

PROGRAMACIÓN CURSO

2022 / 2023

E.S.O.

C.P.I. DO TOURAL (VILABOA)

Educación Física E.S.O

Decreto 86/2015 - 2º e 4º E.S.O.

PROFESORADO:

Jesús García Liñeira (1º ESO, 2º ESO, 3º ESO e 4º ESO)

Xefatura departamento.

ÍNDICE DE CONTIDOS

1- INTRODUCCIÓN.....	4
2- CONTEXTUALIZACIÓN	5
3- CONTRIBUCIÓN Á ADQUISICIÓN DE COMPETENCIAS CLAVE	6
4- OBOECTIVOS XERAIS DE ETAPA	9
5- CONTIDOS E CRITERIOS DE AVALIACIÓN.....	11
5.1 2º E.S.O.....	11
5.2- 4º E.S.O.....	13
6- CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR DE APRENDIZAXE AVALIABLE: TEMPORALIZACIÓN, GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN, PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS.....	15
6.1- 2ºE.S.O.	15
6.2- 4º E.S.O.....	19
7- TRATAMENTO DOS TEMAS TRANSVERSAIS	23
7.1 SAÚDE, CALIDADE DE VIDA E EDUCACIÓN SEXUAL	23
7.2 A EDUCACIÓN PARA A IGUALDADE ENTRE OS SEXOS.....	23
7.3 A EDUCACIÓN DO CONSUMIDOR.....	24
7.4 A EDUCACIÓN AMBIENTAL	24
7.5 A EDUCACIÓN PARA A PAZ E A EDUCACIÓN MORAL E CÍVICA.....	24
7.6 A EDUCACIÓN VIARIA.....	25
7.7 A EDUCACIÓN PARA O LECER	25
8. APORTACIÓNS AO PLAN LECTOR E AO PLAN TIC.....	26
8.1 - ADAPTACIÓN E CONTRIBUCIÓN DO DEPARTAMENTO AO PLAN LECTOR.....	26
8.2- PLAN DE INTEGRACIÓN DAS TIC	26
9- METODOLOXÍA.....	26
9.1- METODOLOXÍA BÁSICA	26
9.2- TIPOS DE ACTIVIDADES NAS QUE SE BASEARÁ A PROGRAMACIÓN	27
9.3- RECURSOS E MATERIAIS DIDÁCTICOS.....	27
9.4- ESTRUCTURA DA SESIÓN	28
9.5- ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOIO EDUCATIVO	28
9.6- NORMATIVA DE ASISTENCIA E PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO	28
9.7- NORMATIVA BÁSICA DE EQUIPAMENTO PERSOAL DO ALUMNADO	29
10- AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN.....	29
10.1- PROCEDEMENTOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.....	30
10.2 - AVALIACIÓN DO PROCESO DE ENSINO E DA PRÁCTICA DOCENTE	32
10.3 - AVALIACIÓN INICIAL	33
11- MEDIDAS NO CASO DE RESTRICCIÓNS SANITARIAS (COVID-19).....	33
12- PROPOSTA DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS EEXTRAESCOLARES.....	34
13- ANEXOS.....	35
13.1 MODELO DE FICHAS DE SEGUIMIENTO DE ESTÁNDARES A TRAVÉS DA OBSERVACIÓN DA PRÁCTICA DIARIA	35
13.2 MODELO DE FICHA DE TOMA DE DATOS DA SESIÓN	36

1- Introducción

A sociedade actual é consciente da necesidade de incorporar á cultura e á educación básica aqueles aspectos relacionados co corpo e a súa actividade motriz, que contribúen ao desenvolvemento persoal e a unha mellor calidade de vida. En relación con iso existe unha demanda social de educación no coidado do corpo e a saúde, da mellora da imaxe corporal e a forma física, e da utilización construtiva do tempo libre a través de actividades recreativas e deportivas.

Respondendo a esta demanda, a área da Educación Física. oríentase cara ao desenvolvemento da competencia motriz, entendida esta como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa co seu medio e coas demais, e que permite superar os problemas motores da vida cotiá. Igualmente, ten como fin estratéxico introducir ao alumnado na práctica de actividades físico-deportivas e artístico- expresivas, nas que poida manter un papel de practicante activo ao longo da súa vida, tendo en conta as novas formas de prácticas motrices que xorden na sociedade actual.

Se analizamos a evolución histórica das propostas curriculares das distintas leis educativas vemos que se superou unha visión tradicional centrada en contidos temáticos, progresando cara a unha visión máis ampla, centrada no alumno, nun primeiro momento a través dos obxectivos e na actualidade grazas á educación baseada en competencias. Dito proceso de ensino competencial debe abordarse desde todas as áreas do coñecemento, entre elas a Educación Física.

A proposta curricular apóiase nunha base legal ampla, a cal estará suxeita en Galicia as instrucións que dita a resolución do 26 de maio de 2022 para o desenvolvemento das ensinanzas na E.S.O. durante o curso 2022-2023. O vindeiro curso académico, estará marcado pola modificación e implementación dun novo marco legal, a Lei Orgánica 3/2020 que modifica a Lei Orgánica 2/2006 de Educación. Segundo a súa disposición final quinta, a implementación do novo marco legal comezará nos cursos impares (1º e 3º da E.S.O.) no curso 2022-2023; e completárase para os cursos pares (2º e 4º da E.S.O.) un curso despois. Pola razón exposta anteriormente, existirán algúns cambios significativos neste curso de transición nas propostas e organización curricular entre cursos pares e impares. En primeiro lugar, as finalidades educativas que establece a LOMLOE 3/2020 e a LOE 2/2006, están concretadas a través do R.D. 217/2022 para a E.S.O. e do currículo autonómico para a E.S.O. Por outro lado, continuarase en 2º e 4º da E.S.O. co marco legal vixente, a través das leis orgánicas 8/2013 e a da Lei 2/2020, concretadas no R.D. 1105/2014, e dos elementos prescriptivos para a materia establecidos no D. 86/2015 polo que se establece o currículo de E.S.O. e o Bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia. En ambos os currículos autonómicos están establecidos os elementos prescriptivos a ter en conta na materia (finalidades da materia, competencias a alcanzar, criterios de avaliación, e contidos entre outros).

Esta Programación Didáctica responde á necesidade de planificar a acción educativa, por unha banda, para cumprir os aspectos de carácter prescriptivo e por outra axustar a intervención ás necesidades específicas dunha realidade educativa concreta, buscando así a eficacia do noso traballo docente e a significatividade na aprendizaxe dos alumnos.

2- Contextualización

A programación que aquí se expón está contextualizada no C.P.I. do Toural: centro público integrado de ensino Infantil, Primaria e Secundaria situado no concello pontevedrés de Vilaboa, concello rural de apenas 6.000 habitantes, situado a 7,5 km de Pontevedra.

O alumnado que recibe este centro provén principalmente da etapa educativa de Primaria que se imparte no mesmo edificio e nalgúns casos doutros centros públicos da comarca. O número de alumnos na etapa de secundaria é de 165. O seu nivel socio-económico estimado é maioritariamente medio, con algunhas excepcións en ambos os extremos.

Respecto do seu nivel de condición física saudable, soamente o 15% do alumnado presenta un nivel de actividade física habitual dentro dos parámetros considerados saudables pola OMS e un 35% supera os niveis de peso establecidos e axeitados para a súa franxa de idade. Tamén é interesante sinalar a existencia de grupos minoritarios, concretamente un 8% do alumnado é de orixe marroquí e un 6 % de etnia xitana.

O alumnado distribúese nos grupos indicados no seguinte cadro:

Grupo	1ºA	1ºB	2ºA	2ºB	3ºA	3ºB	4ºA	4ºB	TOTAL
Nº	21	20	24	24	21	22	16	17	165

O departamento de Educación Física é unipersoal, sendo Jesús García Liñeira, o único profesor que imparte a materia de EF en toda a etapa da ESO, exercendo a Xefatura de Departamento. O mesmo profesor será titor do grupo de 1º da E.S.O. B

En canto aos materiais e recursos didácticos do departamento de EF, destacar:

1. Instalacións: aínda que se comparten con Primaria, teñen horarios non coincidentes (excepto en catro horas nas que coinciden 20 minutos na mesma instalación).

De acordo co artigo 3.3 do Real Decreto 132/2010 polo que se establecen os requisitos mínimos dos centros que imparten ensino secundario, nas clases de EF poderase facer uso de:

- Un patio de recreo, parcialmente cuberto, susceptible de ser utilizado como pista polideportiva, de máis de 900 m2.
- Un pavillón polideportivo dotado con dous vestiarios, dous vestiarios adaptados, un almacén aberto e un despacho utilizado como almacén por falta de espazo pechado.
- Unha pista polideportiva ao aire libre có chan en malas condicións. Recalcar que no cal o curso pasado recortouse unha das esquinas reducindo o perímetro de seguridade, co perigo que iso comporta. E dispón dunha pista de voleibol anexa e foso provisto de area para saltos ou para xogar á petanca.

2. Outros espazos próximos: A contorna onde se atopa o centro é rural con amplas zonas verdes nas proximidades. Isto facilita as posibles saídas á hora de tratar as actividades no medio natural. Para o seu uso, solicítase permiso as familias para realizar a práctica deportiva na contorna sempre que se sexa considerado oportuno para as situacións de aprendizaxe e contidos a tratar.

3. Recursos materiais: O departamento en condicións normais, conta con todo aquel material necesario para a posta en práctica de desta programación e que posteriormente se detallará.

A modo de resumo, sinalar que temos en conta todas as peculiaridades do centro e a súa contorna, do departamento, do alumnado en xeral e dos alumnos do grupo-aula en concreto,

para que o deseño curricular se converta nun instrumento eficaz e integrador, permitíndonos acadar as intencións educativas que a continuación se detallan.

3- Contribución á adquisición de competencias clave

A materia de educación física contribúe de xeito directo á consecución das competencias clave:

- **Competencia en comunicación lingüística (CCL)**

A educación física é unha encrucillada de diversas linguaxes. Algunhas sonlle propias e outras son compartidas. A adquisición da competencia en comunicación lingüística prodúcese en educación física de dúas formas diferentes. A primeira, do mesmo xeito que no resto das materias, ofrecendo unha variedade de intercambios comunicativos e enriquecendo a capacidade comunicativa a través das expresións e o vocabulario específico que achega.

Ademais a comunicación, como factor básico da linguaxe, está unida á área de educación física polo uso do corpo como medio para expresar todo tipo de accións ou sensacións. Co corpo transmítense ademais, afectos, estados de ánimos, posturas, sinais... que configuran as baseas da linguaxe corporal. escoitar, expoñer e dialogar estarían moi empobrecidos sen a significatividade que o corpo lles dá a estes conceptos. A comunicación xestual, a utilización de ritmos e movementos, a respiración, etc; e en xeral, as técnicas de dominio corporal, inicialmente desenvoltas en primaria, e que convén continuar.

- **Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCCT/CD)**

A contribución da educación física á adquisición da competencia matemática prodúcese a través do desenvolvemento de diversos contidos específicos da educación física e a partir doutros de carácter transversal. O cuantitativo a través da física e matemática espacial e temporal, ou a percepción e medida de distancias ou traxectorias, a toma de pulsacións, o ritmo en función da distancia, a regulación de esforzos, a ocupación espacial, son formas que se manexan habitualmente en educación física, ben polo coñecemento regulamentario, ben polas esixencias da propia práctica está reflectido en moi diversos momentos e actos. Ademais o coñecemento científico no tocante ás ciencias da saúde, ben sexa coñecendo o funcionamento do corpo humano a nivel anatómico, fisiolóxico ou biomecánico, os niveis de desenvolvemento persoal das capacidades físicas ou a necesidade de información veraz e científica da necesidade de facer actividade física a longo da vida para levar unha vida sa e plena. Finalmente a utilización e coñecemento operativo das ciencias tecnolóxicas, xa sexa na propia práctica motriz, con instrumentación de medición, de gravación ou necesaria para levar a cabo as prácticas de aula pero tamén para a posterior toma de datos, rexistros ou análise estatístico relacionado coa práctica físico deportiva.

- **Competencia dixital (CD)**

A competencia dixital implica o uso seguro, saudable, sostible, crítico e responsable das tecnoloxías dixitais para o aprendizaxe, para o traballo e para a participación na sociedade, así coma a interacción con estas. En Educación Física, incluírá a alfabetización en información e datos, por exemplo utilizando plataformas dixitais, aula virtual, procesadores de texto, información ou aplicacións informáticas. Tamén a comunicación e a colaboración nas prácticas e traballos de aula, a educación mediática en relación aos deportes e aos deportistas, a creación

de contidos dixitais e a seguridade (incluído o benestar e saúde dixital e as competencias relacionadas coa ciberseguridade), coma por exemplo a privacidade corporal ou a propiedade intelectual.

- **Competencia de aprender a aprender (CAA)**

Aprender a resolver problemas motores de forma autónoma, aplicar os coñecementos á resolución de novas situacións, é un dos grandes obxectivos da educación física. Aprender a aprender en educación física tamén implica desenvolver habilidades para o traballo en equipo en diferentes actividades deportivas e expresivas colectivas e a adquisición de aprendizaxes técnicas, estratéxicas e tácticas que sexan xeneralizables para varias actividades deportivas.

Esta competencia está vinculada directamente co desenvolvemento da autonomía e da iniciativa persoal na aula. A forma en que se realiza a interacción nela e as metodoloxías de traballo empregadas no desenvolvemento das sesións van condicionar o desenvolvemento desta competencia. A educación física axuda á consecución da competencia para aprender a aprender ao ofrecer recursos para a planificación de determinadas actividades físicas a partir dun proceso de experimentación. Unha educación física e deportiva sobre a base de situacións-problema, discusións polémicas, obradoiros, debates... pode contribuír a que o alumnado sexa capaz de regular a súa propia aprendizaxe da actividade física e á vez estruturar e organizar a práctica no seu tempo libre. Para iso deberán realizarse actividades que, polo seu contido, propicien a resolución de problemas, organizar situacións en que se revelen contradicións, buscar solucións posibles ante as actividades cooperativas ou de competición, individuais ou grupais presentados, e xulgar o proceso e o seu resultado final.

- **Competencia social e cívica (CSC)**

Desde o punto de vista da Educación Física a competencia social e cívica incorpora a capacidade de establecer dinámicas persoais e grupais a través do propio corpo, en situacións de cooperación e de oposición, preservando e fomentando os valores deportivos máis esenciais, que comportan a posta en práctica dun proxecto en común e a aceptación de regras e normas establecidas polo grupo na práctica de xogos ou deportes, así como o respecto aos materiais, ao contorno e ás persoas participantes. As habilidades asociadas á interacción con outras compañeiras e compañeiros implican, xa que logo, a integración de diferentes saberes (sociais e deportivos) que permiten establecer relacións construtivas e facilitan a integración do alumnado na sociedade e/ou no grupo.

- **Competencia de sentido de iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)**

A educación física promove de forma singular a consecución da autonomía e iniciativa persoal das alumnas e dos alumnos. As bases da identidade persoal edifícanse a partir de dous dos aspectos reguladores do ser humano, o corpo e o movemento. A forma de interaccionar con outras persoas e co medio realízase a partir da diferenciada motricidade de cada quen. E é aí, na disposición persoal para a acción, onde se afirma a súa base identitaria.

O ensino das diferentes propostas motoras, dos xogos e deportes, das actividades no medio natural ou do desenvolvemento da condición física e a expresión corporal oríéntanse cara á formación dun ser autónomo capaz de anticipar, percibir, decidir, relacionar, executar e

reflexionar sobre as súas actuacións e de transferir o traballo na aula a outros espazos persoais de recreación e tempo libre.

Estas propostas, que fomentan a autonomía e a iniciativa persoal, oriéntanse en educación física, basicamente, desde tres campos: desde a forma de producirse a interacción entre o profesorado e o alumnado, desde a metodoloxía de traballo na aula e desde as esixencias e os retos da propia actividade. A interacción na aula fai referencia ao clima existente, á cooperación e participación das alumnas e dos alumnos nas propostas que se desenvolven na aula e fóra dela. Neste espectro inclúense formulacións de autoxestión ou co-xestión das propias sesións de educación física ou da organización de propostas complementarias como xornadas deportivas, eventos singulares ou programacións específicas.

As metodoloxías seleccionadas condicionan o nivel de autonomía do alumnado. A metodoloxía debe ser utilizada en función da actividade e das características das persoas destinatarias. Con todo as propostas máis creativas, máis autónomas, máis individualizadas, máis exploratorias, promoven unha formación máis individualizada e desenvolven unha maior capacidade de iniciativa persoal.

Doutra banda, as esixencias e os retos das tarefas con certa dificultade técnica ou enfrontarse á mellora do propio nivel de condición física, implican situacións en que o alumnado debe manifestar auto-superación, perseveranza e actitude positiva; responsabilidade e honestidade na aplicación das regras e capacidade de aceptación dos diferentes niveis de condición física e de execución motriz dentro do grupo.

- **Competencia de conciencia e expresións culturais (CCEC)**

A conciencia de coidado corporal e as actividades lúdicas, recreativas e deportivas son o resultado dun proceso histórico e cultural en continuo cambio, con códigos, interpretacións e significados que poden ser moi diverxentes entre si. Por iso, propónse unha educación física que ten en conta o espazo social en que se desenvolve e que ten como norte formar un alumnado activo, reflexivo e capaz de analizar con espírito crítico o conxunto de espectáculos, manifestacións, valores e actitudes que xiran arredor destas actividades e da súa actualidade. Para iso a selección de información, o seu procesado, a elaboración de conclusións e análises persoais permitirán a súa achega a unha cultura físico-deportiva óptima. Neste proceso, de coñecemento de coidado corporal e a realización de actividade física, en calquera dos seus formatos, buscarase a través dos seguintes referentes: a satisfacción, a autonomía, a confianza, o esforzo, e a axuda ou traballo en equipo. Por iso, a práctica e a organización de actividades deportivas xa sexan colectivas, cooperativas e incluso individuais compartindo espazos ou competindo propóñense cun carácter aberto, de pacto, e esixe a aceptación das diferencias e limitacións das persoas participantes e a asunción por parte de cada integrante das súas propias responsabilidades.

Esta competencia tamén relaciona o dereito que toda a cidadanía ten á saúde coa promoción da actividade física no período escolar. Sendo a inactividade física un problema importante de saúde pública na actualidade e nos próximos anos. A visión dunha mocidade sedentaria, observadora deportiva e afastada da práctica motora, con índices crecentes de obesidade e problemas de saúde realmente alarmantes establece como prioridade social a educación para

a prevención de comportamentos de risco e a promoción da actividade física como base de cultivo de hábitos saudables.

Por outra banda, a Educación Física contribúe á competencia cultural e artística do seguinte xeito. Primeiramente, vén definido polo enriquecemento cultural que supón para o alumnado a práctica e o coñecemento das actividades físicas e deportivas, xa sexan actuais ou de carácter histórico. Isto implica comprender e valorar as manifestacións culturais da motricidade humana, tales como os deportes, os xogos tradicionais, as actividades expresivas ou a danza, e consideralos como parte do patrimonio cultural dos pobos, algo que é necesario coñecer e preservar. Contribúese a adquirir esta competencia facilitando o acceso do alumnado á historia literaria e visual da educación física, ao coñecemento dos seus momentos máis singulares e a unha reflexión e valoración crítica sobre a súa transcendencia no contexto cultural en que teñen/tiveron lugar. E en segundo lugar, vén determinado pola observación da actividade física e deportiva como unha forma artística e como elemento plástico. Polo que esta materia, está comprometida coa adquisición dunha actitude aberta, tolerante, respectuosa e curiosa ante o fenómeno físico-deportivo e artístico-deportivo como espectáculo e ante as manifestacións lúdicas, deportivas e de expresión corporal propias e doutras culturas. E altamente crítica ante a violencia no deporte ou outras situacións contrarias á dignidade humana que nel se producen.

4- Obxectivos xerais de etapa

Os obxectivos de etapa segundo o Decreto curricular 86/2015 a lograr serán os seguintes:

- 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 prexuizos 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 interpersoal e expresión de riqueza cultural nun contexto plurilingüe, que permite a comunicación con outras linguas, en especial coas pertencentes á comunidade lusófona.

5- Contidos e criterios de avaliación

Os contidos preséntanse distribuídos en catro grandes bloques:

- Bloque 1: Contidos comúns.
- Bloque 2: Actividades físicas artístico-expresivas.
- Bloque 3: Actividade física e saúde.
- Bloque 4: Os xogos e as actividades deportivas.

5.1 2º E.S.O.

Obx	Contidos	Criterios de avaliación
b m g	B1.1. Fases de activación e recuperación na práctica da actividade física de carácter xeral e específica, en función da actividade que se pretenda realizar. B1.2. Selección e execución de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión.	B1.1. Recoñecer e aplicar actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas carecterísticas.
m n a b c d l g	B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando nelas e aceptando as súas achegas.
m a c d g l ñ	B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas. B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable. B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde	B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.

m n g	B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas. B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo	B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.
h i g e b m ñ o	B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde. B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.	B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.
n m b g l d ñ	B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual. B2.3. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.	B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.
m f b g	B3.1 Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo. B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación. B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva. B3.4. Control da intensidade do esforzo a través da frecuencia cardíaca. B3.5. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde. B3.6. A actividade física e o seu efecto sobre a saúde. Criterios de selección de actividades para a realización dun plan de mellora da saúde.	B3.1. Recoñecer os factores básicos que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, e aplicalos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.
m g f b	B3.7. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde. B3.8. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais. B3.9. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas B3.10 Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.	B3.2. Desenvolver as capacidades físicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.
a b g m	B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes contornos.	B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións adaptadas.
a b d g m	B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas facilitadas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos. B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.	B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis relevantes

5.2- 4º E.S.O.

Obx	Contidos	Criterios de avaliación
b g m	B1.1. Deseña e realiza as fases de activación e recuperación, logo da análise da actividade física que se vaia realizar. B1.2. Fases de activación e recuperación como medio de prevención de lesións.	B1.1. Deseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.
a b c d g m	B1.3. Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.	B1.2. Colaborar na planificación e na organización de eventos, campionatos ou torneos deportivos, prevendo os medios e as actuacións necesarias para a súa celebración e relacionando as súas funcións coas do resto de implicados/as.
a b c d e g m ñ	B1.4. Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	B1.3. Analizar criticamente o fenómeno deportivo discriminando os aspectos culturais, educativos, integradores e saudables dos que fomentan a violencia, a discriminación ou a competitividade mal entendida.
a b g	B1.5. Primeiras actuacións ante as lesións máis comúns que poden manifestarse na práctica deportiva. B1.6. Protocolos básicos de primeiros auxilios.	B1.4. Asumir a responsabilidade da propia seguridade na práctica de actividade física, tendo en conta os

m	B1.7. Medidas preventivas sobre os riscos ou as lesións na realización de actividades físico-deportivas. B1.8. Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.	factores inherentes á actividade e prevendo as consecuencias que poidan ter as actuacións pouco coidadosas sobre a seguridade das persoas participantes.
a b c d g m	B1.9. Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo. B1.10. Técnicas de traballo en equipo. B1.11. Técnicas de traballo colaborativo. B1.12. Xogo limpo como actitude social responsable.	B1.5. Demostrar actitudes persoais inherentes ao traballo en equipo, superando as inseguridades e apoiando as demais persoas ante a resolución de situacións descoñecidas.
b e g h i m ñ o	B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas actividades físico-deportivas e as relacionadas coa saúde.	B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.
b d G l m N,Ñ	B2.1. Creación de composicións artístico-expresivas individuais ou colectivas, con ou sen apoio dunha estrutura musical, incluíndo os elementos para a súa sistematización: espazo, tempo e intensidade.	B2.1. Compor e presentar montaxes individuais ou colectivas, seleccionando e axustando os elementos da motricidade expresiva.
b f g h m	B3.1. Efectos negativos que determinados hábitos de vida e consumo teñen sobre a condición física e a saúde. B3.2. Actividade física e saúde. B3.3. Realización de exercicios para a consecución dunha óptima hixiene postural. B3.4. Alimentación: repercusión na saúde e na actividade física.	B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os coñecementos sobre actividade física e saúde.
b g m	B3.5. Valoración e toma de conciencia da propia condición física e da predisposición a melloralas. B3.6. Elaboración e posta en práctica dun plano de traballo que integre as capacidades físicas relacionadas coa saúde. B3.7. Valoración e aplicación de técnicas e métodos de relaxación e respiración de xeito autónomo, co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida. B3.8. Métodos de avaliación da condición física en relación coa saúde.	B3.2. Mellorar ou manter os factores da condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas ao seu nivel e identificando as adaptacións orgánicas e a súa relación coa saúde.
a b g m	B4.1. Traballo dos fundamentos técnicos das actividades físico-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.	B4.1. Resolver situacións motrices aplicando fundamentos técnicos nas actividades físico-deportivas propostas, con eficacia e precisión.
a b c d g m	B4.2. Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica. B4.3. Coñecemento e práctica de xogos e de deportes tradicionais de Galicia e da propia zona, así como do seu regulamento. Procura de información sobre variacións locais.	B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición nas actividades físico deportivas propostas, tomando a decisión máis eficaz en función dos obxectivos.
f g m	B4.4. Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural. B4.5. Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas actividades físico-deportivas no medio natural. B4.6. Realización de actividades deportivas e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural	B4.3. Recoñecer o impacto ambiental, económico e social das actividades físicas e deportivas, reflexionando sobre a súa repercusión na forma de vida no contorno.

6- Concreción para cada estándar de aprendizaxe avaliable:
temporalización, grao mínimo de consecución, procedementos e instrumentos.

6.1- 2ºE.S.O.

1ª Avaliación	Avaliación Inicial – A cooperación	Planilla de observación Rexistro nas sesións prácticas Ficha persoal e de coñecementos previos
	O Quecemento	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral/escrita/Traballo individual
	Saúde corporal e Condición Física I	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
	Os deportes individuais	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
	Coordinación e ritmo con material convencional ou non convencional (cordas, churros, balóns, etc)	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
2ª Avaliación	A flexibilidade e a postura: a través de actividades deportivas. (Churro Esgrima, Parkour, ximnasia, ioga, etc)	Planilla de observación
		Proba oral / escrita/Traballo individual
		Proba práctica
	Os deportes colectivos	Planilla de observación
		Proba oral / escrita/Traballo individual
		Proba práctica
	A saúde e os hábitos de vida saudables	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
3ª Avaliación	Expresión corporal	Planilla de observación Proba práctica Proba oral / escrita/Traballo individual
	Deportes e xogos alternativos	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
	Condición física II – Actividades na Natureza	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual

2º ESO 1ª avaliación

2º ESO		CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN							ELEMENTOS TRANSVERSAIS							
TEMPORALIZACIÓN 1ª AVALIACIÓN		Grao mínimo de consecución %	Peso Cualificación	Instrumentos %					CL	EOE	CA	TIC	EM	EC	PV	EV
Competencias Clave	Estándares de Aprendizaxe Avaliables			100	PE/PO	PP	TI	TG								
CSC CMCCT	2º-EFB1.1.1 Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	60	5	50				50					X			
CSC 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.	60	10	25				75					X			
CSC	2º-EFB1.2.1 Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	60	5					100							X	X
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.	80	10					100								X
CSC	2º-EFB1.2.3 Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	60	10					100							X	X
CD 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.	60	5			100						X				
CAA 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	60	5			100				X		X				
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.	60	2,5	100								X				
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.	60	5		100								X			
CMCCT	2º-EFB3.1.5 Aplica con axuda procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	60	5		50			50					X			
CMCCT 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.	60	2,5	50				50					X			
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.	60	5					100					X			
CAA	2º-EFB3.2.2 Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades	60	10		100								X			
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.	60	10	50				50					X			
CAA CSIEE	2º-EFB4.1.1 Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	60	5		50			50					X			X
CAA CSIEE	2º-EFB4.1.2 Autoavalia a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado	60	5		100								X			X

2º ESO 2ª avaliación

2º ESO TEMPORALIZACIÓN 2ª AVALIACIÓN		CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN							ELEMENTOS TRANSVERSAIS								
Competencias Clave	Estándares de Aprendizaxe Avaliables	Grao mínim o de conse cución %	Peso Cualifi cación	Instrumentos %					CL	EOE	CA	TIC	EM	EC	PV	EV	
			100	PE/PO	PP	TI	TG	OA(RU)									
CSC 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.	80	5					100	100					X			
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.	60	2,5						100						X		
CSC	2º-EFB1.2.1 Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	80	2,5						100						X	X	
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.	80	5						100						X	X	
CSC	2º-EFB1.2.3 Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	80	5						100							X	
CSC	2º-EFB1.3.1 Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeita-das a súa idade.	60	5	50					50		X		X				
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.	60	2,5						100								X
CAA CCL	2º-EFB1.5.2 Expón e defende traballos elaborados sinxelos sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos	60	5				100					X	X				
CAA CSIEE	2º-EFB3.2.3 Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	60	2,5			100							X				
CAA CSIEE	2º-EFB4.1.1 Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	60	10			100					X						
CAA CSIEE	2º-EFB4.1.2 Autoavalia a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado	80	10						100					X			
CAA CSIEE	2º-EFB4.1.3 Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.	60	15	100							X						
CAA 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.	60	5			100							X				
CAA 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.	60	5						100					X		X	
CAA 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.	60	10	50					50					X			
CAA 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.	60	5	100										X		X	
CAA CSIEE	2º-EFB4.2.4 Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	60	5	50					50		X			X			

2º ESO 3ª avaliación

2º ESO TEMPORALIZACIÓN 3ª AVALIACIÓN		CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN							ELEMENTOS TRANSVERSAIS								
Competencias Clave	Estándares de Aprendizaxe Avaliables	Grao mínim o de conse cución %	Peso Cualifi cación	Instrumentos %					CL	EOE	CA	TIC	EM	EC	PV	EV	
			100	PE/PO	PP	TI	TG	OA(RU)									
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.	50	2,5					100		X				X			
CSC	2º-EFB1.2.1 Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	50	2,5			100			100							X	
CSC	2º-EFB1.2.3 Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	50	2,5						100								X
CSC	2º-EFB1.3.1 Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeita-das a súa idade.	50	2,5	100									X	X			
CSC	2º-EFB1.3.2 Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	50	5			50			50						X		X
CSIEE	2º-EFB1.4.2 Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	50	10			50	50			X	X				X		
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.	50	10				100							X	X		
CCEC	2º-EFB2.1.1 Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	50	2,5						100					X			
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.	80	20			50			50					X			
CAA	2º-EFB4.1.1 Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	50	10			50			50					X		X	
CAA 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.	50	2,5				100							X			
CAA 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.	50	10	50	50					X							
CAA 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.	50	10						100					X			
CAA 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.	50	5	50					50	X	X						
CAA 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.	50	5			50			50					X			

6.2- 4º E.S.O.

1ª Avaliación	Avaliación Inicial – A Cooperación	Planilla de observación; Probas prácticas Rexistro nas sesións prácticas Ficha persoal e de coñecementos previos
	Saúde e Condición física I – Os plans de adestramento	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
	A tradición galega nas actividades lúdicas	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral/escrita/Traballo individual/Grupal
	Fundamentos dos deportes individuais	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
Hixiene e Control Postural. A relaxación e a respiración. Ioga	Planilla de observación	
	Proba oral / escrita/Traballo individual	
	Proba práctica	
2ª Avaliación	Flexibilidade, postura, e equilibrio para a saúde.	Planilla de observación
		Proba oral / escrita/Traballo individual
		Proba práctica
	Fundamentos dos deportes colectivos	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
	EVAS – Estilos de vida activa e saudable e riscos da AF	Planilla de observaciónProba práctica
Proba oral / escrita/Traballo individual		
Planilla de observación		
3ª Avaliación	Expresión corporal e ritmos	Proba oral / escrita/Traballo individual
	Os xogos e deportes alternativos	Planilla de observación
		Proba práctica
		Proba oral / escrita/Traballo individual
	Actividades na natureza	Planilla de observación
		Proba práctica
Proba oral / escrita/Traballo individual		

4ª E.S.O. - 1ª Avaluación

4º ESO		CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E							ELEMENTOS TRANSVERSAIS							
TEMPORALIZACIÓN 1ª AVALIACIÓN		INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN														
Compe- tencias Clave	Estándares de Aprendizaxe Avaliables	Grao mínim o de consec ución %	Peso Cualific ación 100	Instrumentos %					CL	EOE	CA	TIC	EM	EC	PV	EV
				PE/PO	PP	TI	TG	OA(RU)								
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	80	5		100			100					x			
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.	80	5		100			100					x			
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.	80	5		100			100					x			
CSC	4º-EFB1.2.1 Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais	80	5					100						x		
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.	80	2,5		100			100					x			
CSC	4º-EFB1.2.3 Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	80	2,5			50		50					x	x		
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.	80	2,5					100						x		x
CSC 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.	60	2,5					100					x	x		
CSC	4º-EFB1.3.3 Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	60	5					100							x	
CSIEE	4º-EFB1.4.1 Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	80	5		50			50					x			
CSIEE	4º-EFB1.4.2 Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	60	5			100						x	x			
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.	40	5			100			x			x				
CD CCL	4º-EFB1.6.3 Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados	80	2,5					100		x						
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.	60	5		100									x		
CMCCT	4º-EFB3.1.2 Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	60	10		100									x		
CMCCT	4º-EFB3.1.4 Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	60	2,5		50			50						x		
CMCCT	4º-EFB3.2.1 Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	60	2,5		100								x			
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.	60	10		100									x		x
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.	80	5		100											x
CMCCT	4º-EFB3.2.4 Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	80	2,5		100								x			
CAA 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	60	5		40			60					x			
CAA 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.	60	5		40			60					x			

4º E.S.O. - 2ª Avaluación

4º ESO		CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E							ELEMENTOS TRANSVERSAIS								
TEMPORALIZACIÓN 2ª AVALIACIÓN		INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN															
Compe- tencias Clave	Estándares de Aprendizaxe Avaliables	Grao mínim o de consec ución %	Peso Cualific ación 100	Instrumentos %					CL	EOE	CA	TIC	EM	EC	PV	EV	
				PE/P O	PP	TI	TG	OA(RU)									
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	60	5					100						x			
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.	60	5					100						x			
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.	60	5					100						x			
CSC	4º-EFB1.2.1 Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais	60	5					100							x		
CSIEE	4º-EFB1.4.1 Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	80	10					100						x			
CSIEE	4º-EFB1.4.2 Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	60	2,5	100											x		
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.	60	2,5	100					x								
CD CCL	4º-EFB1.6.2 Utiliza as tecnoloxías da información e da co- municación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	60	2,5			100			x	x	x	x					
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.	60	2,5			100								x			x
CMCCT	4º-EFB3.1.2 Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	60	10	50	50									x			x
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.	60	2,5			100								x			x
CMCCT	4º-EFB3.1.4 Valora as necesidades de alimentos e de hidra-tación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	60	2,5			100											x
CMCCT	4º-EFB3.2.1 Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	60	5	100										x			
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.	60	5		100									x			x
CAA 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.	60	10		100									x			
CAA 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 participan-tes.	60	10		100									x			
CAA 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.	60	5		100									x			
CAA CSIEE	4º-EFB4.2.4 Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	60	5		100									x			
CAA CSIEE	4º-EFB4.2.5 Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.	60	2,5	100										x			
CAA 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.	60	2,5	100						x							

4º E.S.O. - 3ª Avaluación

4º ESO		CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E							ELEMENTOS TRANSVERSAIS							
TEMPORALIZACIÓN 3ª AVALUACIÓN		INSTRUMENTOS DE AVALUACIÓN														
Compe- tencias Clave	Estándares de Aprendizaxe Avaliables	Grao mínim o de consec ución %	Peso Cualific ación 100	Instrumentos %					CL	EOE	CA	TIC	EM	EC	PV	EV
				PE/PO	PP	TI	TG	OA(RU)								
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	60	2,5					100					x			
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.	60	2,5					100					x			
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.	60	2,5					100					x			
CSC	4º-EFB1.2.1 Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais	60	5					100						x		
CD CCL	4º-EFB1.6.1 Procura, procesa e analiza criticamente informacóns actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	60	10				100		x	x	x	x				
CD CCL	4º-EFB1.6.3 Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados	60	2,5					100	x	x	x	x				
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.	80	5					100								x
CAA 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	60	5		100								x			
CAA 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.	60	5		100									x		
CAA CSIEE	4º-EFB4.1.3 Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	60	5		100									x		x
CAA 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.	60	10		100								x	x		
CAA 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 participan-tes.	60	10		100									x		x
CAA 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.	60	10		100								x	x		
CAA CSIEE	4º-EFB4.2.4 Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	60	5		100								x			
CAA CSIEE	4º-EFB4.2.5 Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.	60	2,5	100					x							
CAA 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.	60	2,5	100					x							
CSC CMCCT	4º-EFB4.3.1 Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	60	5	100									x			
CSC CMCCT	4º-EFB4.3.2 Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida	60	5				100						x	x		x
CSC CMCCT	4º-EFB4.3.3 Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.	60	5					100						x		x

7- Tratamento dos temas transversais

A Educación física, como o resto das áreas debe desenvolver contidos transversais, xa que son imprescindibles para la formación integral del alumno como cidadán. Se poden definir como elementos educativos básicos demandados pola sociedade. Na nosa materia, como centro asociado a UNESCO que somos, traballáremoslos a través do coñecemento dos ODS e a axenda 2030 dentro da Educación para o desenvolvemento.

7.1 Saúde, calidade de vida e educación sexual

Este aspecto impregna boa parte dos contidos da área. Seguiremos o tratamento da saúde dende o coñecemento do propio corpo, os efectos da actividade física sistemática e os beneficios que desta se derivan.

Nestas idades nas que a diferenciación de caracteres sexuais maniféstanse de forma significativa, intentaremos contribuír a que o alumnado sexa consciente dos cambios que experimentan, consigan aceptalos con naturalidade e saiban a influencia que poden ter no seu desenvolvemento.

É evidente que o peso da Educación sexual e da Educación para a saúde cae de cheo no propio currículo da área de Educación Física. Neste aspecto incide fundamentalmente o intento de conseguir no alumnado actitudes positivas fronte ás seguintes cuestións:

- A hixiene corporal na práctica de actividades físicas: hábitos relacionados coa ducha e o aseo persoal despois de realizar exercicio físico
- A hixiene postural: precaucións ao realizar tarefas da vida cotiá (llevar a mochila, sentar, levantar pesos...)
- Relaxación e respiración: adquirir un bo hábito de respiración e desenvolver a capacidade de autorelaxarse en situacións físicas: rutinas de quecemento, normas de seguridade na realización de determinadas actividades físicas, coñecemento dos tratamentos de choque máis frecuentes ante posibles accidentes, ...
- A valoración e toma de conciencia da propia condición física.
- A valoración do efecto dos bos hábitos sobre a condición física e a saúde en xeral.
- O respecto das normas de prevención de accidentes na práctica da actividade física
- A valoración dos efectos dos hábitos nocivos para a condición física e a saúde, e prevención ante os mesmos.
- Coñecer os ODS relacionados coa saúde e a calidade de vida.

7.2 A educación para a igualdade entre os sexos

Convén reflexionar, sobre se coa nosa actuación docente, estamos a axudar ou non á transmisión de estereotipos sexistas. Debemos promover prácticas que teñan como común denominador o trato igualitario real entre ambos os dous sexos e que respecten e valoren as experiencias, motivacións, intereses e as características de ambos os dous grupos.

Ás diferenzas biolóxicas que existen entre os sexos non son razóns para a marxinación dun ou outro en determinadas actividades. O coñecemento mutuo que se leva a cabo nas manifestacións motoras servirá de base cara ao respecto das características de cada un. É preciso ter en conta:

- Ás experiencias previas adoitan ser distintas en alumnos e alumnas, polo que o/a profesor/a verase obrigado á compensar esas desigualdades de principio.
- Nas actividades manipulativas, pola educación sexista inevitable, ás alumnas teñen menos experiencia.

- Facilitar que cada alumno/a poida atopar unha actividade significativa e satisfactoria.
- Esforzarnos en eliminar a sensación de competitividade entre os dous sexos.
- Confeccionar equipos mixtos para o desenvolvemento das actividades.
- Débese ter unha especial atención a que os varóns non monopolicen algunhas pistas deportivas, considerándoas patrimonio de homes.
- En xeral, realizar todas aquelas prácticas que eliminen a discriminación.
- Coñecer os ODS relacionados coa igualdade de sexos.

7.3 A educación do consumidor

A actividade física estase convertendo nun ben cultural de toda a comunidade social, en torno ao cal suscítanse expectativas económicas e políticas que tratan de transformalo nun ben de consumo. Hai que adoptar os nosos alumnos dunha actitude crítica cara ao consumo que nos fai adquirir moitos obxectos innecesarios e caros. Podemos orientar ao alumno/a neste proceso da seguinte forma:

- Valoración e coidado das instalacións e material. Dar uso polivalente ao material do que dispoñamos e transmitir que non sempre o máis caro é o mellor.
- Utilización e confección de materiais alternativos como cordas, globos, periódicos, caixas, envases..., conseguindo nos alumnos actitudes favorables cara á valoración e reciclaxe destes produtos.
- Coñecemento das características esenciais da vestimenta deportiva sendo críticos á hora de elixir sen deixarse levar por modas, marcas...
- Concienciación ante o excesivo consumo de espectáculos deportivos que se produce actualmente na nosa sociedade. (principalmente TV). Aprender a facelo sen fanatismos.
- Coñecer os ODS relacionados co consumo responsable.

7.4 A educación ambiental

Nas actividades realizadas no medio natural débense desenvolver actitudes de coidado do ecosistema e de protección do mesmo. Habemos de suscitar unha actitude de participación activa na reconstrución do ecosistema. Insistindo en temas como:

- Coñecer, valorar e respectar os espazos que nos rodean, a través das actividades no medio natural.
- Contemplan as normas básicas de protección, precaución e seguridade no desenvolvemento de actividades no medio natural.
- Valorar os recursos que brinda o medio natural para o seu gozo.
- Reciclaxe de materiais de refugallo, autoconstrución de novos materiais para xogos con elementos naturais, reparación e reutilización de materiais estragados.
- Ser crítico coas actividades que poidan perxudicar o ecosistema (vehículos campo a través, escalada en paredes onde aninhan aves, actividades en ecosistemas protexidos..)
- Tomar interese por participar en actividades que se desenvolvan no medio natural.
- Coñecer os ODS relacionados co medio ambiente

7.5 A educación para a paz e a educación moral e cívica

A Educación Física é unha área privilexiada para promover actitudes de respecto, diálogo e participación en situacións sociais bastantes complexas. O xogo constitúe un medio insubstituíble para desenvolver relacións a través da sociomotricidade.

Nos xogos de colaboración-oposición entendemos a oposición como unha estratexia e non como unha actitude fronte aos demais. A tolerancia e a deportividade no xogo son actitudes moi

favorables para a educación para a paz. Tratarase o eixe da Educación para a paz unido á Educación moral e cívica cando realízanse actividades que levan a:

- Aceptar o nivel de aptitude motora dos outros.
- Respetar o ritmo de progresión, así como os logros dos compañeiros por moi insignificantes que poidan parecer.
- Controlar a agresividade en situacións de oposición e loita directa con compañeiros.
- Respetar a normativa e regulamentos dos xogos e deportes.
- Valorar a mellora persoal e a dos demais por enriba do resultado.
- Aceptar a competición cos demais como unha forma lúdica de desenvolver a actividade físico deportiva, aceptando ás regras, a cooperación e a rivalidade ben entendida.
- Dispoñerse a aceptar os resultados da confrontación deportiva (aprender a gañar, aprender a perder), sen extrapolar actitudes e condutas negativas.
- Respetar os distintos roles nos xogos deportivos: xogadores, árbitros, adestradores, espectadores..., con maior consideración á figura do arbitro, colaborando co seu labor esen cuestionar ás súas decisións.
- Desenvolver unha actitude crítica fronte a situacións de comportamento incívico que alteran a convivencia social en eventos deportivos ou culturais de masa.
- Respetar as distintas tradicións, costumes, crenzas, etc., que se poidan atopar dentro da comunidade educativa.
- Coñecer os ODS relacionados coa Paz

7.6 A educación viaria

O uso correcto das vías públicas esixe unha formación educativa. Este tema transversal hai que tratalo dende dous puntos de vista. Por un lado, ensinar os comportamentos e regras básicas dos condutores e peóns, e por outro, fomentar unha educación para a convivencia e solidariedade no ámbito urbano:

- Aprender a usar, gozar e coidar os equipamentos urbanos, medios de transporte, zonas verdes e instalacións deportivas.
- Tomar consciencia dos problemas viais e das situacións de risco que poidan presentarse (montar en bici, patinar, correr,...)
- Promocionar o uso da bicicleta, como medio de transporte e como ocio, no Concello.
- Coñecer os ODS relacionados coa educación viaria

7.7 A educación para o lecer

Da mesma forma que a escola prepara ao alumno para o mundo laboral, tamén debe dotalo de instrumentos axeitados para un emprego construtivo do seu tempo libre e de ocio, tendo en conta que o alumno disporá de momentos de tempo libre dentro da escola (recreos) e sobre todo fóra dela:

Facilitar a organización de actividades, xogos e competicións en tempo de recreo (ligas de diversos deportes, partidas de xadrez, xogos tradicionais...).

Darlle a coñecer as posibilidades que lle ofrece o seu ámbito próximo para o desenvolvemento de actividades deportivas: instalacións, clubs, actividades municipais ...

- Mostrarlles as opcións que ofrece o seu medio natural próximo: rutas de sendeirismo, clubs de vela, piragüismo, montaña...
- Descubrir e valorar as alternativas de ocio que nos ofrece o medio urbano e optar por aquelas que nos poidan proporcionar un maior desfrute persoal: circuitos de carril bici, skate, patinaxe...

8. Aportacións ao plan Lector e ao plan TIC

8.1 - Adaptación e contribución do departamento ao plan lector

O plan lector céntrase na lectura como unha das competencias básicas que contribúen o desenvolvemento persoal e social do alumno.

Tendo isto en conta, dende este Departamento propóranse actividades para traballar a lectura utilizando artigos de prensa, xornalísticos, expositivos, publicitarios, etc. en soporte impreso ou electrónico relacionados cos contidos da materia; para que lean en clase ou no seu tempo libre e elaboren diferentes tipos de traballos.

8.2- Plan de integración das TIC

O desenvolvemento continuo e crecente das Tecnoloxías da Información e a Comunicación (TIC) está producindo transformacións nas formas de producir, vivir e comunicar. Estamos nunha nova Sociedade da Información e do Coñecemento, na que as TIC, están producindo transformacións na sociedade das que xa é imposible permanecer á marxe.

A implantación das TIC en todos os ámbitos da sociedade vai en aumento, de tal maneira que ninguén pode nin debe quedar á marxe das posibilidades e potencialidades que estes recursos nos ofrecen. O uso xeneralizado das TIC na educación contribúe en gran medida a conseguir a plena implantación de Sociedade da Información.

A aplicación das TIC ó traballo da aula convertese en peza crave na educación e formación do alumno. A súa importancia social e o lugar preferente que ocupan xa na vida dos alumnos, fai que deban estar presentes nos centros educativos, de maneira que aqueles adquiran os coñecementos e habilidades necesarias para abordar con garantía de éxito a súa utilización nas contornas de aprendizaxe, familiares e de lecer.

Trátase de que o alumno acade unha competencia dixital. Esta competencia consiste en dispoñer de habilidades para buscar, obter, procesar e comunicar información, para transformala en coñecemento. Incorpora diferentes habilidades, que van desde o acceso á información ata a súa transmisión en distintos soportes unha vez tratada, incluíndo a utilización das TIC como elemento esencial para informarse, aprender e comunicarse.

9- Metodoloxía

9.1- Metodoloxía básica

A metodoloxía proposta nesta Programación Didáctica, para o desenvolvemento das distintas Unidades Didácticas, basearase nos seguintes principios fundamentais:

- A actividade construtiva do alumno.

Presentaranse os novos contidos en función dos coñecementos e experiencias previas dos alumnos, de tal forma que eles poidan establecer relacións entre os coñecementos, o que lles vai permitir a construción de aprendizaxes significativas.

- A aprendizaxe significativa do alumno.

Facilitaranse situacións nas que se poñan en práctica os coñecementos adquiridos, garantindo a funcionalidade das aprendizaxes, convertendo así a aprendizaxe en significativo.

- Funcionalidade das aprendizaxes.

Buscarase desenvolver habilidades e estratexias que permitan ao alumno "aprender a aprender", facilitando procedementos que poidan aplicarse en diferentes situacións, dotando os alumnos de maior autonomía de acción.

Por iso aplicarase unha metodoloxía activa, facendo o alumno protagonista dos seus propios procesos de aprendizaxe, en dúas fases:

- Fase directiva: na que se dotará ao alumno dunha bagaxe de coñecementos e experiencias o máis amplo posible, para que na fase posterior se atope capacitado para traballar de forma autónoma.
- Fase autónoma: na que se facilitará o traballo autónomo do alumno. Que poidan participar, de forma reflexiva e responsable en numerosos aspectos da programación, como selección de tarefas e medios a utilizar, organización de actividades, ata chegar a planificar a súa propia actividade física nas U.D. que así requíranos.

Imos potenciar e desenvolver a capacidade para tomar decisións do alumno, dotándoo da información e recursos necesarios e fomentando actitudes de responsabilidade no traballo.

9.2- Tipos de actividades nas que se baseará a programación

Ao ser esta unha materia de marcado carácter práctico, as actividades que viran en torno aos contidos procedimentais serán as de maior peso específico. Aínda que, atendendo aos tres tipos de contidos levaremos a cabo actividades que os abarquen a todos:

- Explicacións de tipo teórico nas que o profesor ou profesora explicará aos alumnos os fundamentos conceptuais en torno aos que vira cada sesión. Para nós é moi importante que os alumnos comprendan a fundamentación de cada sesión e non sexan meros repetidores dos exercicios que se propoñen. Nos contidos que se considere necesario pola súa importancia ou complexidade facilitaráselle aos alumnos apuntes ou outro tipo de material para facilitar a súa aprendizaxe.
- Continuando con o apartado anterior, os alumnos, segundo as distintas unidades didácticas, buscarán activamente información, ben sexa en xornais, libros ou en internet.
- Exercicios de tipo práctico nos que se incluírán unha gran batería de xogos e tarefas xogadas, intentando motivar o máis posible a cada alumno, así como exercicios analíticos e progresións que faciliten a aprendizaxe das técnicas motrices.
- Mini-competicións cuxo obxectivo será aplicar o aprendido en cada sesión e colaborar con os compañeiros no desenvolvemento da actividade. É importante destacar que a competición ten un alto contido educativo a condición de que o obxectivo de gañar non sexa nin o primeiro nin o único.

9.3- Recursos e materiais didácticos

- MATERIAL DIDÁCTICO:
 - Convencional:
 - Apuntes e fichas elaborados polos profesores do departamento.
 - Láminas ilustrativas realizados polos profesores.
 - Material deportivo diverso especificado no inventario de material do departamento.
 - Non convencional:
 - Material específico de deportes alternativos, expresión corporal e actividades na natureza.
 - Materiais reciclados e autoconstruídos polos propios alumnos.
 - Material audiovisual: cintas de música e de vídeo, cámara de vídeo, televisión e vídeo, equipo de música.

9.4- Estrutura da sesión

Debido á propia natureza da materia, as nosas sesións buscan que o alumnado asimile os contidos propostos ao mesmo tempo que realicen unha práctica física correcta. Así pois, respectando o anterior, a estrutura básica das sesións será a seguinte:

- Explicación teórica por parte do profesor ou profesora: nesta parte indicaranse os obxectivos pretendidos para a sesión e explicaranse os contidos conceptuais pertinentes.
- Quecemento: Posta a punto para a realización do exercicio físico tendo en conta a actividade posterior que se levará a cabo.
- Parte principal: Parte da sesión na que se traballa de forma máis intensa e buscando o logro dos obxectivos propostos.
- Volta á calma: Nesta parte báixase a intensidade da sesión e aproveítase tamén para comentar o desenvolvemento da mesma e ata aclarar cuestións que os alumnos estimen oportunas.
- Hixiene: Aseo persoal básico e cambio de roupa (polo menos da camiseta), logo da práctica.

9.5- Alumnado con necesidades específicas de apoio educativo

Dentro deste apartado, que é fundamental prever aínda que non se saiba de antemán se imos ter alumnos con estas características ou que tipo de necesidades terán, o noso departamento aposta por dúas liñas básicas de actuación:

- Alumnos con dificultades motrices e/ou sensoriais: O Departamento de Educación Física, previo informe médico e se é o caso do Departamento de Orientación, valorará cada caso e realizará unha programación axustada ás necesidades de cada alumno. Nos casos nos que se precise, o PT o coidador, virá a clase cos nenos na integración nos grupos de referencia.
- Alumnos con problemas na asimilación dos diversos contidos: Previo informe do Departamento de Orientación e seguindo as directrices que este estime adecuadas realizarase unha programación acorde ao alumno ou alumno con estas necesidades o as adaptación metodolóxicas necesarias.

9.6- Normativa de asistencia e participación do alumnado

O pouco tempo e o carácter altamente práctico da materia lévanos a considerar a asistencia e a práctica do alumnado como básica, posto que hai moitos estándares que fan referencia á participación do alumnado. Por iso, a participación e o traballo diario será unha porcentaxe alta da nota.

ALUMNOS QUE NON REALIZAN A PRÁCTICA:

É relativamente frecuente atopar alumnado que, por diversas circunstancias non poden realizar a parte práctica da sesión. Obviamente, isto non os dispensa de asistir ás sesións e participar nas actividades que poidan. O alumnado con enfermidade ou lesión que asistan a clase pero non poidan realizar a práctica deberán entregar o xustificante por escrito do seu pai/nai ou titor no mesmo día, se fose algo previsible, ou no prazo dunha semana, no caso de tratarse de circunstancias xurdidas ese día. Ata ese momento considerarase a falta de práctica sen xustificar. Aceptaranse estes xustificantes paternos para unha semana, a partir dese tempo deberá ser un médico o que certifique o seu estado, o tempo aproximado que deberá permanecer sen exercitarse e no caso de ser posible que recomendase algunhas tarefas de recuperación, rehabilitación a realizar en clase.

No Departamento de Educación Física cremos que é necesario que estes alumnos sexan parte activa das clases e non meros observadores. Así pois, estimamos conveniente que aproveiten as sesións do mesmo xeito que os demais aínda que sexa dunha forma diferente. Para iso estes alumnos deberán anotar nunha folla (modelo “Ficha de sesión para lesionados”, que axuntamos

no anexo I) o que sucede en cada sesión, indicando os contidos conceptuais que se explican e as tarefas que se levan a cabo.

Se a enfermidade ou lesión ten unha duración superior a 2 semanas (4 horas), deberase adaptar o sistema de avaliación e cualificación do alumno.

9.7- Normativa básica de equipamento persoal do alumnado

Neste aspecto, establécense unhas normas con o obxectivo de desenvolver e favorecer a hixiene individual e colectiva, e coidar a seguridade do alumnado na práctica da actividade física:

- Camiseta deportiva.
- Pantalón curto de deporte e/ou de chándal longo.
- Calcetíns de deporte.
- Calzado deportivo: non se permiten calzado frouxo ou mal atado por cuestións estéticas, todo iso para evitar lesións nos pés e nocellos e evitar accidentes. A limpeza do calzado ao entrar na instalación será esixida por cuestións de hixiene e seguridade.
- Non se permitirá o uso de pezas que non sexan deportivas (camisas, pantalóns vaqueiros ou de tea, cazadoras) que poidan limitar os movementos, causas lesións (rozamentos, falta de circulación) ou minguar a hixiene (non absorción da suor).
- Poderase recomendar ao alumnado a utilización de vestimenta específica no desenvolvemento dos temas relacionados con a expresión corporal ou as actividades na natureza.
- Por medidas de hixiene persoal e colectiva, o alumnado deberá asearse logo da práctica. Esixirase o aseo básico e o cambio da camiseta, e recomendarase o resto.
- Non se permitirá mascar chicle durante as clases.
- Así mesmo, o profesor ou profesora valorará se certos complementos de moda, tipo pearcings, aneis, pendentes, etc., que sexan visibles, poden supoñer un perigo para o alumno/a e/ou compañeiros. Nese caso, os seus usuarios terán que retiralos.
- Considerarase “falta de material” cando se incumpra parcial ou totalmente o exposto nos puntos anteriores. Por suposto non practicará a sesión, supoñendo polo tanto “falta de práctica” sen posibilidade de ser xustificada.

10- Avaliación, cualificación e promoción

A conclusión de cada proceso de ensinanza/aprendizaxe leva implícita unha valoración de tipo numérica que aparece nos boletíns ó remate de cada trimestre e curso. Esta cualificación xurdirá dos procedementos e instrumentos de avaliación. Dos criterios de avaliación prescriptivos xorden os estándares de aprendizaxe. Ditos estándares serán a base da que obteremos a nota final das unidades didácticas de cada trimestre.

Os mínimos avaliados a través de probas escritas, orais ou prácticas terán un 30% de peso sobre a valoración final da avaliación; os mínimos avaliados a través de traballos grupais, individuais ou durante a práctica de aula motriz un 60%; e os mínimos avaliados a través da observación ou o anecdotario de aula sobre o traballo 10%.

A cualificación do final de cada trimestre será o resultado da suma do peso de cada unidade didáctica na nota final. É necesario para aprobar a materia obter polo menos un 5 na nota do trimestre. Non está permitido utilizar axudas externas para a realización das probas escritas, ben mediante apoio material (libros ou apuntes) ou ben mediante a comunicación con outros compañeiros. Nestes casos anularase dita proba escrita.

Para poder corrixir os traballos ou probas escritas o alumnado deberá ter unha expresión lexible.

Se a cualificación obtida nun trimestre é inferior a 5, a avaliación considerarase non superada. Dado que a cualificación trimestral corresponde a unha ponderación conxunta de todos os instrumentos de avaliación, o suspenso afectará a todo o contido do trimestre e en ningún caso a unha soa das partes.

Un alumno cunha avaliación suspensa que presentou as actividades de recuperación correctamente obterá a súa nota da media aritmética de cada avaliación en xuño. Para os alumnos con dúas ou máis avaliacións suspensas que presentaron correctamente as actividades de recuperación, o departamento establecerá unha proba individualizada (teórica e/ou práctica). A cualificación do final de curso, será a media aritmética dos tres trimestres de que consta o curso escolar, polo que a nota da última avaliación non ten porque corresponder coa nota final.

Un alumno que aprobe todas as avaliacións nunca poderá obter unha cualificación inferior á súa media aritmética.

O alumnado que presenten algún tipo de lesión ou incapacidade que lle imposibilite seguir o normal desenvolvemento das sesións, e que só participen, por estas ou outras causas xustificadas (faltas de asistencia), en menos do 80% das sesións prácticas das unidades didácticas, recibirán a súa cualificación en base a outra ponderación dos procedementos de avaliación. Se ten imposibilitada a realización dalgunha das partes, teórica ou práctica a porcentaxe para a nota e repartirase entre os outros instrumentos.

Os alumnos que teñan dúas ou máis avaliacións suspensas e non realicen debidamente as actividades de recuperación das mesmas, terán a cualificación de insuficiente na convocatoria de Xuño.

Os alumnos coa Educación Física **pendente** de cursos anteriores

- Presentar correctamente o seu programa de reforzo para a recuperación da asignatura levado a cabo polo seu profesor de aula
- Aqueles alumnos que no realicen o programa de reforzo, deberán presentarse a unha proba individualizada nas datas e prazos especificados pola xefatura do centro para a avaliación de pendentes.
- Valorarase a marcha do alumnado nas unidades didácticas. Xa que os estándares de aprendizaxe son similares e mesmo ampliados dun curso para outro, se o alumno/a supera os estándares do curso actual, poderá ter aprobada a materia.

Situación dos lesionados: os alumnos imposibilitados para realizar a clase práctica ordinaria, completarán a súa formación de diferentes xeitos:

- Realización de fichas sobre a clase: descrición de xogos, xestos, formulación de preguntas, resolución de preguntas...
- Manipulación dos medios dixitais: vídeo, fotografía, etc. para rexistrar xestos ou actividades na aula

Deseño de un documento sobre o tema tratado (presentación)

10.1- Procedementos de revisión, avaliación e modificación da programación didáctica

- Análise dos resultados obtidos por los alumnos.
- Revisión dos obxectivos formulados para o trimestre comparándoos cos obtidos.
- Dificultades atopadas no desenvolvemento da programación.

Detección para a súa modificación dos aspectos metodolóxicos cos que no se han obtido os resultados axeitados

Indicadores:

Indicadores	Escala			
	1	2	3	4
1. Adecuación do deseño das unidades didácticas, temas ou proxectos a partir dos elementos do currículo.				
2. Adecuación da secuenciación e da temporalización das unidades didácticas / temas / proxectos.				
3. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación e a temporalización previstas.				
4. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades, temas ou proxectos.				
5. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar.				
6. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.				
7. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.				
8. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.				
9. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento. [Só para ESO e bach.].				
10. Adecuación da secuencia de traballo na aula.				
11. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.				
12. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).				
13. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado, incluídas as consecuencias da proba.				
14. Adecuación da proba de avaliación inicial, elaborada a partir dos estándares.				
15. Adecuación do procedemento de acreditación de coñecementos previos [Só para determinadas materias de 2º Bach.].				
16. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua: probas, traballos, etc.				
17. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dun exame e dunha avaliación.				
18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final. [Só para ESO e bacharelato].				
19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria. [Só para ESO e bach.].				
20. Adecuación dos criterios establecidos para o seguimento de materias pendentes. [Só para ESO e bacharelato]				
21. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación desas materias pendentes. [Só para ESO e bacharelato]				
22. Adecuación dos exames, tendo en conta o valor de cada estándar.				
23. Adecuación dos programas de apoio, recuperación, etc. vinculados aos estándares.				
24. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.				
25. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.				
26. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación, estándares e instrumentos.				
27. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre os criterios de promoción.				
28. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.				
29. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.				
30. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.				

Observacións:

10.2 - Avaliación do proceso de ensino e da práctica docente

Indicadores de logro do proceso de ensino	Escala			
	1	2	3	4
1.O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado.				
2. Conseguiuse crear un conflito cognitivo que favoreceu a aprendizaxe.				
3.Conseguiuse motivar para lograr a actividade intelectual e física do alumnado.				
4.Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.				
5.Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo do alumnado.				
6.Mantívoase un contacto periódico coa familia por parte do profesorado.				
7.Adoptáronse as medidas curriculares adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.				
8.Adoptáronse as medidas organizativas adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.				
9.Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.				
10.Usáronse distintos instrumentos de avaliación.				
11.Dáse un peso real á observación do traballo na aula.				
12.Valórouse adecuadamente o traballo colaborativo do alumnado dentro do grupo.				
Observacións:				

Indicadores de logro da práctica docente	Escala			
	1	2	3	4
1.Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado.				
2. Ofrecense a cada alumno/a as explicacións individualizadas que precisa.				
3. Elabóranse actividades atendendo á diversidade.				
4.Elabóranse probas de avaliación adaptadas ás necesidades do alumnado con NEAE.				
5. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas en función dos temas a tratar.				
6. Combínase o traballo individual e en equipo.				
7. Poténcianse estratexias de animación á lectura.				
8. Poténcianse estratexias tanto de expresión como de comprensión oral e escrita.				
9. Incorpóranse as TIC aos procesos de ensino – aprendizaxe.				
10. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.				
11. Ofrecense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas / traballos, etc.				
12. Analízanse e coméntanse co alumnado os aspectos máis significativos derivados da corrección das probas, traballos, etc.				
13. Dáselle ao alumnado a posibilidade de visualizar e comentar os seus acertos e erros.				
14. Grao de implicación do profesorado nas 32eforzó de tutoría e orientación.				
15. Adecuación, logo da súa aplicación, das ACS propostas e aprobadas.				
16. As medidas de apoio, reforzo, etc. están claramente vinculadas aos estándares.				
17. Avaliase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación, ampliación...				
Observacións:				

10.3 - Avaliación inicial

Co gallo de avaliar o nivel inicial do alumnado en cada un dos grupos e niveles o profesorado botará man de diferentes instrumentos de avaliación nas primeiras catro sesións do curso:

- probas prácticas, desafíos ou retos, tests de aptitude/condición física e/ou observación directa.
- cuestionarios, preguntas na clase, etc.
- Observación directa na aula da práctica da aplicación dos estándares respecto aos compañeiros e o cumprimento das normas.

11- Medidas no caso de restriccións sanitarias (COVID-19)

No canto de recuperar medidas extraordinarias por pandemias sanitarias establécense as seguintes medidas.

1.- Adaptacións no pavillón:

- ☐ Protocolo de entrada e saída do pavillón e uso dos vestiarios, incluído no protocolo xeral do centro.
- ☐ Cando as practicas sexan no interior se establecerá unha zona de seguridade onde o alumnado poda sacar a máscara uns minutos, sempre coas medidas de seguridade pertinentes.

2.- Adaptacións metodolóxicas:

- ☐ Impartir a EF en bloque de dous horas diminúe os desprazamentos polos corredores e lógrase unha maior práctica real.
- ☐ Adaptación dos estándares e contidos da materia ao non poder impartir actividades de contacto, material compartido ou alta intensidade polo uso da máscara.
- ☐ Priorizar sempre, cando as condicións climatolóxicas e os horarios de primaria o permitan, a práctica no exterior. A poder ser aproveitando o entorno natural dos arredores do centro, as Salinas de Ulló.
- ☐ Traballo teórico individualizado para o alumno confinado ou enfermo por COVID.

3.- Implantación do proxecto E-Dixgal: O departamento de EF traballara co alumnado a través da plataforma E-Dixgal, asegurándonos así que dito alumnado dispoña de un ordenador en caso de un posible confinamento:

4.- Canles de comunicación co alumnado: O departamento de Educación Física utilizará como canles de comunicación co alumnado e as familias as seguintes ferramentas corporativas:

- ☐ Abalar móbil: Para comunicación coas familias.
- ☐ Canles de videoconferencia corporativas: En caso de ser necesario, para reunións co as familias e para posibles clases telemáticas.
- ☐ Foro e dúbidas da Aula Virtual: a través do foro da materia os alumnos poderán plantexar dúbidas.

5.- Avaliación en caso de confinamento: Terase en conta todo o realizado presencialmente hasta o confinamento xunto o realizado a través da aula virtual a partir do confinamento. O porcentaxe será establecido en base á duración do confinamento en función das directrices que marque a inspección educativa no seu momento.

Debido a particularidade e incertidumbre no caso de darse esta situación, destacar que o departamento adaptará a programación en función das directrices que marque a inspección

educativa no seu momento e tendo en conta a duración do confinamento, e outros condicionamentos que poidan xurdir.

12- Proposta de actividades complementarias eextraescolares

ACTIVIDADE	CURSOS	TRIMESTRE
RCP e PRIMEIROS AUXILIOS (Impartido polo profesorado de EF ou persoal especializado de protección civil ou do 061)	TODOS	A determinar segundo dispoñibilidade dos monecos no CRP.
Cross fit Xuvenil – Impartido polo ximnasio de crossfit da contorna	1º,2º,3º	1º Trimestre
Xornada de Bádminton impartida polo Club Bádminton Ravachol de Pontevedra	TODOS	1º Trimestre
CARREIRA SOLIDARIA	TODOS	3º
CROSS DEPORTE ESCOLAR dentro do Deporte Escolar	1ºESO, 2ºESO 3º ESO	1º ou 2º xa que depende do día que marque a Consellería
ACTIVIDADE NO MEDIO NATURAL: Ruta combinada de Kaiak e bicicleta durante unha xornada	TODOS	3º
Circuíto de orientación nas salinas ou no lago de Castiñeiras	TODOS	3º
Xornada no club de piragüismo de Paredes ou San Adrián	TODOS	3º

13- Anexos

13.1 Modelo de fichas de seguimento de estándares a través da observación da práctica diaria

Seguimento	Abril				Maio								Xuño							
20XX-20XX	18	21	25	28	2	5	9	12	16	23	26	30	2	6	9	13	16	20	23	
Nivel 2º E.S.O.																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				

			<u>Estándares aplicados:</u>																	
C: Camiseta	CH: Chandal	CH, NC, NT (1.2.2, 2.1.1, 3.1.4, 3.2.1, 3.2.3, 4.1.1, 4.1.4, 4.1.5)																		
NC: Non realiza clase	NT: Non traballa	C (1.2.1, 1.2.2, 1.2.3) P- (1.1.3) M- (1.3.2)																		
F: Falta de asistencia																				
P- C- M- Non atender/respectar ao profesor/compañeiros/espazo e material																				

Seguimento	Abril				Maio								Xuño							
20XX-20XX	18	21	25	28	2	5	9	12	16	23	26	30	2	6	9	13	16	20	23	
Nivel 4º E.S.O.																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				
Apelidos, nome																				

			<u>Estándares aplicados:</u>
C: Camiseta	CH: Chandal	NC, NT (1.1.2, 1.1.3, 3.1.2, 3.2.2, 3.2.3, 4.2.1, 4.2.2, 4.2.3, 4.2.4, 4.3.2)	
NC: Non realiza clase	NT: Non traballa	C, CH (1.3.3, 4.1.2)	P, M- (1.4.1, 4.3.3)
F: Falta de asistencia			
P- C- M- Non atender/respectar ao profesor/compañeiros/espazo e material			

13.2 Modelo de ficha de toma de datos da sesión

Modelo da ficha de toma de datos da sesión, a cubrir por todos aqueles alumnos que NON REALICEN A PARTE PRÁCTICA nas sesións de Educación Física

ALUMNOS/AS QUE NON REALIZAN PARTE PRÁCTICA	FICHA DA SESIÓN
Nome e apelidos:	Curso:
Motivo polo que non realizas a práctica:	Data:
PARTE TEÓRICA (Indica que explica o profesor/a):	
PARTE PRÁCTICA (Indica e describe as tarefas correspondentes ao quecemento, parte principal e volta á calma)	

A Xefatura de Departamento de Educación Física

Asinado: Jesús García Liñeira

En Vilaboa a 20 de setembro do 2022