes positivas na práctica das actividades físico-deportivas cos compañeiros denunciando calquera situación que supoña algún tipo de violencia. | Mostrar actitudes positivas na práctica das actividades físico-deportivas, tanto no rol de participante como no rol de espectador, axudando a evitar a aparición de situacións violentas tanto físicas como verbais. | Desenrolar actitudes críticas ante as situacións cotián e a súa relación con aquelas que se producen no seu contorno próximo e que se observan nos medios de comunicación. | Deseñar actividades cos diferentes xogos aprendidos para poñer en práctica con cursos inferiores en actividades complementarias e/ou extraescolares, colaborando na organización e desenvolvemento, facendo respectar as normas. |
| Coñecer e levar á práctica aspectos básicos para unha actividade física saudable. | Desenrolar actividades que favorezan a práctica de actividade física saudable, analizando os factores que inflúen positiva ou negativamente nela. | Aumentar a eficacia na realización e práctica daquelas actividades relacionada coa mellora da saúde, controlando os factores que inflúen positiva ou negativamente nela. | Planificar e levar a cabo, en grupo, actividades físico-deportivas relacionadas coa saúde, previa valoración do estado das capacidades físicas e habilidades específicas. |

| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Coñecer e realizar as actividades necesarias, previas e posteriores, á realización dunha actividade física para poder incrementar as posibilidades de mellora. | Desenrolar as actividades necesarias, previas e posteriores, para poder regular e dosificar un esforzo, coñecendo os beneficios e riscos da práctica. | Coñecer e poñer en práctica actividades específicas identificando factores contraindicados a causa da súa realización. | Valorar criticamente os beneficios e riscos da realización de actividades físicas de maneira habitual e sistemática, a súa influencia na saúde e a posible relación con manifestacións socioculturais. |
| Recoñecer os hábitos hixiénicos e posturais saudables ou nocivos para o organismo. | Desenrolar hábitos hixiénicos e posturais adaptados ás necesidades de cada actividade física. | Valorar tanto os hábitos positivos como os nocivos para o organismo, adoptando unha actitude crítica ante o consumo de substancias negativas para a saúde. | Adquirir de forma crítica hábitos e técnicas saudables en relación coa hixiene postural, a relaxación e a respiración. Valorar o modelo de saúde actual. |
| Coñecer e desenrolar de forma básica os distintos compoñentes da condición física, orientándoos á saúde. | Coñecer o nivel de partida individual dos compoñentes da condición física e incrementalos, orientándoos á saúde. | Coñecer e poñer en práctica as formas de traballo da condición física, orientada á saúde, partindo dos niveis individuais . | Planificar e utilizar un método de desenrolo dunha capacidade física relacionada coa saúde. |
| Analizar as posibilidades que ofrece o contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas. | Coñecer as diferentes propostas que ofrece a nosa provincia para a realización de actividades motrices. | Coñecer e valorar as diferentes actividades que ofrece o contorno da nosa comunidade autónoma para a realización de actividades motrices. | Deseñar actividades de adaptación ao medio natural que impliquen a adopción de normas e actitudes de conservación do contorno. |
| Desenrolar actividades e experiencias positivas que animen a unha práctica de actividade física saudable. | Realizar e coñecer diferentes exercicios para a mellora da condición física, prestando atención á correcta realización como medio para evitar desaxustes posturais. | Coñecer e adquirir as principais técnicas de traballo para conseguir un equilibrio psico-físico. | Poñer en práctica técnicas de respiración e relaxación como ferramenta para alcanzar un completo benestar. |
| Coñecer e adquirir diferentes medios de expresión e comunicación como unha linguaxe alternativa á oral. | Crear e transmitir a través dos diferentes medios de expresión e comunicación non oral, unha mensaxe. | Realizar diferentes bailes a partires de formas grupais mostrando actitudes de tolerancia e respecto cara tódolos membros do grupo. | Participar de forma activa na realización de coreografías baseadas nun tema elixido polo alumno. |
| Comezar a coñecer as posibilidades que o medio natural ofrece para a realización de actividades físico-deportivas nun contorno próximo. | Coñecer e adquirir coñecementos básicos no manexo de material de orientación que lles permita desenvolverse no medio natural con seguridade, analizando o | Aplicar os coñecementos adquiridos no manexo de material de orientación que lle permitan desenvolverse de forma autónoma no medio natural. | Programar de maneira conxunta e coordinada co resto dos compañeiros actividades no medio natural, valorando de forma crítica o impacto de ditas actividades. |

| | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | impacto que produce. | | |
| Comezar a practica de actividades deportivas prestando atención a aquelas actitudes de falta de colaboración, cooperación ou de respecto ao compañeiro. | Practicar actividades deportivas prestando atención aos fundamentos e destacando actitudes de colaboración, cooperación e respecto ao compañeiro | Continuar a práctica de actividades deportivas afondando nos fundamentos, favorecendo a máxima participación partindo de situacións de tolerancia e respecto das diferencias. | Organizar e planificar actividades físico-deportivas aplicando os fundamentos aprendidos, primando a colaboración e o respecto ao compañeiro por encima dos resultados. |

4.- CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR

1º ESO - CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR: Grao mínimo de consecución, temporalización, procedementos e instrumentos de avaliación.

| Criterio de avaliación | Estándares | Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro | T 1 | T 2 | T 3 | CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN | C.C. |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| | | | | | | Procedementos de avaliación Instrumentos de avaliación | |
| EF-B1.1 | 1º-EFB1.1.1 - Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados Peso: 4% | Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC CMCT |
| EF-B1.1 | 1º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e | Realiza quecementos e fases finais da sesión de | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións | CSC CAA |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| | fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas Peso: 4% | acordo cos contidos que se vaian realizar. | | | | dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Produccións motrices. | |
| EF-B1.1 | 1º-EFB1.1.3 - Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física Peso: 4% | Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. Cuestionarios. INSTRUMENTOS: Escala de observación. Cuestionario aberto. | CSC |
| EF-B1.2 | 1º-EFB1.2.1 - Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a Peso: 4% | Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.2 | 1º-EFB1.2.2 - Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos Peso: 4% | Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.2 | 1º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza. Peso: 4% | Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.3 | 1º-EFB1.3.1 - Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno | Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. | CSC |

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| | próximo para a realización de actividades físico-deportivas Peso: 4% | actividades físico-deportivas. | | | | INSTRUMENTOS: Posta en común. | |
| EF-B1.3 | 1º-EFB1.3.2 - Respecta o seu contorno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. Peso: 4% | Respecta o seu contorno e o valora como lugar para a realización de actividades físico-deportivas. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B1.3 | 1º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual Peso: 4% | Analiza criticamente as actitudes e estilos de vida relacionados coa saúde física. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B1.4 | 1º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas Peso: 4% | Identifica os riscos das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC CSIEE |
| EF-B1.4 | 1º-EFB1.4.2 - Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno Peso: 4% | Coñece os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Lista de control/cotexo. | CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| EF-B1.5 | 1º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. Peso: 4% | Coñece e utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais adecuados a súa idade. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Resolución de exercicios e problemas. | CD CCL |
| EF-B1.5 | 1º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. Peso: 4% | Expón e defende, en grupo, traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas. INSTRUMENTOS: Posta en común. Exposición dun tema. | CD CCL |
| EF-B2.1 | 1º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade Peso: 3% | Utiliza técnicas corporais básicas de control do espazo, tempo e intensidade. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CCEC |
| EF-B2.1 | 1º-EFB2.1.2 - Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo Peso: 3% | Reproduce una secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo. | | X | | PROCEDEMENTOS: Gravacións e análise. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Gravación e análise. Producións motrices. | CCEC |
| EF-B2.1 | 1º-EFB2.1.3 - Colabora na realización de bailes e danzas. Peso: 3% | Realiza bailes e danzas en grupo. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CCEC |

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| EF-B3.1 | 1º-EFB3.1.1 - Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable Peso: 3% | Coñece o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CMCT |
| EF-B3.1 | 1º-EFB3.1.2 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física. Peso: 3% | Adapta a intensidade do seu esforzo tendo como referencia o control da frecuencia cardíaca. | X | | | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de interpretación de datos. | CMCT CAA |
| EF-B3.1 | 1º-EFB3.1.3 - Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica. Peso: 3% | Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CMCT |
| EF-B3.2 | 1º-EFB3.2.1 - Iniciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. Peso: 3% | Participa activamente en actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable. | X | | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CAA |
| EF-B3.2 | 1º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. Peso: 3% | Alcanza niveis de condición física saudables acordes ás súas posibilidades. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CAA |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|
| EF-B3.2 | 1º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. Peso: 3% | Aplica os fundamentos de hixiene postural en prevención de lesións. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CMCT CSIEE |
| EF-B4.1 | 1º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas. Peso: 3% | Aplica aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas respectando as regras e as normas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 1º-EFB4.1.2 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos. Peso: 3% | Describe a forma de realizar movementos técnicos sinxelos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 1º-EFB4.1.3 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade. Peso: 3% | Mellora o seu nivel de execución técnica. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 1º-EFB4.1.4 - Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación. Peso: 3% | Coñece técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación. | | | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba aberta. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 1º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e | Pon en práctica os fundamentos técnicos e | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento. Peso: 3% | tácticos básicos respectando o regulamento. | | | | sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | |
| EF-B4.2 | 1º-EFB4.2.2 - Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. Peso: 3% | Pon en práctica aspectos de organización de ataque e defensa en actividades de oposición e/ou colaboración. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 1º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. Peso: 3% | Discrimina os estímulos a ter en conta na toma de decisión nas situación de colaboración, oposición e colaboración-oposición. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |

**2º ESO - CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR:
Grao mínimo de consecución, temporalización, procedementos e instrumentos de avaliación.**

| Criterio de avaliación | Estándares | Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro | T 1 | T 2 | T 3 | CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN | C.C. |
|------------------------|------------|--------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----------------------------------------------------------|------|
| | | | | | | Procedementos de avaliación Instrumentos de avaliación | |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| EF-B1.1 | 2º-EFB1.1.1 - Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. Peso: 2% | Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC CMCT |
| EF-B1.1 | 2º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar. Peso: 2% | Prepara e realiza quecementos tendo en conta os contidos que se vaian realizar. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CSC CAA |
| EF-B1.1 | 2º-EFB1.1.3 - Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente. Peso: 2% | Prepara actividades para a mellora das habilidades motoras. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CSC |
| EF-B1.2 | 2º-EFB1.2.1 - Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. Peso: 2% | Amosa tolerancia e deportividade. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rexistro anecdótico (anecdótico). | CSC |
| EF-B1.2 | 2º-EFB1.2.2 - Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. Peso: 2% | Colabora nas actividades grupais, respectando aos demais e as normas establecidas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| EF-B1.2 | 2º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza. Peso: 2% | Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rexistro anecdótico (anecdótico). | CSC |
| EF-B1.3 | 2º-EFB1.3.1 - Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade. Peso: 2% | Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B1.3 | 2º-EFB1.3.2 - Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. Peso: 2% | Respecta o contorno. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B1.3 | 2º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual. Peso: 2% | Analiza criticamente as actitudes e estilos de vida relacionados coa saúde física. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CSC |
| EF-B1.4 | 2º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. Peso: 2% | Identifica características das actividades que poidan supor elementos de risco para si mesmo/a ou para os demais. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| EF-B1.4 | 2º-EFB1.4.2 - Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. Peso: 2% | Coñece os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSIEE |
| EF-B1.4 | 2º-EFB1.4.3 - Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable. Peso: 2% | Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSIEE |
| EF-B1.5 | 2º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. Peso: 2% | Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CD CCL |
| EF-B1.5 | 2º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos Peso: 2% | Expón e defende traballos sobre temas relacionados coa actividade física utilizando recursos tecnolóxicos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CAA CCL |
| EF-B2.1 | 2º-EFB2.1.1 - Utiliza | Utiliza técnicas | | X | | PROCEDEMENTOS: | CCEC |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade. Peso: 4% | corporais básicas de control do espazo, tempo e intensidade. | | | | Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | |
| EF-B2.1 | 2º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade. Peso: 4% | Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B2.1 | 2º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras. Peso: 4% | Realiza bailes e danzas sinxelas colaborando co resto dos compañeiros/as. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B2.1 | 2º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea Peso: 4% | Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CCEC |
| EF-B3.1 | 2º-EFB3.1.1 - Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo. Peso: 2% | Analiza de xeito básico a implicación das capacidades física e coordinativas traballadas no ciclo. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CMCT |
| EF-B3.1 | 2º-EFB3.1.2 - Relaciona diferentes tipos de | Relaciona diferentes tipos de actividade | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos | CMCT |

| | | | | | | | |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| | actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde. Peso: 2% | física e alimentación co seu impacto na súa saúde. | | | | alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | |
| EF-B3.1 | 2º-EFB3.1.3 - Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva. Peso: 2% | Relaciona as adaptacións orgánicas co actividade física sistemática e a saúde cos riscos e contraindicacións da práctica deportiva. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CMCT |
| EF-B3.1 | 2º-EFB3.1.4 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física. Peso: 2% | Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.1 | 2º-EFB3.1.5 - Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física. Peso: 2% | Aplica procedementos para autoavaliar os factores da condición física. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CMCT |
| EF-B3.1 | 2º-EFB3.1.6 - Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. Peso: 2% | Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser saudables. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CMCT CSC |
| EF-B3.2 | 2º-EFB3.2.1 - Participa activamente na mellora | Participa activamente na mellora das | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións | CAA |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. Peso: 2% | capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable. | | | | dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Produccións motrices. | |
| EF-B3.2 | 2º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades Peso: 2% | Alcanza niveis de condición física saudables acordes ás súas posibilidades. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Produccións motrices. | CAA |
| EF-B3.2 | 2º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. Peso: 2% | Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como prevención de lesións. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B3.2 | 2º-EFB3.2.4 - Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida. Peso: 2% | Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da condición física. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Produccións motrices. | CAA |
| EF-B4.1 | 2º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas. Peso: 4% | Aplica aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas respectando regras e normas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 2º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución de | Autoavalía a súa execución. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Gravacións e análise. | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | <p>xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado</p> <p>Peso: 4%</p> | | | | | <p>INSTRUMENTOS: Gravación e análise.</p> | |
| EF-B4.1 | <p>2º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</p> <p>Peso: 4%</p> | Describe a forma de realizar os movementos. | X | X | X | <p>PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | <p>2º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.</p> <p>Peso: 4%</p> | Mellora o seu nivel técnico amosando actitudes de esforzo e superación. | X | X | X | <p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Rúbrica.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | <p>2º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.</p> <p>Peso: 4%</p> | Coñece técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas de orientación. | | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | <p>2º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</p> <p>Peso: 4%</p> | Adapta os fundamentos técnicos e tácticos na práctica das actividades físico-deportivas. | X | X | X | <p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Rúbrica.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | <p>2º-EFB4.2.2 - Describe simplificada e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque</p> | Describe e pon en práctica aspectos de organización de ataque e defensa nas actividades físico- | X | X | X | <p>PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática.</p> | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas. Peso: 4% | deportivas. | | | | INSTRUMENTOS: Produccións motrices. Rúbrica. | |
| EF-B4.2 | 2º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. Peso: 4% | Discrimina os estímulos a ter en conta na toma de decisión na situación de xogo. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Produccións motrices. Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 2º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares. Peso: 4% | Reflexiona sobre as situación resoltas valorando as solución achegadas e a súa aplicabilidade. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CAA CSIEE |

3º ESO - CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR:
Grao mínimo de consecución, temporalización, procedementos e instrumentos de avaliación.

| Criterio de avaliación | Estándares | Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro | T 1 | T 2 | T 3 | CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN | C.C. |
|------------------------|------------|--------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----------------------------------------------------------|------|
| | | | | | | Procedementos de avaliación Instrumentos de avaliación | |

| | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| EF-B.1.1 | 3º-EFB1.1.1 - Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados. Peso: 2% | Relaciona a estrutura dunha sesión coa intensidade dos esforzos realizados. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Rúbrica. | CSC CMCT |
| EF-B.1.1 | 3º-EFB1.1.2 - Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual. Peso: 2% | Prepara e realiza quecementos de acordo co contido que se vaia realizar. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Rúbrica. | CSC |
| EF-B.1.1 | 3º-EFB1.1.3 - Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades Peso: 2% | Prepara actividades para a mellora das habilidades motoras. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Rúbrica. | CSC |
| EF-B.1.2 | 3º-EFB1.2.1 - Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. Peso: 2% | Amosa tolerancia e deportividade. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B.1.2 | 3º-EFB1.2.2 - Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. Peso: 2% | Colabora nas actividades grupais respectando as demais persoas e as normas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |

| | | | | | | | |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| EF-B.1.2 | 3º-EFB1.2.3 - Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza. Peso: 2% | Respecta as demais persoas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B.1.3 | 3º-EFB1.3.1 - Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas. Peso: 2% | Coñece as posibilidades do seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B.1.3 | 3º-EFB1.3.2 - Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. Peso: 2% | Respecta o contorno e valórao como un lugar para a realización de actividades físico-deportivas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B.1.3 | 3º-EFB1.3.3 - Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual Peso: 2% | Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co deporte na sociedade actual. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B.1.4 | 3º-EFB1.4.1 - Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. Peso: 2% | Identifica as características das actividades que podan supor un risco. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba aberta. | CSC CSIEE |

| | | | | | | | |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| EF-B.1.4 | 3º-EFB1.4.2 - Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. Peso: 2% | Coñece os protocolos para activar servizos de emerxencia e de protección. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba aberta. | CSIEE |
| EF-B.1.4 | 3º-EFB1.4.3 - Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable. Peso: 2% | Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSIEE |
| EF-B.1.5 | 3º-EFB1.5.1 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable. Peso: 2% | Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CD CCL |
| EF-B.1.5 | 3º-EFB1.5.2 - Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. Peso: 2% | Expón e defende traballos sobre temas relacionados coa actividade física utilizando recursos tecnolóxicos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CD CCL |
| EF-B.2.1 | 3º-EFB2.1.1 - Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, | Utiliza técnicas corporais básicas de control do espazo, tempo e intensidade. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. | CCEC |

| | | | | | | | |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | tempo e intensidade. Peso: 4% | | | | | INSTRUMENTOS: Producións motrices. | |
| EF-B.2.1 | 3º-EFB2.1.2 - Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado. Peso: 4% | Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B.2.1 | 3º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras. Peso: 4% | Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas en grupo. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B.2.1 | 3º-EFB2.1.4 - Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos. Peso: 4% | Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións motrices. | CCEC |
| EF-B.3.1 | 3º-EFB3.1.1 - Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo. Peso: 2% | Analiza a implicación das capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CMCT |
| EF-B.3.1 | 3º-EFB3.1.2 - Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde. Peso: 2% | Asocia os sistemas metabólicos cos tipos de actividade física, alimentación e saúde. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CMCT |
| EF-B.3.1 | 3º-EFB3.1.3 - Relaciona | Relaciona as | X | X | X | PROCEDEMENTOS: | CMCT |

| | | | | | | | |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| | as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva Peso: 2% | adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva. | | | | Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | |
| EF-B.3.1 | 3º-EFB3.1.4 - Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física. Peso: 2% | Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CMCT |
| EF-B.3.1 | 3º-EFB3.1.5 - Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física Peso: 2% | Aplica de forma autónoma procedementos para avaliar a condición física. | | | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz. | CMCT |
| EF-B.3.1 | 3º-EFB3.1.6 - Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. Peso: 2% | Identifica as características que deben ter as actividades física para ser consideradas saudables. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CMCT CSC |
| EF-B.3.2 | 3º-EFB3.2.1 - Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. | Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA |

| | | | | | | | |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | Peso: 2% | | | | | | |
| EF-B.3.2 | 3º-EFB3.2.2 - Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. Peso: 2% | Alcanza niveis de condición física acordes ao seu desenvolvemento motor e posibilidades. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de capacidade motriz. | CAA |
| EF-B.3.2 | 3º-EFB3.2.3 - Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. Peso: 2% | Aplica os fundamentos de hixiene postural como medio de prevención de lesións. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B.3.2 | 3º-EFB3.2.4 - Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida. Peso: 2% | Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da condición física. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CAA |
| EF-B.4.1 | 3º-EFB4.1.1 - Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas. Peso: 4% | Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas respectando as regras e normas. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B.4.1 | 3º-EFB4.1.2 - Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado. Peso: 4% | Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Gravación e análise. | CAA CSIEE |
| EF-B.4.1 | 3º-EFB4.1.3 - Describe a forma de realizar os | Describe a forma de realizar os movementos | X | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | <p>movimentos implicados nos modelos técnicos.</p> <p>Peso: 4%</p> | <p>implicados nos modelos técnicos.</p> | | | | <p>dos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Producións orais.</p> | |
| EF-B.4.1 | <p>3º-EFB4.1.4 - Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.</p> <p>Peso: 4%</p> | <p>Mellora o seu nivel técnico amosando actitudes de esforzo e superación.</p> | X | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Rúbrica.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B.4.1 | <p>3º-EFB4.1.5 - Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades.</p> <p>Peso: 4%</p> | <p>Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos variables, regulando o esforzo.</p> | X | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Producións orais. Producións motrices.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | <p>3º-EFB4.2.1 - Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.</p> <p>Peso: 4%</p> | <p>Adapta os fundamentos técnicos e tácticos na práctica das actividades físico-deportivas.</p> | X | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Rúbrica.</p> | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | <p>3º-EFB4.2.2 - Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición</p> | <p>Describe e pon en práctica aspectos de organización de ataque e defensa nas actividades físico-deportivas.</p> | X | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Producións orais. Producións motrices.</p> | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | seleccionadas. Peso: 4% | | | | | | |
| EF-B4.2 | 3º-EFB4.2.3 - Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción. Peso: 4% | Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de xogo. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Producións motrices.Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 3º-EFB4.2.4 - Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares. Peso: 4% | Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando as solucións achegadas e a súa aplicabilidade. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Producións orais. | CAA CSIEE |

**4º ESO - CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR:
Grao mínimo de consecución, temporalización, procedementos e instrumentos de avaliación.**

| Criterio de avaliación | Estándares | Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro | T 1 | T 2 | T 3 | CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN | C.C. |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | | | | | | Procedementos de avaliación Instrumentos de avaliación | |
| EF-B1.1 | 4º-EFB1.1.1 - Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de | Analiza a actividade física principal da sesión e establece as fases. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. | CSC |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| | activación e de volta á calma Peso: 2% | | | | | INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | |
| EF-B1.1 | 4º-EFB1.1.2 - Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal. Peso: 2% | Selecciona exercicios ou tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CSC |
| EF-B1.1 | 4º-EFB1.1.3 - Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz. Peso: 2% | Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final dalgunha sesión. | X | | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. . Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.2 | 4º-EFB1.2.1 - Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais Peso: 2% | Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.2 | 4º-EFB1.2.2 - Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas. Peso: 2% | Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades foi coordinada co resto das accións do grupo. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.2 | 4º-EFB1.2.3 - Presenta propostas creativas de utilización de materiais | Presenta propostas creativas de utilización de materiais e | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. | CSC |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| | e de planificación para utilizarlos na súa práctica de maneira autónoma. Peso: 2% | planificación. | | | | INSTRUMENTOS: Rúbrica. | |
| EF-B1.3 | 4º-EFB1.3.1 - Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas. Peso: 2% | Valora as actuacións e intervencións dos participantes no grupo, respectando os diferentes niveis de competencias. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.3 | 4º-EFB1.3.2 - Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas. Peso: 2% | Valora as actividades física desde o punto de vista cultural de satisfacción e enriquecemento persoal. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC CCEC |
| EF-B1.3 | 4º-EFB1.3.3 - Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a. Peso: 2% | Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.4 | 4º-EFB1.4.1 - Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica. | Verifica as condicións de práctica segura. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| | Peso: 2% | | | | | | |
| EF-B1.4 | 4º-EFB1.4.2 - Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física. Peso: 2% | Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. | CSIEE |
| EF-B1.4 | 4º-EFB1.4.3 - Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas. Peso: 2% | Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, accidentes ou situación de emerxencia. | X | | | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba obxectiva. | CSIEE |
| EF-B1.5 | 4º-EFB1.5.1 - Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos. Peso: 2% | Fundamenta os seus puntos de vista nos traballos en grupo e admite outros argumentos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B1.5 | 4º-EFB1.5.2 - Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo. Peso: 2% | Valora e reforza as achegas dos compañeiros nos traballos en grupo. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC |
| EF-B1.6 | 4º-EFB1.6.1 - Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade | Procura, procesa e analiza criticamente información sobre actividade física utilizando recursos tecnolóxicos. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. | CD CCL |

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| | física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos. Peso: 2% | | | | | INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | |
| EF-B1.6 | 4º-EFB1.6.2 - Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións. Peso: 2% | Utiliza as tecnoloxías de información e comunicación para afondar sobre os contidos, realizando valoracións críticas e argumentando conclusións. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CD CCL |
| EF-B1.6 | 4º-EFB1.6.3 - Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados Peso: 2% | Comunica e comparte información e ideas nos soportes e contornos apropiados. | X | | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Posta en común. | CD CCL |
| EF-B2.1 | 4º-EFB2.1.1 - Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición. Peso: 2% | Elabora composicións de carácter artístico-expresivo. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B2.1 | 4º-EFB2.1.2 - Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes | Axusta as súas accións artístico-expresivas combinando os compoñentes espaciais, temporais e de interacción. | | X | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: | CCEC |

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | <p>espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.</p> <p>Peso: 2%</p> | | | | | <p>Producións motrices. Gravación e análise.</p> | |
| EF-B2.1 | <p>4º-EFB2.1.3 - Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.</p> <p>Peso: 2%</p> | <p>Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas.</p> | | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise.</p> <p>INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise.</p> | CCEC |
| EF-B3.1 | <p>4º-EFB3.1.1 - Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</p> <p>Peso: 3%</p> | <p>Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades física cun enfoque saudable.</p> | | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común.</p> | CMCT |
| EF-B3.1 | <p>4º-EFB3.1.2 - Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.</p> <p>Peso: 3%</p> | <p>Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa composición dos efectos provocados por actitudes posturais inadecuadas.</p> | | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Observación sistemática.</p> <p>INSTRUMENTOS: Rúbrica.</p> | CMCT |
| EF-B3.1 | <p>4º-EFB3.1.3 - Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</p> <p>Peso: 3%</p> | <p>Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</p> | | | X | <p>PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas.</p> <p>INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva.</p> | CMCT |

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| EF-B3.1 | 4º-EFB3.1.4 - Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física. Peso: 3% | Valora as necesidades de alimentos e da hidratación na práctica de actividade física. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas. INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva. | CMCT |
| EF-B3.2 | 4º-EFB3.2.1 - Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física. Peso: 3% | Valora o grao de implicación das capacidades físicas nos tipos de actividade física. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Probas específicas. INSTRUMENTOS: Posta en común. Proba obxectiva. | CMCT |
| EF-B3.2 | 4º-EFB3.2.2 - Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida. Peso: 3% | Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CMCT |
| EF-B3.2 | 4º-EFB3.2.3 - Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades. Peso: 3% | Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.2 | 4º-EFB3.2.4 - Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde. Peso: 3% | Valora a súa aptitude física. | X | | | PROCEDEMENTOS: Probas específicas. INSTRUMENTOS: Proba de interpretación de datos. Proba de capacidade motriz. | CMCT |

| | | | | | | | |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|
| EF-B4.1 | 4º-EFB4.1.1 - Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características Peso: 3% | Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 4º-EFB4.1.2 - Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas. Peso: 3% | Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes das situación colectivas. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 4º-EFB4.1.3 - Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva. Peso: 3% | Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 4º-EFB4.2.1 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria. Peso: 3% | Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades con adversario. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 4º-EFB4.2.2 - Aplica de xeito oportuno e eficaz | Aplica de xeito oportuno e eficaz as | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| | as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes. Peso: 3% | estratexias específicas das actividades de cooperación. | | | | sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | |
| EF-B4.2 | 4º-EFB4.2.3 - Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario. Peso: 3% | Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias das actividades de colaboración-oposición. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 4º-EFB4.2.4 - Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións. Peso: 3% | Aplica solución variadas ante situación formuladas valorando as posibilidades de éxito. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 4º-EFB4.2.5 - Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas. Peso: 3% | Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 4º-EFB4.2.6 - Argumenta estratexias ou posibles solucións | Argumenta estratexias ou posibles solución para resolver | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| | para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno. Peso: 3% | problemas motores. | | | | produccións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | |
| EF-B4.3 | 4º-EFB4.3.1 - Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel. Peso: 3% | Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CSC CMCT |
| EF-B4.3 | 4º-EFB4.3.2 - Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida Peso: 3% | Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida. | X | | | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CSC CMCT |
| EF-B4.3 | 4º-EFB4.3.3 - Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental. Peso: 3% | Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental. | X | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | CSC CMCT |

| PROGRAMACIÓN DE AULA – 1º ESO | | |
|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA | | UD1 / UD4 / UD8 |
| BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS | | UD7 / U11 |
| BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE | | UD2 / UD5 / UD9 |
| BLOQUE 4. OS XOGOS E AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS | | UD3 / UD6 / UD10 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 1ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 1ª avaliación. | | Presentación da materia. Fundamentos básicos do atletismo. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Explicación e posta en práctica. |
| UD1 | O quecemento xeral e específico. | Partes do quecemento. Control pulsacións. Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD2 | Traballo das capacidades físicas básicas. | Flexibilidade / Resistencia / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD3 | Deportes individuais: O atletismo. | Fundamentos técnicos básicos. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓN | | 24 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 2ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 2ª avaliación. | | Fundamentos básicos do baloncesto. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD4 | O quecemento xeral e específico. | Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD5 | Traballo das capacidades físicas básicas. | Flexibilidade / Resistencia / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD6 | Deportes colectivos: O baloncesto | Fundamentos técnicos básicos. Táctica de xogo básica. |
| UD7 | Coreografía individual | Aeróbic básico |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓN | | 22 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 3ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 3ª avaliación. | | Fundamentos básicos do voleibol. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD8 | O quecemento xeral e específico. | Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD9 | Traballo das capacidades físicas básicas. | Flexibilidade / Resistencia / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD10 | Deportes colectivos: O voleibol | Fundamentos técnicos básicos. Táctica de xogo básica. |
| UD11 | Coreografía en pequenos grupos | Aeróbic básico |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓN | | 22 |

| PROGRAMACIÓN DE AULA – 2º ESO | | |
|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA | | UD1 / UD4 / UD8 |
| BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS | | UD7 |
| BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE | | UD2 / UD5 / UD9 |
| BLOQUE 4. OS XOGOS E AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS | | UD3 / UD6 / UD10 / UD11 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 1ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 1ª avaliación. | | Presentación da materia. Fundamentos básicos do balonmán. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Explicación e posta en práctica. |
| UD1 | O quecemento xeral e específico I. | Sesións teórico-prácticas. Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD2 | As capacidades físicas básicas. | Flexibilidade / Resistencia / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD3 | Deportes colectivos: O balonmán | Fundamentos básicos. Técnica e tácticas de xogo básicas. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 24 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 2ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 2ª avaliación. | | Fundamentos básicos do bádminton. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD4 | O quecemento xeral e específico II. | Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD5 | Traballo das capacidades físicas básicas. | Flexibilidade / Resistencia / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD6 | Deportes individuais: O bádminton | Fundamentos básicos. Técnica e tácticas de xogo básicas. |
| UD7 | Coreografía en pequenos grupos | Traballo con cordas |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 22 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 3ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 3ª avaliación. | | Fundamentos básicos do floorball. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD8 | O quecemento xeral e específico III. | Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD9 | Mellora das capacidades físicas básicas. | Flexibilidade / Resistencia / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD10 | Deportes colectivos: O floorball. | Fundamentos básicos. Técnica e tácticas de xogo básicas. |
| UD11 | Actividades no medio natural. | Ruta de sendeirismo. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 22 |

➔ *Cara os cursos 2019/2020 e 2020/2021, a materia de Educación Física nos grupos de 2º ESO impartirase en galego, tal e como quedou recollido na proposta de distribución de materias realizada pola Comisión Redactora do Proxecto Lingüístico, e previa consulta ao profesorado de Educación Física.*

| PROGRAMACIÓN DE AULA – 3º ESO | | |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA | | UD1 / UD4 / UD8 |
| BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS | | UD7 |
| BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE | | UD2 / UD5 / UD9 |
| BLOQUE 4. OS XOGOS E AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS | | UD3 / UD6 / UD10 / UD11 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 1ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 1ª avaliación. | | Presentación da materia. Fundamentos teóricos do atletismo. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Explicación e posta en práctica. |
| UD1 | O quecemento I. | Quecemento xeral e específico. |
| UD2 | Condición física. | A saúde e o exercicio físico. Resistencia / Flexibilidade / Forza / Velocidade Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| UD3 | Deportes individuais: O atletismo/ O Xadrez | Fundamentos técnicos. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 24 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 2ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 2ª avaliación. | | Regras básicas para o xogo de individuais e dobres no bádminon. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD4 | O quecemento II. | Quecemento xeral e específico incluídos en tódalas sesións. |
| UD5 | Condición física. | Resistencia: control da intensidade do esforzo. Forza: control da intensidade do esforzo. |
| UD6 | Deporte individual e parellas: O bádminon . | Técnica e táctica de xogo en individuais e en dobres. |
| UD7 | Coreografía en grupo. | Aeróbic. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 22 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 3ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 3ª avaliación. | | Fundamentos teórico-prácticos do voleibol. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD8 | O quecemento III. | Quecemento xeral e quecemento específico incluídos en tódalas sesións. |
| UD9 | Mellora da condición física. | Elaboración dun plan de traballo para a mellora da resistencia. Posta en práctica do plan de traballo da resistencia. Elaboración dun plan de traballo para a mellora da flexibilidade. Posta en práctica do plan de traballo de flexibilidade. |
| UD10 | Deportes colectivos: O voleibol. | Técnica e táctica de xogo. |
| UD11 | Actividades no medio natural. | Ruta de sendeirismo. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 22 |

| PROGRAMACIÓN DE AULA – 4º ESO | | |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA | | UD1 / UD4 / UD7 |
| BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS | | UD10 |
| BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE | | UD2 / UD3 / UD5 / UD8 |
| BLOQUE 4. OS XOGOS E AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS | | UD6 / UD9 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 1ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 1ª avaliación. | | Presentación da materia. A actividade física e a saúde. Condición física saudable. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Explicación e posta en práctica. |
| UD1 | O quecemento I. | Quecemento xeral e específico. |
| UD2 | Condición física e saúde. | A condición física e os seus compoñentes. Medición, recollida e uso de datos para a súa valoración. |
| UD3 | Capacidades físicas básicas. | Resistencia / forza / flexibilidade / velocidade. Destreza: axilidade, coordinación, equilibrio. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Traballos recopilatorios. |
| TOTAL SESIÓNS | | 24 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 2ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 2ª avaliación. | | Primeiros auxilios |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD4 | O quecemento II. | Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD5 | Traballo das capacidades físicas básicas: Resistencia / Flexibilidade / Forza | Traballo das características básicas destas tres capacidades así como dos seus métodos de adestramento para aplicarlos na terceira avaliación no deseño dun programa de actividade física. |
| UD6 | Organización de campionatos I | Liga a dúas voltas: voleibol Eliminación directa (copa): floorball. Clasificación por marcas: probas de aptitude. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 22 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 3ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 3ª avaliación. | | Fundamentos básicos do adestramento. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD7 | O quecemento III. | Contidos a desenvolver en tódalas sesións. |
| UD8 | Programa de actividade física. | Deseño dun programa de actividade física traballando as capacidades relacionadas coa saúde: forza, flexibilidade e resistencia aeróbica. |
| UD9 | Organización de campionatos II | Liga a unha volta: baloncesto. Clasificación por postos: bádminton. |
| UD10 | Aerobic. | Elaboración e execución dunha coreografía en grupo. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓNS | | 22 |

1º BACHARELATO

OBXECTIVOS XERAIS DO BACHARELATO

No marco da LOMCE, o bacharelato ten como finalidade proporcionar ao alumnado formación, madurez intelectual e humana, coñecementos e habilidades que lle permitan desenrolar funcións sociais e incorporarse a vida activa con responsabilidade e competencia.

OBXECTIVOS XERAIS PARA A MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN BACHARELATO

No bacharelato, a materia continúa coa progresión dos aprendizaxes das etapas anteriores, favorecendo ao alumnado a adquisición de competencias, relacionadas coa planificación da súa propia actividade física como a autostestión e a autonomía.

A materia de educación física contribuirá á madurez do alumnado, fomentando o seu desenvolvemento persoal e social a través da propia práctica e da reflexión crítica da mesma, promovendo situacións de goce pola práctica, de emprendemento e relación cos demais.

A actividade motriz alcanzará un grado de complexidade superior á dos cursos anteriores e perseguirá diferentes obxectivos. A competencia motriz debe permitir saber que facer, como facelo, cando facelo e con quen en función das condicións cambiantes do contorno.

A educación física debe a súa vez desenvolver propostas que afonden en diversos elementos transversais, como a dieta equilibrada, traballo en equipo, xogo limpo, respecto as normas seguridade vial, desenrolo sostido e toda aquela información relacionada con o coñecemento e prevención das enfermidades cardiovasculares.

BLOQUES DE CONTIDOS

1º BACHARELATO

BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS

De carácter introdutorio, no que se aborda a capacidade do movemento en relación coas diferentes estruturas corporais, esqueleto, articulacións, sistema muscular,

BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS

Relacionadas con as posibilidades expresivas do corpo.

BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

Elementos necesarios para poder realizar un programa básico de mantemento físico, baseado na adopción de hábitos de vida saudable e práctica de exercicio.

BLOQUE 4. OS XOGOS E AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Onde traballaranse os deportes. No caso do noso centro por instalacións e medios realizaranse, bádmin-ton, palas, xoquei, baloncesto, balonmán e voleibol.

**1º BACHARELATO - CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR:
Grao mínimo de consecución, temporalización, procedementos e instrumentos de
avaliación.**

| Criterio de avaliación | Estándares | Grao mínimo para superar a área Indicador mínimo de logro | T 1 | T 2 | T 3 | CRITERIOS PARA A CUALIFICACIÓN | C.C. |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| | | | | | | Procedementos de avaliación Instrumentos de avaliación | |
| EF-B1.1 | 1º BAC-EFB1.1.1 – Deseña, organiza e participa en actividades físicas como recurso de lecer activo, valorando os aspectos sociais e culturais que levan asociados e as súas posibilidades profesionais futuras, e identificando os aspectos organizativos e os materiais necesarios. Peso: 4% | Deseña, organiza e participa en actividades físicas, identificando aspectos organizativos e materiais. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CSC |
| EF-B1.1 | 1º BAC-EFB1.1.2 - Adopta unha actitude crítica ante as prácticas de actividade física que teñen efectos negativos para a saúde individual ou colectiva, e ante os fenómenos socioculturais relacionados coa corporalidade e os derivados das manifestacións deportivas. Peso: 4% | Adopta unha actitude crítica ante a mala práctica na actividade física. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CSC |
| EF-B1.2 | 1º BAC-EFB1.2.1 - Prevé os riscos asociados ás | Está atento aos posibles riscos das actividades. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das | CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| | actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo. Peso: 4% | | | | | produccións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | |
| EF-B1.2 | 1º BAC-EFB1.2.2 – Usa os materiais e os equipamentos atendendo ás súas especificacións técnicas. Peso: 4% | Usa os materiais de forma correcta. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Rúbrica. | CSIEE |
| EF-B1.2 | 1º BAC-EFB1.2.3 - Ten en conta o nivel de cansazo como un elemento de risco na realización de actividades que requiren atención ou esforzo. Peso: 4% | Ten en conta o cansazo como elemento de risco. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSIEE |
| EF-B1.3 | 1º BAC-EFB1.3.1 - Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-deportivas. Peso: 4% | Respecta as regras nas actividades físico-deportivas. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.3 | 1º BAC-EFB1.3.2 - Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. Peso: 4% | Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CSC |
| EF-B1.4 | 1º BAC-EFB1.4.1 - Aplica criterios de procura de información | Aplica criterios na procura de información. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. | CD CCL |

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| | que garantan o acceso a fontes actualizadas e rigorosas na materia. Peso: 4% | | | | | INSTRUMENTOS: Posta en común. | |
| EF-B1.4 | 1º BAC-EFB1.4.2 – Comunica e comparte a información coa ferramenta tecnolóxica axeitada, para a súa discusión ou a súa difusión. Peso: 4% | Comparte información para a súa discusión ou difusión. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rúbrica. | CD CCL |
| EF-B2.1 | 1º BAC-EFB2.1.1 - Colabora no proceso de creación e desenvolvemento das composicións ou montaxes artísticas expresivas. Peso: 2% | Colabora no proceso de creación e desenvolvemento de composicións artísticas. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B2.1 | 1º BAC-EFB2.1.2 - Representa composicións ou montaxes de expresión corporal individuais ou colectivas, axustándose a unha intencionalidade de carácter estética ou expresiva. Peso: 2% | Representa composicións artísticas axustándose a unha intencionalidade estética ou expresiva. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B2.1 | 1º BAC-EFB2.1.3 - Adapta as súas accións motoras ao sentido do proxecto artístico expresivo. Peso: 2% | Adapta as súas accións ao sentido artístico. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Gravacións e análise. INSTRUMENTOS: Producións motrices. Gravación e análise. | CCEC |
| EF-B3.1 | 1º BAC-EFB3.1.1 – Integra os | Integra coñecementos sobre nutrición | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos | CMCT |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | coñecementos sobre nutrición e balance enerxético nos programas de actividade física para a mellora da condición física e saúde. Peso: 4% | adaptada para mellora da condición física e saúde. | | | | alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. | |
| EF-B3.1 | 1º BAC-EFB3.1.2 – Incorpora na súa práctica os fundamentos posturais e funcionais que promoven a saúde. Peso: 4% | Incorpora na práctica fundamentos que promoven a saúde. | X | | | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.1 | 1º BAC-EFB3.1.3 – Utiliza de forma autónoma as técnicas de activación e de recuperación na actividade física. Peso: 4% | Utiliza na práctica técnicas de activación e recuperación. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.1 | 1º BAC-EFB3.1.4 – Alcanza os seus obxectivos de nivel de condición física dentro das marxes saudables, asumindo a responsabilidade da posta en práctica do seu programa de actividades. Peso: 4% | Alcanza os seus obxectivos de condición física. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.2 | 1º BAC-EFB3.2.1 – Aplica os conceptos aprendidos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable á elaboración de deseños de prácticas en función das súas características | Aplica conceptos relacionados coa actividade física saudable. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rúbrica. | CMCT |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---|--|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| | e dos seus intereses persoais. Peso: 4% | | | | | | |
| EF-B3.2 | 1º BAC-EFB3.2.2 – Avalía as súas capacidades físicas e coordinativas considerando as súas necesidades e motivacións, e como requisito previo para a planificación da súa mellora. Peso: 4% | Avalía as súas capacidades físicas considerando as súas necesidades e motivacións. | X | | | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.2 | 1º BAC-EFB3.2.3 – Concreta as melloras que pretende alcanzar co seu programa de actividade. Peso: 4% | Concreta as melloras que pretende alcanzar. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. | CMCT |
| EF-B3.2 | 1º BAC-EFB3.2.4 - Elabora e leva á práctica o seu programa persoal de actividade física, conxugando as variables de frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. Peso: 4% | Elabora e leva á práctica o seu programa de actividade física. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Rúbrica. | CMCT |
| EF-B3.2 | 1º BAC-EFB3.2.5 - Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa de actividade física, reorientando as actividades nos aspectos que non chegan ao esperado. Peso: 4% | Comproba o nivel de logro dos obxectivos do seu programa. | | | X | PROCEDEMENTOS: Análise das producións dos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Traballo de aplicación e síntese. Rúbrica. | CMCT |

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| EF-B3.2 | 1º BAC-EFB3.2.6 - Formula e pon en práctica iniciativas para fomentar o estilo de vida activo e para cubrir as súas expectativas. Peso: 4% | Formula e pon en práctica iniciativas para o fomento da vida activa. | X | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Posta en común. Rúbrica. | CMCT |
| EF-B4.1 | 1º BAC-EFB4.1.1 - Perfecciona as habilidades específicas das actividades individuais que respondan aos seus intereses. Peso: 2% | Perfecciona as habilidades específicas das actividades. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 1º BAC-EFB4.1.2 - Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras e polas persoas adversarias nas situacións colectivas. Peso: 2% | Adapta a realización das habilidades específicas aos condicionantes. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE CSC |
| EF-B4.1 | 1º BAC-EFB4.1.3 - Resolve con eficacia situacións motoras nun contexto competitivo. Peso: 2% | Resolve con eficacia situacións motoras. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.1 | 1º BAC-EFB4.1.4 - Pon en práctica técnicas específicas das actividades en ámbitos non estables, analizando os aspectos organizativos necesarios. Peso: 2% | Adapta a súa práctica en ámbitos non estables. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 1º BAC-EFB4.2.1 – Desenvolve accións que | Desenvolve accións que conduzan a situacións | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| | conduzan a situacións de vantaxe con respecto á persoa adversaria, nas actividades de oposición. Peso: 2% | de vantaxe fronte o adversario. | | | | sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | |
| EF-B4.2 | 1º BAC-EFB4.2.2 - Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas nas que se produce colaboración ou colaboración-oposición, e explica a achega de cadaquén. Peso: 2% | Colabora con participantes nas actividades físico-deportivas. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE CSC |
| EF-B4.2 | 1º BAC-EFB4.2.3 - Desempeña as funcións que lle corresponden, nos procedementos ou nos sistemas postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. Peso: 2% | Desempeña as funcións que lle corresponden. | | | X | PROCEDEMENTOS: Observación sistemática. INSTRUMENTOS: Rúbrica. | CAA CSIEE CSC |
| EF-B4.2 | 1º BAC-EFB4.2.4 - Valora a oportunidade e o risco das súas accións nas actividades físico-deportivas desenvolvidas. Peso: 2% | Valora a oportunidade e o risco nas actividades físico-deportivas. | | X | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CAA CSIEE |
| EF-B4.2 | 1º BAC-EFB4.2.5 - Formula estratexias ante as situacións de oposición ou de colaboración-oposición adaptándoas ás características das persoas participantes. | Formula estratexias adaptadas ás situacións. | | | X | PROCEDEMENTOS: Intercambios orais cos alumnos/as. Análise das producións dos alumnos/as. INSTRUMENTOS: Posta en común. Traballo de aplicación e síntese. | CAA CSIEE |

| | | | | | | | |
|--|-----------|--|--|--|--|--|--|
| | Peso: 2D% | | | | | | |
|--|-----------|--|--|--|--|--|--|

| PROGRAMACIÓN DE AULA – 1º BACHARELATO | | |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA | | UD1 |
| BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS | | UD9 |
| BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE | | UD2 / UD3 / UD4 / UD7 |
| BLOQUE 4. OS XOGOS E AS ACTIVIDADES DEPORTIVAS | | UD5 / UD6 / UD8 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 1ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 1ª avaliación. | | Presentación da materia. A actividade física e a saúde. Condición física saudable. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Explicación e posta en práctica. |
| UD1 | Analizo a miña condición física saudable. | Tests de Condición Física. |
| UD2 | Traballo das capacidades físicas básicas: Resistencia / Flexibilidade | Traballo das características básicas destas dúas capacidades así como os seus métodos de adestramento para aplicarlos na terceira avaliación no deseño dun programa de actividade física. |
| UD3 | Nutrición. | Alimentación e actividade física. |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓN | | 24 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 2ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 2ª avaliación. | | A actividade física e a saúde. Alimentación e actividade física. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD4 | Traballo das capacidades físicas básicas: Resistencia / Forza | Traballo das características básicas destas dúas capacidades así como os seus métodos de adestramento para aplicarlos na terceira avaliación no deseño dun programa de actividade física. |
| UD5 | Destrezas deportivas. | Malabares / Indiaka / Diábolo. |
| UD6 | Novas tendencias da actividade física. | Coñecer as novas tendencias na actividade física: Crossfit, danza aérea..... |
| Control e coñecemento de resultados. | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓN | | 22 |
| UNIDADES DIDÁCTICAS: 3ª AVALIACIÓN | | |
| Fundamentos teóricos 3ª avaliación. | | O adestramento. Principios. |
| UD 0 | Protocolo COVID-19 | Adaptación á situación do momento. |
| UD7 | Programa de actividade física. | Deseño dun programa de actividade física traballando as capacidades relacionadas coa saúde: Forza, flexibilidade e resistencia aeróbica. |
| UD8 | Xogos e deportes alternativos. | Coñecemento de diferentes alternativas para ocupar o tempo de ocio. Rugbito / Mini-hockey / Palas |
| UD9 | Coreografía de elementos de danza. | Aprendizaxe e práctica. |
| Control e coñecemento de resultados | | Probas teóricas e prácticas. |
| TOTAL SESIÓN | | 22 |

5.- CONCRECIÓNS METODOLÓXICAS QUE REQUIRE A MATERIA

Aspectos xerais

- Coñecer o nivel de condición física inicial do alumnado.
- Ter en conta a diversidade: respectar os ritmos e estilos de aprendizaxe.
- Potenciar as metodoloxías activas e participativas.
- Combinar traballo individual e cooperativo.
- Uso habitual das TIC.
- Papel facilitador do profesor/a.

Aspectos organizativos

- Organización do espazo, posibilitando que todo o alumnado teña fácil acceso ás informacións, prestando atención aos alumnos con necesidades educativas especiais.
- Organización do espazo permitindo o máximo aproveitamento do material por parte de tódolos alumnos.
- Control do correcto uso e adecuada colocación do material para evitar riscos de lesións ou accidentes.
- Distribución temporal de cada sesión en partes con intensidades adecuadas aos niveis dos alumnos.

6.- MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS

INSTALACIÓNS DO IES

As instalacións deportivas do IES Torrente Ballester son unha sala deportiva cuberta e dúas pistas polideportivas exteriores.

A sala deportiva está acondicionada para a práctica dos seguintes deportes:

- BALONCESTO (con medidas adaptadas non totalmente regulamentarias)
- BÁDMINTON (dúas pistas regulamentarias)
- VOLEIBOL (un campo regulamentario)
- PISTAS ALTERNATIVAS (3 pistas con medidas adaptadas didacticamente para a práctica do voleibol, bádminton, deportes alternativos, etc.)

As paredes da sala deportiva están cubertas cun total de 36 espaldeiras.

En cada un dos fondos hai unha portería de balonmán/fútbol.

O almacén do material está situado nun dos fondos da instalación, con tres portas dobres para fa -

cilitar o acceso ao mesmo.

A sala comunica, a través dunha segunda porta, coas pistas exteriores.

As pistas exteriores son dúas:

- PISTA GRANDE: fútbol, balonmán, voleibol.
- PISTA PEQUENA: voleibol, baloncesto.

Ambas pistas están rodeadas por unha grada que permite a organización de campionatos internos ou intercentros.

| EQUIPAMENTO | CANTIDADE | LOCALIZACIÓN |
|--------------------------|-----------|-------------------|
| Aparato de música | 1 | Ximnasio |
| Aros de ximnasia rítmica | 12 | Ximnasio |
| Balóns baloncesto | 24 | Ximnasio |
| Balóns balonmán | 24 | Ximnasio |
| Balóns de rugby | 5 | Ximnasio |
| Balóns fútbol sala | 5 | Ximnasio |
| Balóns fútbol | 2 | Ximnasio |
| Balóns medicinais de 2kg | 9 | Ximnasio |
| Balóns medicinais de 3kg | 8 | Ximnasio |
| Balóns voleibol | 7+19 | Ximnasio |
| Bancos suecos | 9 | Ximnasio |
| Botiquín | 1 | Departamento |
| Caixóns para balóns | 3 | Ximnasio |
| Canastras de baloncesto | 3 | Pistas deportivas |
| Canastras de baloncesto | 2 | Ximnasio |
| Cintas métricas | 5 | Ximnasio |
| Colchonetas finas | 18 | Ximnasio |
| Compresor | 1 | Ximnasio |
| Conos pequenos | 12 | Ximnasio |
| Conos redondeados | 8 | Ximnasio |
| Cordas grandes | 3 | Ximnasio |
| Cordas pequenas | 25 | Ximnasio |
| Ordenador portátil | 1 | Departamento |
| Pelotas de pinchos | 2 | Ximnasio |
| Pelotas de tenis | 50 | Ximnasio |
| Pelotas material blando | 9 | Ximnasio |
| Petos | 21 | Ximnasio |
| Picas de madeira | 13 | Ximnasio |
| Picas de plástico (5+4) | 9 | Ximnasio |
| Pizarras | 2 | Ximnasio |

| | | |
|----------------------------------|---------|----------|
| Postes bádminton | 3 | Ximnasio |
| Potro | 1 | Ximnasio |
| Pupitres+cadeiras | 2+2 | Ximnasio |
| Quitamedos | 3 | Ximnasio |
| Raquetas bádminton | 50 | Ximnasio |
| Redes bádminton | 3 | Ximnasio |
| Redes portabalóns | 10 | Ximnasio |
| Redes voleibol | 2 | Ximnasio |
| Sticks de floorball | 12 + 39 | Ximnasio |
| Táboa para test de flexibilidade | 1 | Ximnasio |
| Tramos espaldeiras | 36 | Ximnasio |
| Xogos de porterías balonmán | 2 | Ximnasio |

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

Nas tres avaliacións haberá contidos teóricos e contidos prácticos.

Para superar unha avaliación (1ª, 2ª ou 3ª) a cualificación numérica deberá ser de **5 puntos** (dun total de dez) como resultado da media de tódalas notas (tanto teóricas como prácticas).

A nota final do curso será o resultado da media de tódalas notas do curso (tanto teóricas como prácticas) :

$$\text{Nota FINAL} = \frac{\text{Suma das notas das 3 avaliacións}}{\text{Número total de notas}}$$

No mes de xuño para o alumnado que non acade un 5 na nota final, e que teña a 3ª avaliación aprobada, o/a profesor/a correspondente valorará, de forma individualizada, os contidos a recuperar. Estes alumnos farán as probas necesarias antes da avaliación final ordinaria.

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

| INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO | Escala | | | |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado. | | | | |
| 2. Conseguiuse motivar ao alumno para lograr a actividade. | | | | |
| 3. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado. | | | | |
| 4. Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo do alumnado. | | | | |
| 5. Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado. | | | | |
| 6. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado. | | | | |
| 7. Usáronse distintos instrumentos de avaliación. | | | | |
| 8. Valorouse adecuadamente o traballo cooperativo do alumnado no grupo. | | | | |
| 9. Adoptáronse medidas organizativas adecuadas con alumnado de NEAE. | | | | |
| 10. Adoptáronse medidas curriculares adecuadas con alumnado de NEAE. | | | | |

| INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR A PRÁCTICA DOCENTE | Escala | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado. | | | | |
| 2. Ofrécense explicacións individualizadas si se precisa. | | | | |
| 3. Elabóranse actividades atendendo á diversidade. | | | | |
| 4. Elabóranse probas de avaliación adaptadas ao alumnado con NEAE. | | | | |
| 5. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas. | | | | |
| 6. Combínase o traballo individual e en equipo. | | | | |
| 7. Incorporáanse as TIC aos procesos de ensino – aprendizaxe. | | | | |
| 8. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar. | | | | |
| 9. Ofrécense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas. | | | | |
| 10. Coméntanse co alumnado aspectos derivados da corrección das probas. | | | | |
| 11. Grao de implicación do profesorado nas funcións de titoría e orientación. | | | | |
| 12. Avaliase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación, | | | | |

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

No comezo do curso, unha vez localizado o alumnado coa materia de Educación Física pendente, cada profesor explicará aos respectivos alumnos os pasos a seguir para a recuperación da materia.

- Será o profesor que o teña na clase o que se responsabilice do seguimento do devandito alumnado, así como da súa avaliación e cualificación.
- O profesor responsable mandaralle, ao alumno coa materia pendente, un traballo por avaliación referido aos contidos que deberá recuperar.
- Si o alumno aproba a 1ª e 2ª avaliacións do curso no que está matriculado aprobará a materia pendente, e non terá que facer o traballo da 3ª avaliación.
- Si non entrega os traballos, o no caso de que estes sexan avaliados negativamente, o alumno deberá examinarse da materia pendente na convocatoria de exames de maio ou de setembro (no caso de non aprobar en maio).

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

Na materia de Educación Física as probas da avaliación inicial, que serán tests de aptitude, terán como obxectivo coñecer o nivel de condición física do alumnado, tanto individualmente como de cada grupo en conxunto.

Os resultados obtidos darannos unha referencia para poder adaptar o nivel de esixencia das sesións en cada grupo.

Estas probas pasaranse de novo en xuño, nos grupos de 1º e 2º ESO, para coñecer a mellora do alumnado. Esta mellora será o resultado de varios factores: cambios físicos do alumnado despois de nove meses, actividade desenvolvida nas clases de educación física, actividades físicas e deportivas de carácter lúdico en horarios extraescolares, adestramentos deportivos,.....

| | | | | |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------|-------------|
| PROBAS 1º e 2º ESO | 8 minutos de carreira continua | Salto horizontal | Lanzamento de balón de 2 kg (pectoral) | Axilidade 8 |
| PROBAS 3º e 4º ESO | 12 minutos de carreira continua (Test de Cooper) | Salto vertical | Lanzamento de balón de 3 kg (pectoral) | Axilidade 8 |

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

| DIVERSIDADE DE CAPACIDADES | | |
|--------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Alumnado con necesidades educativas especiais | Discapacidades | Trastornos de conduta |
| | Motóricas | Trastornos de personalidade e desenvolvemento (Síndrome de Asperger) |
| | Psíquicas | |
| | Auditivas | Alteracións da conduta (TDAH, trastorno disocial, trastorno negativista) |
| | Visuais | |
| Dificultades específicas de aprendizaxe | | |
| Alumnado con altas capacidades intelectuais | | |
| Alumnado con integración tardía no sistema educativo español | | |
| Condições persoais ou de historia escolar | | |

Podemos sinalar tres factores principais como condicionantes do aprendizaxe na Educación Física:

- Grao de desenvolvemento motor
- Características individuais
- Experiencias previas

Cada profesor realizará unha valoración inicial do alumnado que nos achegará á súa realidade nos factores sinalados. Esta valoración inicial, a principio de curso e a principio de cada unidade, posibilitaranos facer unha priorización dos contidos, adecuando o nivel dos mesmos e o grao de esixencia.

As pautas a seguir:

- Programar contidos e actividades adaptados a distintos niveis.
- Evitar as probas de execución con carácter normativo. Pódense utilizar como elemento orientador.
- Establecer probas que valoren o nivel de progresión en función da práctica e do esforzo realizado.
- Valorar o grao de autonomía no traballo.
- Nas aprendizaxes de habilidades con certo nivel de risco establecer axudas á progresión.
- No ensino da técnica deportiva formular problemas motrices de múltiples solucións de xeito que o alumno poida adaptar as respostas ás súas características.
- Nos deportes colectivos valorar o nivel de participación nas tarefas e o nivel resolutivo ante diferentes situación de xogo.
- Evitar agrupamentos naturais por niveis no desenvolvemento dos xogos e deportes colectivos, variando as normas para favorecer a inclusión de todos no xogo.
- Simplificar normas nos xogos e deportes.
- Valorar a cooperación e o traballo colectivo como un elemento importante.

12.- CONCRECIÓN DOS ELEMENTOS TRANSVERSAIS QUE SE TRABALLARÁN NO CURSO

| | | |
|---------------------|--------------------------|--------------------------------|
| Comprensión lectora | Expresión oral e escrita | TIC e comunicación audiovisual |
| Emprendemento | Educación vial | Educación en valores |

COMPRESIÓN LECTORA E DESENVOLVEMENTO DA EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA

Obxectivos lectores específicos da área:

- Ler con atención para extraer datos relevantes de diferentes artigos relacionados coa Educación Física.
- Empregar a lectura como medio para ampliar o vocabulario.
- Buscar e comentar noticias relacionadas coas actividades físico-deportivas.
- Potenciar a comprensión lectora.
- Fomentar no alumnado, ao través da lectura e a escritura, unha actitude reflexiva e crítica.

Contidos lectores específicos da área:

- Lecturas de textos relacionados coa Educación Física.
- Procura, selección e recompilación de información en diferentes medios sobre os contidos traballados na clase.
- Elaboración de resúmenes, comentarios e guións sobre artigos propostos.

Metodoloxía específica no tratamento da lectura:

- Actividades que favorezan o traballo en grupo, o intercambio de ideas, a cooperación e o desenvolvemento da personalidade.
- Utilizaranse as TIC como recurso metodolóxico próximo ao alumno.
- As actividades terán carácter lúdico e buscaremos propostas para fomentar a lectura como actividade de ocio.

INTEGRACIÓN DAS TIC NA AULA E A COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL

Obxectivos:

- Facer un uso razoado das posibilidades que as tecnoloxías ofrecen.
- Identificar e usar o ordenador como unha ferramenta integrada no proceso de ensino e aprendizaxe, separándoo do seu uso lúdico.
- Empregar o coñecemento informático para seleccionar, analizar, crear e presentar información.
- Fomentar a alfabetización dixital e a incorporación das tecnoloxías na aula.
- Gravar actividades e exercicios realizados na clase de Educación Física.

Recursos interactivos dixitais:

- Consulta de páxinas web referidas aos contidos da materia.

FOMENTO DA CULTURA EMPRENDEDORA

Metodoloxía a seguir:

- Utilizar traballos por proxectos, o aprendizaxe baseado na resolución de problemas e as estratexias de aprendizaxe cooperativo que fomenten a autonomía.
- Propoñer situacións que estean baseadas na vida real e relacionadas cos seus intereses e habilidades.
- Presentar tarefas adecuadas ás posibilidades do alumnado que permitan adestrar a planificación, fixar metas e estimular a motivación polo logro.
- Incidir na importancia do esforzo cara a consecución do éxito.
- Fomentar a inventiva, as ideas, a presentación de valoracións e opinións diversas.
- Fomentar o traballo en equipo e establecer roles asignando o liderado de forma rotatoria.
- Favorecer a integración das tecnoloxías da información e a comunicación como vía estimulante e eficaz para mellorar as habilidades.

EDUCACIÓN VIAL

Obxectivo:

- Traballar no coñecemento das normas establecidas necesarias para a participación no ambiente urbano como peón ou usuario de vehículos (bicicletas e patíns)

Metodoloxía a seguir:

- Concienciación sobre a importancia dunha adecuada seguridade vial.
- Coñecemento, respecto e valoración das normas de circulación como peóns.

EDUCACIÓN EN VALORES

A EDUCACIÓN NO RESPECTO DOS DEREITOS E LIBERDADES FUNDAMENTAIS

Obxectivo:

- Recoñecer, valorar e poñer en práctica valores de convivencia, paz, solidariedade, liberdade, respecto aos demais,.....

Metodoloxía a seguir:

- Establecer normas de convivencia na aula e no contorno.
- Fomentar un clima de confianza no que o alumnado se exprese libremente.
- Valorar de forma positiva o respecto cara os demais.
- Realizar actividades de grupo cuxos fundamentos sexan a cooperación, o respecto, a participación,

A PREVENCIÓN DE CONFLICTOS E A RESOLUCIÓN PACÍFICA DOS MESMOS

Metodoloxía a seguir:

- Crear relacións baseadas nos valores de cooperación, solidariedade e xustiza fronte aos de rivalidade.
- Elaborar un protocolo de resolución de conflitos a través do diálogo, reflexionando sobre as actitudes violentas no deporte.

A IGUALDADE DE DEREITOS E OPORTUNIDADES ENTRE HOMES E MULLERES

Obxectivo:

- Concienciar sobre a igualdade de dereitos entre homes e mulleres , e a necesidade de recoñecer e aceptar as diferenzas fisiolóxicas.

Metodoloxía a seguir:

- Recoñecemento do propio esquema corporal tendo en conta as características da sexualidade.
- Rexeitar calquera tipo de discriminación por razóns de sexo.
- Prestar especial atención ás cargas sexistas da linguaxe.
- Analizar noticias na prensa deportiva.
- Propoñer xogos modificados sen distinción de sexos.
- Confeccionar equipos mixtos.
- Fomentar a cooperación na iniciación deportiva.

A IGUALDADE DE TRATO E NON DISCRIMINACIÓN DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE

Obxectivo:

- Fomentar no alumnado unha conciencia colectiva que lles leve a practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade con as persoas con discapacidade.

Metodoloxía a seguir:

- Establecer un sistema de axudas para os alumnos que en determinados momentos, por razóns médicas, as precisen.
- Fomentar e valorar actitudes de respecto cara todas as execucións individuais, independentemente do nivel de habilidade.

EDUCACIÓN PARA A SAÚDE INDIVIDUAL E COLECTIVA**Obxectivo:**

- Fomentar no alumnado a adquisición de actitudes e hábitos de saúde, alimentación, hixiene, actividade física, prevención de accidentes,.....

Metodoloxía a seguir:

- Prevención de situacións que podan provocar accidentes no contorno escolar e na vida cotiá.
- Realizar actividades ao aire libre.
- Concienciar da importancia da actividade física e deportiva no tempo libre.
- Xerar actitudes saudables evitando abusos no consumo de bebidas alcohólicas, tabaco, comidas non adecuadas,.....
- Educar na utilización racional dos xogos interactivos de consolas e videoxogos.
- Educación na correcta utilización de Internet e das novas tecnoloxías.

13.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES

Considerando a situación sanitaria actual, non imos programar ningunha actividade complementaria e extraescolar para este curso 2020/2021.

14.- MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN, MODIFICACIÓN DAS PROGRAMACIÓN DIDÁCTICAS EN RELACIÓN COS RESULTADOS ACADÉMICOS E PROCESOS DE MELLORA

| INDICADORES PARA A REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA | Escala | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo. | | | | |
| 2. Adecuación da secuenciación das unidades didácticas. | | | | |
| 3. Adecuación da temporalización das unidades didácticas. | | | | |
| 4. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación prevista. | | | | |
| 5. O desenvolvemento da programación respondeu á temporalización prevista. | | | | |
| 6. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades. | | | | |
| 7. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar. | | | | |
| 8. Assignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación. | | | | |
| 9. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación. | | | | |
| 10. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver. | | | | |
| 11. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento | | | | |
| 12. Adecuación dos materiais didácticos utilizados. | | | | |
| 13. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use). | | | | |
| 14. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado. | | | | |
| 15. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua. | | | | |
| 16. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dunha avaliación. | | | | |
| 17. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final. | | | | |
| 18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria. | | | | |
| 19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación de materias pendentes. | | | | |
| 20. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE. | | | | |
| 21. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas. | | | | |
| 22. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación. | | | | |
| 23. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso. | | | | |
| 24. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro. | | | | |
| 25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia. | | | | |

Observacións:

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Asdo.: _____
Fernández Graña, Francisco Javier

Asdo.: _____
Fernández Rodríguez, Elena (Xefa do Departamento)

Asdo.: _____
Torres Neira, Margarita

Pontevedra, 23 de setembro de 2020