

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36016681	IES Carlos Casares	Vigo	2025/2026

Área/materia/ámbito

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

Tipo de oferta
Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	22
4.2. Materiais e recursos didácticos	24
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	24
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	25
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	27
6. Medidas de atención á diversidade	27
7.1. Concreción dos elementos transversais	29
7.2. Actividades complementarias	30
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	31
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	32
9. Outros apartados	32

1. Introducción

O marco lexislativo actual (Decreto 156/2022, do 15 de setembro, reflicte a necesidade de loitar contra a inactividade física que é un dos principais factores de risco para padecer enfermidades non transmisibles como as cardiovasculares, o cancro ou a diabetes (OMS, 2018).

O lema "Máis persoas activas por un mundo san" (2018-2030) de dita organización anima á sociedade actual a incorporar á cultura e á educación, aqueles coñecementos e destrezas que, relacionados co corpo e coa actividade motriz, contribúen ao desenvolvemento persoal e á mellora da calidade de vida.

É a través do corpo e do movemento como a persoa se relaciona coa contorna. Na materia de Educación Física han de terse en conta, as accións educativas orientadas cara a:

- Mellora da forma física e a habilidade motriz.
- Mellora da calidade de vida, coidado do corpo e adquisición de hábitos e actitudes saudables.
- Utilización construtiva do lecer, mediante a práctica de actividades.
- Mellora das relacións interpersoais a través da actividade física.

Evidentemente, o deporte na aula de EF estará presente cun carácter aberto, sen que a participación quede supeditada ás características de sexo, niveis de habilidade ou outros criterios de discriminación, e non debe responder a formulacións competitivas, selectivos e restrinxidos a unha soa especialidade.

Asemade debemos ter en conta as características do alumnado neste 1º curso da ESO.

CARACTERÍSTICAS DOS GRUPOS DE 1º ESO

1. Nº de grupos deste nivel no centro: 3

2. Características dos grupos:

- Nº Alumnos/as: 1ºESOA-26, 1ºESOB-26, 1ºESOC-25
- Nº Alumnos/as que permanecen un ano máis no mesmo curso: 6
- Alumnado con algunha enfermidade ou dado de alta no programa de Alerta escolar: 0 en principio (pendente da avaliación inicial).

- Alumnado con algunha discapacidade: 0 en principio (pendente da avaliación inicial).

- Alumnado exento da materia: 0 en principio (pendente da avaliación inicial).

- Alumnado susceptible de contar con medidas de atención á diversidade: 18 alumnos/as con NEAE. Non obstante, en función do que se vaia observando os primeiros días de clase, e dos claustros de avaliación inicial, pode haber máis alumnos e alumnas susceptibles. Atenderase a todo o alumnado seguindo as medidas de atención á diversidade descritas no apartado correspondente da presente programación didáctica.

3. Características das instalacións para desenvolver a materia nestes cursos:

3.1. Características das instalacións e dispoñibilidade das mesmas. A nivel de instalacións temos:

- Un ximnasio de pequenas dimensións, equipado con 2 canastas, e claramente insuficiente a nivel de espazo para o número de alumnos/as por grupo que temos no centro. Ademais, debido á humidade e condensación, os días de choiva dificúltase o seu uso pola peligrosidade do chan resbaladizo que hai que limpar constantemente.
- 2 pistas polideportivas exteriores descubertas, que no inverno a penas se poden utilizar pola choiva. Unha con 2 posterías e outra con 2 canastas.

*Todos os anos se solicita á consellería que se cubra unha das pistas exteriores para poder dispoñer dunha instalación que garantice unha mellor calidade no ensino da nosa materia, xa que estamos limitados para impartir certos contidos.

- Zonas exteriores coma un soto na parte superior do patio.

A dispoñibilidade da instalación cuberta é total para as 2h de Educación Física na ESO. En 1º Bac, dispónse dela 2h, impartíndose a terceira hora na aula convencional por coincidencia horaria coa ESO.

3.2. A nivel de material contamos co necesario para o desenvolvemento da materia, repoñéndose periódicamente o material que se vai estragando (por exemplo, balóns dos distintos deportes...).

4.- Características da contorna:

Centro situado nos arredores de Vigo e na contorna rural.

5.- Lingua na que se imparte a materia en cada grupo: Galego.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto entre os participantes e as regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír con progresiva autonomía ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa.	5	3			1-3-5	3		
OBX4 - Practicar, analizar e valorar distintas manifestacións da cultura motriz aproveitando as posibilidades e recursos expresivos que ofrecen o corpo e o movemento, afondando nas consecuencias do deporte como fenómeno social e analizando criticamente as súas manifestacións desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económico-políticos que o rodean, para alcanzar unha visión máis realista, contextualizada e xusta da motricidade no marco das sociedades actuais.		3				2-3		1-2-3-4

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX5 - Adoptar un estilo de vida sostible e ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridade individuais e colectivas na práctica físico-deportiva segundo a contorna e desenvolvendo colaborativa e cooperativamente accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, para contribuír activamente á conservación do medio natural e urbano.			5			4	1-3	

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición Física I	Unidade didáctica para traballar contidos vencellados as fases de sesión e as capacidades físicas básicas mediante distintos xogos. O alumnado traballará aspectos sobre a estrutura correcta para unha sesión de actividade física. Así mesmo, buscarse un traballo das capacidades físicas básicas mediante xogos e circuítos, que o alumnado deberá asociar de forma sinxela a cada capacidade e/ou métodos de traballo mais básicos.	15	10	X		
2	Deportes Alternativos I: Habilidades de Loita e xogo galego.	Unidade didáctica onde se traballan deportes alternativos e xogos tradicionais da nosa comunidade autónoma.	15	12	X		
3	Deportes de oposición I: Bádminton.	Unidade para iniciar ao alumnado nos deportes individuais de oposición, onde a resolución de problemas en situacións motrices e o establecemento de retos individuais e en parella (dobles) cobrarán protagonismo.	10	12		X	
4	Hábitos saudables I.	Traballaremos contidos vencellados as pautas básicas de primeiros auxilios, alimentación saudable e hábitos posturais.	10	6		X	
5	Expresión Corporal e Baile I.	A danza como actividade xogada e medio de expresión corporal. Emprego dos recursos expresivos do corpo e do movemento para comunicar sensacións, ideas, estados de animo...	10	6		X	
6	Deportes colectivos I.	Unidade para iniciar ao alumnado nun deporte colectivo. O deporte colectivo	20	12			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
6	Deportes colectivos I.	como medio para traballar a resolución de problemas e a interacción social en situacións motrices.	20	12			X
7	Actividades na natureza I	Unidade didáctica de orientación onde aprenderemos técnicas de orientación básicas. Aproveitaremos a contorna e o soto do centro, traballado a exploración e coñecemento da contorna próxima como alternativa sostible para a práctica da actividade física. Ademais, tentarase facer unha saída complementaria para traballar contidos referentes a normas viarias, o uso da bicicleta., etc... (de non ser posible dita saída farase mediante un traballo teórico-práctico).	20	12			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Condición Física I	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Estabrecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral da saúde e ao estilo de vida activo, tendo en conta o seu nivel de partida.	TI	100
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas súas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.		
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo de cara a solucionar os problemas motores propostos.		

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

Contidos
- Saúde física: - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Coidado do corpo: quecemento xeral e específico autónomo. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas.

UD	Título da UD	Duración
2	Deportes Alternativos I: Habilidades de Loita e xogo galego.	12

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas suas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.	TI	100
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices respectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA2.4 - Xestionar a preparación e a participación en xogos motores e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia como con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar na proposta de xogos e outras actividades vinculadas á propia cultura e outras, valorando a orixe e influencia da sociedade nestas.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo de cara a solucionar os problemas motores propostos.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos para resolver as diferentes situacións de xogo nos deportes vistos.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Amosar control e dominio corporal, empregando os conceptos técnicos e tácticos dos deportes vistos á hora de resolver situacións motrices derivadas do contexto de xogo cpn progresiva autonomía.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcazar o logro individual e grupal, participando activamente e asumindo os roles e responsabilidades asignados.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices repectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou ooutros.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia como con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar na proposta de xogos e outras actividades vinculadas á propia cultura e outras, valorando a orixe e influencia da sociedade nestas.		

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

Contidos
- Saúde física: - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición con base en criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: - Utilización consciente do corpo en función das características da actividade, contexto e parámetros espaciais en que se desenvolve en situacións motrices individuais.

Contidos

- Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
- Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
- Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
- Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural.
- Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade.
- Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
3	Deportes de oposición I: Bádminton.	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas súas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.	TI	100
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices repectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo de cara a solucionar os problemas motores propostos.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos para resolver as diferentes situacións de xogo nos deportes vistos.		
CA3.4 - Mostrar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con progresiva autonomía.	Amosar control e dominio corporal, empregando os conceptos técnicos e tácticos dos deportes vistos á hora de resolver situacións motrices derivadas do contexto de xogo cun progresiva autonomía.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando activamente e asumindo os roles e responsabilidades asignados.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices repectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar as distintas modalidades deportivas, segundo as súas características principais, evitando estereotipos de xénero ou comportamentos sexistas.		

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

Contidos
- Saúde física: - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición con base en criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Adaptación dos movementos propios ás accións do contrario en situacións de oposición. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente como en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Funcións de arbitraje deportiva. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

UD	Título da UD	Duración
4	Hábitos saudables I.	6

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Establecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, a partir dunha valoración do nivel inicial e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Estabrecer secuencias sinxelas de actividade física orientada ao concepto integral da saúde e ao estilo de vida activo, tendo en conta o seu nivel de partida.	TI	100
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas súas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.		
CA1.3 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA2.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		
CA2.2 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante accidentes derivados da práctica de actividade física aplicando medidas básicas de primeiros auxilios.	Executar protocolos de primeiros auxilios, aplicando as técnicas e formas de actuación máis básicas.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices repectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA2.5 - Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices.	Coñecer e aplicar normas de seguridade individuais e colectivas na práctica de actividades motrices		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar de maneira responsable e con progresiva autonomía medidas xerais para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.		

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

Contidos
- Saúde física: - Taxa mínima de actividade física diaria e semanal, adaptando a intensidade da tarefa ás características persoais. - Alimentación saudable. - Educación postural: técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Musculatura lumbo-pélvica e a súa relación co mantemento da postura. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - A actividade física como fonte de gozo, liberación de tensións, cohesión social e superación persoal. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición con base en criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: calzado deportivo e ergonomía. - Medidas de seguridade en actividades físicas dentro e fóra do centro escolar. - Actuacións básicas ante accidentes durante a práctica de actividades físicas. - Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestas.

UD	Título da UD	Duración
5	Expresión Corporal e Baile I.	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas súas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.	TI	100
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices respectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA3.1 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Analizar obxectivamente as diferentes actividades e modalidades deportivas segundo as súas características e requirimentos, evitando os posibles estereotipos de xénero ou capacidade ou os comportamentos sexistas vinculados ás devanditas manifestacións.	Analizar as distintas modalidades deportivas, segundo as súas características principais, evitando estereotipos de xénero ou comportamentos sexistas.		
CA5.1 - Participar en xogos motores, deportes e outras manifestacións artístico-expresivas vinculadas tanto coa cultura propia como con outras, favorecendo a súa conservación e valorando as súas orixes, evolución e influencia nas sociedades contemporáneas.	Participar nos distintos xogos, deportes, ou actividades artístico expresivas vencelladas tanto coa cultura propia coma outras, valorando as súas orixes e influencia na sociedade.		
CA5.2 - Utilizar intencionadamente e con progresiva autonomía o corpo como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou colectivas con e sen base musical.	Utilizar, con progresiva autonomía, o corpo como medio de comunicación mediante distintas técnicas expresivas, participando activamente na creación e representación de composicións individuais ou grupais con un sen base musical.		

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

Contidos
- Saúde física: - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición con base en criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Toma de decisións: - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente como en grupo. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

Contidos

- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural.
- Os xogos e as danzas como manifestación da interculturalidade.
- Usos comunicativos da corporalidade: expresión de sentimentos e emocións en diferentes contextos.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico expresivo.
- Xogos, deportes, danzas e bailes autóctonos de Galicia como elemento transmisor do patrimonio cultural.

UD	Título da UD	Duración
6	Deportes colectivos I.	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas suas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.	TI	100
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices respectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo.	Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo de cara a solucionar os problemas motores propostos.		

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

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

Contidos
- Saúde física: - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte.

Contidos

- Saúde mental:
 - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices.
- Elección da práctica física: xestión das situacións de competición con base en criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación.
- Toma de decisións:
 - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas.
 - Análise de movementos e patróns motores do adversario para actuar en consecuencia en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal e dos diferentes aspectos coordinativos, espaciais e temporais en determinadas secuencias motrices e/ou deportivas.
- Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividade motriz: resolución de retos e situacións-problema de forma orixinal, tanto individualmente como en grupo.
- Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións.
 - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices.
 - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos.
- Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas.
- Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social.
 - Funcións de arbitraje deportiva.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: promoción do deporte en igualdade, figuras masculinas e femininas do deporte galego.

UD	Título da UD	Duración
7	Actividades na natureza I	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Comezar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Comezar a incorporar con progresiva autonomía unha rutina propia dunha sesión de actividade física, coas suas fases, medidas de hixiene e dosificación dos esforzos.	TI	100
CA1.4 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar o impacto que algunhas prácticas e comportamentos sociais teñen na saúde e na convivencia, evitando activamente a súa reprodución.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.5 - Explorar diferentes recursos e aplicacións dixitais recoñecendo o seu potencial, así como os seus riscos para o seu uso no ámbito da actividade física e do deporte.	Explorar e utilizar recursos e aplicacións dixitais de maneira axeitada, para afondar nos contidos e para a realización e entrega de tarefas na plataforma e formatos axeitados.		
CA1.6 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA2.3 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices respectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA3.3 - Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos de toma de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, adecuándose ás demandas motrices, á actuación da compañeira ou do compañeiro e da persoa opoñente (se a houbese) e á lóxica interna en contextos reais ou simulados de actuación, reflexionando sobre as solucións e os resultados obtidos.	Interpretar contextos motrices variados e actuar correctamente aplicando principios básicos para resolver as diferentes situacións de xogo nos deportes vistos.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando na toma de decisións e asumindo distintos roles asignados e responsabilidades.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices para alcanzar o logro individual e grupal, participando activamente e asumindo os roles e responsabilidades asignados.		
CA4.1 - Practicar unha gran variedade de actividades motrices controlando as emocións e as sensacións, valorando as implicacións éticas das actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar diferentes actividades motrices respectando as normas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos roles de público, participante ou outros.		
CA4.2 - Facer uso con progresiva autonomía das habilidades sociais, do diálogo na resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Utilizar con progresiva autonomía as habilidades sociais do diálogo para a resolución de conflitos e do respecto ante a diversidade de competencia motriz, amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos e actuacións discriminatorias de calquera tipo.		
CA6.2 - Recoñecer e valorar a incidencia que algunhas prácticas e comportamentos incívicos teñen na nosa saúde e na convivencia, valorando o seu impacto na contorna e evitando activamente a súa reprodución.	Recoñecer e valorar a incidencia dalgunhas prácticas e comportamentos incívicos na saúde, na convivencia e na contorna, evitando activamente a súa reprodución.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir e sendo conscientes da súa pegada ecolóxica.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, tendo en conta o impacto ambiental destas e minimizando este.		
CA6.4 - Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		

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

Contidos
- Saúde física: - A hixiene como elemento imprescindible na práctica da actividade física e deportiva. - Saúde social: - Efectos sobre a saúde de malos hábitos vinculados a comportamentos sociais. - Comportamentos violentos e incitación ao odio no deporte. - Saúde mental: - Aceptación de limitacións e posibilidades de mellora ante as situacións motrices. - Elección da práctica física: xestión das situacións de competición con base en criterios de lóxica, respecto ao rival e motivación. - Preparación da práctica motriz: autoconstrución de materiais como complemento e alternativa na práctica da actividade física e do deporte. - Toma de decisións: - Pautas grupais para optimizar os recursos motrices do grupo para a resolución da acción/tarefa en situacións cooperativas. - Habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas. - Xestión emocional: a tensión en situacións motrices, sensacións, indicios e manifestacións. - Estratexias de autorregulación colectiva do esforzo e a capacidade de superación para afrontar desafíos en situacións motrices. - Perseveranza e tolerancia á frustración en contextos físico-deportivos. - Habilidades sociais: condutas prosociais en situacións motrices colectivas. - Respecto ás regras: regras de xogo como elemento de inclusión social. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Respecto ás normas viarias en desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura, saudable e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual. - Análise do risco nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano: medidas de seguridade en actividades das distintas contornas con posibles consecuencias graves nestas.

Contidos

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

4.1. Concrecións metodolóxicas

Para a presente programación imos a empregar unha metodoloxía variada en función dos contidos das Unidades Didácticas. O Decreto 156/2022, no seu artigo 17 establece uns principios pedagóxicos que debemos ter en conta. Porase especial énfase na prevención de dificultades de aprendizaxe e a posta en práctica de mecanismos de reforzo e flexibilización, alternativas metodolóxicas ou outras medidas axeitadas en canto se detecten calquera destas situacións.

A intervención educativa buscará desenvolver e asentar progresivamente as bases que lle faciliten ao alumnado a adquisición e desenvolvemento das competencias clave previstas no perfil de saída. Así mesmo, procurarase a integración das distintas experiencias e aprendizaxes do alumnado, tendo en conta os diferentes ritmos de aprendizaxe e preferencias, favorecéndose a capacidade de aprender por sí mesmos, fomentando o traballo colaborativo e cooperativo, potenciando a aprendizaxe significativa e a autonomía do alumnado.

No currículo da materia de Educación Física establécense unha serie de orientacións pedagóxicas que se deben ter en conta para a presente programación didáctica. O desenvolvemento dos elementos curriculares farase de xeito gradual e progresivo nos distintos niveis da materia buscando, xunto co resto de materias, unha adecuada adquisición das competencias e o logro dos obxectivos de etapa. Neste sentido, o deseño das actividades, deberá considerar a relación entre os obxectivos da materia e as competencias clave a través dos descritores operativos do perfil de saída e as liñas de actuación que se resumen a continuación.

Baseándonos nestas liñas de actuación, hai que ter presente que:

- A Educación Física terá carácter motriz, práctico e vivencial, que incremente a actividade física efectiva do alumnado.
- A asimilación das aprendizaxes e a adaptación ao traballo das capacidades do alumnado na materia determinan a distribución das sesións semanais.
- Utilizaranse distintos modelos pedagóxicos de contrastado recoñecemento.
- Buscaranse situacións de aprendizaxe que favorezcan a adquisición das competencias, a participación do alumnado, a consolidación dunha autoestima positiva, autonomía, reflexión, responsabilidade e conciencia de grupo-clase.
- A metodoloxía irá en función dos contidos das unidades, utilizándo ferramentas dixitais vencelladas á materia.
- Poranse en funcionamento os mecanismos de reforzo necesarios para atender ás dificultades do alumnado.
- A competencia motriz será clave na materia, buscando na medida do posible traballar de xeito interdisciplinar desenvolvendo esta competencia motriz xunto coas demais.
- O desenvolvemento das relacións interpersoais tamén será un factor importante a ter en conta na materia, ademais da transferencia do coñecemento adquirido a outros contextos sociais próximos.
- A avaliación será continua, formativa e integradora, e estará dirixida cara a mellora da aprendizaxe do alumnado. Este será avaliado en función do grao de consecución dos criterios de avaliación que, a súa vez, concretan o desenvolvemento dos obxectivos da materia.
- Os contidos de cada nivel da Educación Secundaria e o Bacharelato, asociados aos criterios de avaliación, adaptaranse as instalacións, materiais, contorna e alumnado do centro. Nos primeiros cursos buscarase unha

iniciación nunha ampla variedade de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, mentres que nos últimos niveis estes contidos poderanse perfeccionar con base nas aprendizaxes previas.

- Buscarase unha estratexia metodolóxica común no departamento didáctico, para desenvolver unha estratexia metodolóxica común ao longo do proceso de ensino e aprendizaxe, considerando a promoción de hábitos de práctica diaria de deporte e exercicio por parte do alumnado durante a xornada escolar, formando esta práctica parte do seu desenvolvemento integral.

- Tamén se buscará a implicación das familias de cara buscar alumnos e alumnas cada vez máis autónomos e comprometidos cun estilo de vida saudable.

Debemos atender a diversidade do alumnado e ao acceso a unha educación común (Lei 10/2014, do 3 de decembro, de accesibilidade) nas nosas programacións, empregando métodos que se adapten aos distintos ritmos de aprendizaxe. Así mesmo, a metodoloxía debe ser activa e participativa, favorecendo o traballo individual e colectivo tanto entre alumnado como entre docentes.

Por todo isto, buscarase un enfoque metodolóxico variado, no que se empreguen distintos métodos e recursos para poder atender a heteroxeneidade e diversidade do noso grupo. Tendo en conta estas premisas, servirémonos de diferentes métodos e técnicas:

Realizaremos sesións mediante metodoloxías variadas (Mosston, 1988); mando directo, por exemplo, a hora de explicar un xesto técnico moi concreto, asignación de tarefas, por exemplo, a hora de realizar un adestramento en circuíto, descubrimento guiado, por exemplo, explorando formas de resolver unha situación dende a práctica, resolución de problemas, por exemplo, a hora de resolver situacións xogadas, traballos cooperativos, por exemplo, mediante a elaboración dun proxecto ou unha coreografía, e ensinanzas recíprocas, por exemplo, mediante a análise dun xesto técnico.

Ademais das metodoloxías mencionadas, un dos puntos diferenciais desta programación é a utilización de METODOLOXÍAS INNOVADORAS (Blázquez, 2017) coma o método inverso, o aprendizaxe cooperativo e o aprendizaxe por proxectos. Tamén se levarán a cabo colaboracións interdisciplinarias con outras áreas. Utilizaremos recursos metodolóxicos de ensinanza-aprendizaxe, por descubrimento ou recepción. Por exemplo: baseámonos na recepción cando a dificultade dos contidos así o requira. Dentro desa liña expositiva, buscaremos priorizar a lección comunicativa (método interrogativo) fronte a maxistral, de forma que tentaremos que o alumnado sexa partícipe mediante preguntas. Isto seranos moi útil na parte introdutoria das unidades, para facer unha avaliación inicial diagnóstica, a par que introducimos os contidos mediante preguntas que motiven aos estudantes. Tamén se empregará o descubrimento, a partir da práctica de tarefas de dificultade crecente ou progresións, partindo do nivel de partida do noso alumnado. As estratexias serán de tipo analítico ou global en función da complexidade dos contidos a tratar. Por exemplo, a hora de abordar un xesto técnico, dividindo este en fases para tratar as consideracións de cada una destas de forma illada. Así mesmo, empregaranse situacións de aprendizaxe, inherentes a nova filosofía LOMLOE e que dotarán o proceso de ensino dunha maior significación para o alumnado.

Así mesmo, a maioría das unidades didácticas desta programación terán unha estrutura de actividades similar incorporando: actividades de inicio, actividades de desenvolvemento dos contidos e de avaliación do aprendido. Nas de inicio, faranse tarefas a modo de presentación dos contidos da unidades, que a súa vez terán a función de realizar unha avaliación inicial que nos indique o punto de partida do alumnado. Tales actividades poden ser, por exemplo, a realización dun debate en gran grupo.

En canto as actividades de desenvolvemento, sêrvennos para desenvolver os contidos propios da unidade, permitíndonos aplicar os coñecementos, realizar hipóteses, resolver problemas...; tales como a preparación dunha coreografía ou a práctica dun método de traballo dunha capacidade física, por exemplo. A súa proposta irá en complexidade crecente e atenderase a diversidade do grupo con tarefas de reforzo ou ampliación. Proporemos actividades de reforzo e/ou ampliación en función das necesidades do alumnado.

En canto as actividades de avaliación, permítennos por en práctica os coñecementos adquiridos na unidade didáctica a modo de seguimento e avaliación. Por exemplo, expor unha coreografía.

Os agrupamentos estarán directamente relacionados co tipo de actividades. Polo xeral, as actividades de inicio, faranse en gran grupo (por exemplo, un debate ou tormenta de ideas) ou de forma individual (cuestionario kahoot). As actividades de desenvolvemento realizaranse en pequeno grupo (elaboración de traballos, estacións nun circuíto, equipos nunha tarefa xogada, actividades de orientación...), de forma individual (cuestións técnicas, probas de

condición física...), por parellas (avaliación recíproca, práctica nun deporte de adversario...) ou en gran grupo (partido de balonmán...). En canto as actividades de aplicación, levaranse a cabo de forma individual (cuestionarios, entregas...), e/ou parellas ou pequeno grupo (proxectos, traballos...). Algunhas destas actividades, tamén poderán ser en gran grupo (partido nun deporte colectivo).

As actividades complementarias e extraescolares faranse, polo xeral, en gran grupo (ruta de sendeirismo...), aínda que durante o transcurso destas tamén contemplaremos situacións onde faremos agrupamentos menos numerosos para cuestións específicas. A hora de formular todos os agrupamentos descritos, serán importante atender a diversidade da aula.

O tipo de información será variado: utilizando demostracións, por exemplo, explicación dunha situación xogada e como resolvela, adiantando información na aula virtual, explicacións verbais, recursos audiovisuais (vídeos de técnicas, xestos...), paneis explicativos (en circuítos), planillas de avaliación recíproca.

En canto aos tipos de feedback, daranse antes, durante e despois da execución das tarefas. Antes, informarase sobre os posibles fallos esperados, durante explicaranse os principais erros que se están a cometer, e despois, farase fincapé nos erros vistos e consideracións máis relevantes.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións: Ximnasio de pequenas dimensións 18x9m + 2 pistas polideportivas exteriores.
Material: Contamos co suficiente para o desenvolvemento da programación.
Emprego da Aula virtual onde se irán subindo recursos teórico-prácticos.

A nivel de instalacións:

-Un ximnasio de pequenas dimensións, equipado con 2 canastas, e claramente insuficiente a nivel de espazo para o número de alumnos/as por grupo que temos no centro. Ademais, debido á humidade e condensación, os días de choiva dificultase o seu uso pola peligrosidade do chan resbaladizo que hai que limpar constantemente.

- 2 pistas polideportivas exteriores descubertas, que no inverno a penas se poden utilizar pola choiva. Unha con 2 posterías e outra con 2 canastas.

*Todos os anos se solicita á consellería que se cubra unha das pistas exteriores para poder dispoñer dunha instalación que garantice unha mellor calidade no ensino da nosa materia, xa que estamos limitados para impartir certos contidos.

- Zonas exteriores coma un soute na parte superior do patio.

A dispoñibilidade da instalación cuberta é total para as 2h de Educación Física na ESO. En 1º Bac, dispónse dela 2h, impartíndose a terceira hora na aula convencional por coincidencia horaria coa ESO.

Material:

A nivel de material contamos co necesario para o desenvolvemento da materia, repoñéndose periódicamente o material que se vai estragando (por exemplo, balóns dos distintos deportes...).

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Ao comezo do curso realízase unha avaliación inicial diagnóstica para a detección de dificultades. Con esta medida, preténdese ver o nivel inicial do alumnado e obter a información necesaria para adaptar a programación ao grupo-aula. De ser o caso, esta información permitiranos tomar as medidas necesarias de adaptación que o alumnado precise. Medidas ordinarias como as modificacións metodolóxicas realizadas polo docente, o reforzo educativo ou, extraordinarias, requirindo dunha adaptación curricular significativa.

Esta AVALIACIÓN INICIAL AO COMEZO DO CURSO, consistirá en:

CUESTIONARIO INICIAL- Para partir dos coñecementos, experiencia previas e inquietudes dos estudantes, realizaremos unha serie de preguntas no cuestionario inicial do curso. Isto, tamén nos serve para coñecer a existencia dalgún tipo de inconveniente ou lesión que impida a práctica, si se repite curso as preferencias en canto aos contidos vistos, cuestións médicas (alerxias ou enfermidades, que poidan incluso ter que estar dado de alta no plan de alerta escolar) ou calquera outra circunstancia sobre as necesidades dos estudantes, que nos sexa de utilidade para adaptar a programación.

DÚAS/TRES SESIÓNS PRÁCTICAS- Nestas sesións farase un circuito contrarreloxo con distintas actividades onde podemos ver o grao de desenvolvemento motor do alumnado en canto as habilidades motrices básicas e específicas.

Por outra banda, realizarase unha avaliación inicial AO COMEZO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS, que consistirá en: Actividades de de tipo teórico e/ou práctica en función dos contidos das unidades, que nos permitan ver os coñecementos previos e o nivel de partida en relación aos contidos específicos a tratar.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7
Peso UD/ Tipo Ins.	15	15	10	10	10	20	20
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Táboa de indicadores	100

Criterios de cualificación:

Segundo o artigo 24, do Decreto 156/2022 que establece o currículo no ensino secundario en Galicia, os referentes para a valoración do grao de adquisición das competencias clave e o logro dos obxectivos das materias, serán os criterios de avaliación.

A avaliación será continua, formativa e integradora. Buscaremos a utilización de instrumentos variados diversos e adaptados ás distintas situacións de aprendizaxe, que permitan a valoración obxectiva de todo o alumnado.

Do mesmo xeito, terase en conta a Orde do 25 de xaneiro de 2022, pola que se actualiza a normativa de avaliación nas ensinanzas de educación primaria, secundaria obrigatoria e bacharelato no sistema educativo de Galicia.

A lexislación mencionada establece como referentes no novo marco legal aos criterios de avaliación. Tamén se debe garantir unha avaliación obxectiva e que a dedicación e o esforzo do alumnado se valoren e recoñezan, empregando os procedementos oportunos e adaptándose as necesidades do alumnado NEE de ser o caso.

Nesta programación realizarase un proceso de avaliación en 3 MOMENTOS:

- Avaliación inicial: ao principio do curso, así como ao inicio das unidades didácticas. Buscarase coñecer o nivel de partida e coñecementos previos con respecto aos contidos, así como detectar posibles dificultades ás que nos poidamos anticipar. No se ten en conta para a cualificación (0%) e realizarase a través de cuestionarios, preguntas ou

debates e/ou probas prácticas segundo os contidos.

- **Avaliación formativa:** Levarase a cabo durante o transcurso das diferentes unidades. O seu fin é a comprobación do progreso do alumnado no proceso de ensino e aprendizaxe, así como da actuación docente vendo que todo vaia sobre o previsto. Avaliaranse aspectos de implicación, esforzo, participación..., ademais dos aspectos conceptuais e máis prácticos ou procedimentais. Polo xeral suporá un 40% (aínda que en última instancia dependerá dos contidos de cada unidade) da cualificación. Empregaranse rúbricas, escalas, listas de control, diario de anotación docente..., diferentes instrumentos e mecanismos que permitan avaliar ao alumnado durante todo o proceso.

- **Avaliación final:** Levarase a cabo ao final de cada unha das unidades didácticas de cara a valorar os logros alcanzados. Polo xeral suporá un 60% (aínda que en última instancia dependerá dos contidos de cada unidade) da cualificación. Realizarase con instrumentos e mecanismos variados: rúbricas, follas de observación, cuestionarios...

Non se contempla avaliación final do trimestre, avaliándose de forma contínua cada unidade.

PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Distinguimos entre procedementos e instrumentos de avaliación. De forma que os primeiros corresponden as técnicas de avaliación que utilizamos, e os segundos as ferramentas que empregamos para levar a cabo esas técnicas.

- **Procedementos de avaliación.** Como procedementos empregaremos a observación do alumnado, a recollida de tarefas/produccións e a realización de probas puntuais.

- **Instrumentos de avaliación.** Os instrumentos de avaliación a empregar, dependerán da natureza dos contidos e dos referentes de avaliación de cada UD e situación a avaliar. Empregaranse: diarios de anotación docente, listas de control, escalas de valoración, rúbricas, probas físicas, cuestionarios teóricos ou teórico-prácticos, traballos a entregar.

Todo isto, dependerá da situación concreta na que avaliemos. Por exemplo, no caso de ter que avaliar aspectos rexistrables a través da manifestación ou ausencia dunha conducta (sen necesidade de graduación), podemos utilizar unha lista de control. Así mesmo, adaptarémonos a situacións e imprevistos que poidan xurdir (por exemplo, modificar unha proba práctica cambiando esta por unha teórico-práctica por unha lesión).

CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O feito de avaliar, supón a recollida de información coa finalidade de mellorar tanto o proceso de ensino-aprendizaxe, coma a nosa práctica docente. Esa recollida de información, leva consigo unha cualificación. Detallamos os criterios polos se rexe a nota do alumnado.

En cada UD avaliaremos coñecementos (contidos máis teóricos), habilidades e destrezas (contidos de tipo práctico) e actitudes (participación activa, traballo en equipo, colaboración e participación nas tarefas grupais, respecto cara os demais...). Cabe destacar que, dentro do apartado de coñecementos, temos coñecementos teórico-prácticos (coma pode ser o deseño dun quecemento, por exemplo). Por isto, teremos UD onde os coñecementos, aínda sendo unha materia eminentemente práctica, terán un peso máis elevado.

Os porcentaxes estableceranse de forma independente para cada UD. En relación a isto, os porcentaxes de peso na cualificación que aportarán cada un dos criterios de avaliación, integrados en instrumentos de avaliación, xunto con nivel de consecución, serán aspectos propios de cada unidade.

DENTRO DE CADA UNIDADE DIDÁCTICA POLO XERAL (*Isto non é algo estanco e en última instancia dependerá da natureza dos contidos de cada unha das unidades didácticas):

- A AVALIACIÓN FORMATIVA (día a día) SUPORÁ O 40% DA CUALIFICACIÓN.

40% ASPECTOS VENCELLADOS AO ESFORZO, PARTICIPACIÓN ACTIVA A NIVEL PRÁCTICO, TRABALLO EN EQUIPO, HIXIENE.

- A AVALIACIÓN FINAL SUPORÁ O 60% (exames ou probas prácticas e/ou teóricas) DA CUALIFICACIÓN.

20 % ASPECTOS TEÓRICOS (traballos e/ou exames teóricos)

40% ASPECTOS PRÁCTICOS (probas prácticas vencelladas aos contidos da UD).

A NOTA DE CADA TRIMESTRE SERÁ A MEDIA PONDERADA DAS UNIDADES DIDÁCTICAS EN FUNCIÓN DA PORCENTAXE

DE CADA UNHA.

Para a cualificación do curso as avaliacións terán a seguinte ponderación:

30% Primeira avaliación

30% Segunda avaliación

40% Terceira avaliación

SERÁ PRECISO OBTENIR UN MÍNIMO DUN 30% (3 sobre 10) EN CADA UNHA DAS PARTES DUNHA UNIDADE DIDÁCTICA. ASIMESMO, TODAS AS UNIDADES DO TRIMESTRE DEBERÁN TER UNHA NOTA IGUAL OU SUPERIOR A 5. No caso de non cumprir estes requisitos a nota do trimestre será inferior ao aprobado.

SE NON SE ACUDE A CLASE O DÍA DUNHA PROBA PRÁCTICA OU TEÓRICA, precisárase xustificante oficial (médico, organismo oficial deber inexcusable...). No caso de presentar este, acordárase unha nova data para a realización da proba.

Se non se entrega un traballo, abrírase un 2º período calificando este cunha nota máxima dun 5. Tras este 2º período, non se recollerán máis traballos.

ALUMNADO LESIONADO: o alumnado que non poida facer unha sesión práctica e/ou un exame práctico deberá aportar un xustificante médico oficial. Propórase unha avaliación alternativa de carácter teórico, práctico ou teórico-práctico que non interfira na súa recuperación e que lle permita superar os criterios de avaliación.

Criterios de recuperación:

En canto as recuperacións, o alumnado que non consiga superar o 1º trimestre terá a oportunidade dunha recuperación (traballo/proba teórica ou proba práctica, en función da natureza do suspenso) nunha data acordada polo docente durante o 2º trimestre. O mesmo sucedería co 2º e 3º trimestre. Tendo unha oportunidade de recuperación para cada unha das avaliacións suspensas.

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

O procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes será o seguinte:

Os alumnos coa materia pendente de cursos anteriores deberán superar os contidos mínimos da materia, tendo como referente os criterios de avaliación.

Dado o carácter contínuo e progresivo do currículo da materia nos distintos niveis, para superar a materia pendente, deberase ter aprobado a 1ª e a 2ª avaliación do presente curso, ó inicio da 3ª. De non ser así, realizarase en maio unha proba dos contidos pendentes sen superar (teóricos 30%, prácticos 70%).

As familias serán informadas ao principio de curso desta situación de materia pendente e o procedemento descrito anteriormente, así como da evolución do alumno/a en cada un dos trimestres, tralas reunións de avaliación.

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo a Lei Orgánica 3/2020, do 29 de decembro, pola que se modifica a Lei Orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación, debemos atender a diversidade da aula e os distintos ritmos de aprendizaxe e necesidades específicas do alumnado. Dentro deste marco, como referente normativo empregamos o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención a diversidade do alumnado nos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, así como a Orde do 8 de setembro de 2021 que o desenvolve. Tamén temos presente a Lei 10/2014, do 3 de decembro de accesibilidade.

Para os casos máis simples, faranse modificacións a nivel metodolóxico e/ou de recursos, podendo levar a cabo actividades de reforzo ou ampliación. No caso de que as medidas máis simples non foran suficientes, optárase por outras medidas de carácter específico.

A nivel curricular, dispoñemos de medidas ordinarias e extraordinarias:

- Ordinarias: consisten en modificacións nas estratexias a nivel organizativo respecto aos agrupamentos, métodos de ensinanza, técnicas e estratexias de ensino-aprendizaxe, sen modificar en todo caso os elementos preceptivos do currículo.

- Extraordinarias: Existen modificacións do currículo que poden ser significativas dando lugar ao proceso de elaboración dunha ACS (adaptación curricular significativa).

En canto ao alumnado con necesidades educativas especiais (en adiante NEE) seguiremos os protocolos que propón a Consellería de Educación.

Vexamos algúns exemplos:

- Alumnado TDAH, baseámonos no Protocolo de consenso sobre TDAH na infancia e na adolescencia nos ámbitos educativo e sanitario. Tómanse medidas coma adiantar información previa as sesións (para o que empregamos a aula virtual), ou a creación de paneis informativos do que hai que facer nas tarefas. Con isto, o alumno poderá consultar en todo momento cal é o obxectivo da tarefa que estamos a facer, dado que é moi probable que non prestara atención a totalidade da explicación previa. Estes pequenos reforzos, tamén beneficiarán ao resto do grupo. Ademais, tomaremos outras medidas como manternos cerca na medida do posible para cortar actitudes inapropiadas con cautela, agrupamentos coidadosos ou evitar filas con esperas prolongadas.

- Alumnado TEA, baseámonos no Protocolo de tratamento educativo do alumnado con trastorno do espectro do autismo. Con este alumnado, teremos especial coidado en tarefas de xogo colectivo, onde probablemente non entenda a lóxica das situacións. Tamén se terá cautela cos agrupamentos, frases feitas e dobres sentidos que moi probablemente non van a entender (tomando as explicacións literalmente como soan). Outro aspecto importante vai ser a motivación e aproveitar os seus intereses e motivacións particulares.

- Alumnado con discapacidade auditiva, baseámonos no Protocolo para a atención educativa ao alumnado con discapacidade auditiva. En función do grao de afectación, por exemplo, se temos alumnado con hipoacusia leve (20-40 dB), levamos a cabo medidas como a anticipación de información na aula virtual ou a utilización de paneis/fichas que reforcen as explicacións. Ademais, buscaremos, na medida do posible, proximidade e plano frontal nas explicacións de cara a favorecer a lectura labiofacial (vocalizando o mais claro posible). Por se non fose suficiente, pódese incorporar a figura dun compañeiro/a para reforzar explicacións ou imitar pasos a seguir.

Con respecto ao alumnado con necesidades específicas de apoio educativo (en adiante ACNEAE):

- Alumnado con incorporación tardía ao sistema educativo, no caso de que dominen o idioma realizaremos unha avaliación inicial diagnóstica para determinar o nivel e as medidas a seguir como con calquera outro estudante. Non obstante, se non o dominan votaremos man de traducións instantáneas de voz ou en fichas, xestos ou incluso a figura dun docente de apoio se fora posible.

- Alumnado con altas capacidades, baseámonos no Protocolo para a atención educativa ao alumnado con altas capacidades intelectuais. Aplicaremos medidas de cara a favorecer un ambiente de diálogo e participación na aula. Buscarase facelos partícipes do seu proceso de aprendizaxe. Empregaranse recursos e tarefas de ampliación coas que se poidan satisfacer as súas inquietudes e curiosidades. Así mesmo, na nosa materia tamén podemos ter alumnado deportista federado, que teñan un alto grao de dominio motriz, necesitado ampliación neste sentido. Aquí poderíamos empregar estratexias como roles de titoría entre iguais.

En resumo, para o alumnado que requira unha atención educativa diferente á ordinaria, por presentar necesidades educativas especiais, por dificultades específicas de aprendizaxe, trastorno por déficit de atención e hiperactividade (TDAH), polas súas altas capacidades intelectuais, por se incorporar tarde ao sistema educativo ou por condicións persoais ou de historia escolar, estableceranse as medidas curriculares e organizativas necesarias co fin de que poida alcanzar o máximo desenvolvemento das súas capacidades persoais e os obxectivos e competencias establecidas en cada etapa para todo o alumnado. Entre estas medidas estableceranse aquelas que garantan que as condicións de realización das avaliacións se adapten ás necesidades do alumnado con necesidades específicas de apoio educativo.

Todo isto pode enmarcarse na denominada atención á diversidade, que englobará tanto á problemática que existe modificación ou supresión de elementos curriculares como ós cambios non significativos. De modo xeral sabemos que os comportamentos dos alumnos difiren uns doutros debido a múltiples razóns: diferenzas individuais (idade biolóxica, limitacións sensoriais ou motoras, motivacións, intereses, etc.) diferenzas de grupo (étnicas, de xénero ou

socioculturais) ou de contexto (familiar, social, ...). Isto tradúcese en: niveis de activación diferentes, estilos de xogo e aprendizaxe heteroxéneos, distintos gustos polas actividades así como intereses variados, xa sexa polo rendemento, pola diversión, por cuestións estéticas, etc..

Os resultados obtidos nas avaliacións iniciais van orientarnos sobre as diferenzas que existen entre os alumnos en canto a niveis, motivacións, ritmos de aprendizaxe, etc. Así, segundo as circunstancias, pódense formular metodoloxías e niveis de axuda diversos, propoñer actividades de aprendizaxe diferenciadas, prever adaptacións de material didáctico, organizar grupos de traballo flexibles, acelerar ou decelerar o ritmo de introdución de novos contidos, organizalos e secuenciarlos de forma distinta, ou dar prioridade a uns núcleos de contidos sobre outros, afondando neles ou ampliándoos. Con todo iso intentamos adaptar tanto os elementos de acceso ó currículo (distintos materiais, linguaxes, etc.) como adaptar de forma non significativa os elementos básicos dese currículo.

Para a nosa intervención, como xa se comentou na metodoloxía, empregaremos formas variadas de tratar os contidos, así como agrupamentos moi flexibles, que permitirán ir acadando unha gradación nos niveis e que os alumnos vaian traballando segundo das súas posibilidades. Os transvasamentos de alumnos dun nivel a outro serán constantes ó ir mellorando así como ó ir cambiando de contidos e actividades. Ó ir avanzando nos cursos outra das medidas que se adaptan ás necesidades ou preferencias do alumno é o aumento que se fai da optatividade á hora de elixir actividades a realizar. Ó non existir exencións en educación física os alumnos con limitacións, xa sexa permanentes ou temporais, realizarán as actividades que non prexudiquen o seu problema, á vez que complementarán con traballos prácticos ou teóricos os contidos que non poidan desenvolver, para lograr alcanza-los obxectivos previstos. No caso de que soliciten unha adaptación curricular, esta farase á vista dun certificado médico oficial no que debe constar especificado con claridade as limitacións de acción que teña esa persoa, así como as formas de actuación recomendadas e as actividades prexudiciais ou prohibidas.

A denominación de alumnos con necesidades específicas de apoio educativo comprende alumnos que presentan alteracións e deficiencias de diversa índole, xa sexa anatómica, sensorial ou intelectual (con deficiencias na linguaxe, auditivas, de visión, de adaptación social, etc.). Para estes alumnos, actualmente, en vez de fixarnos na súa minusvalidez, nas súas limitacións, estableceremos o currículo tendo en conta as capacidades presentes, as axudas e recursos de acceso a este e as adaptacións que se precisan para que alcancen os obxectivos que, con carácter xeral, se estableceron para tódolos alumnos nesa etapa educativa. Faise, polo tanto, sempre necesaria a avaliación inicial para á vista das súas posibilidades establecer a forma de intervención máis axeitada e as modificacións curriculares necesarias.

7.1. Concreción dos elementos transversais

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

Observacións:

Elementos transversais extraídos do Decreto 156/2022 que establece o currículo galego para a educación secundaria obrigatoria.

En xeral buscarase traballar a comprensión lectora e a expresión oral e escrita mediante a realización e entrega das tarefas teóricas ou teórico prácticas. Aporaranse recurso para a súa lectura e afondamento nos contidos e tentarase promover unha expresión e utilización correcta da lingua.

En canto a competencia dixital, manexaranse aplicacións e recursos vencellados cos contidos. Elaboraranse e entregaranse traballos en formato e plataforma axeitados.

Buscarase fomentar a progresiva autonomía do alumnado na realización das actividades e/ou no deseño propio de tarefas (por exemplo, quecementos).

Tamén se traballará a resolución pacífica de conflitos, a cooperación entre iguais e o respecto cara as normas mediante distintas actividades físico deportivas e os seus regulamentos. Tamén será clave a metodoloxía de aprendizaxe cooperativo da que se votará man en varias das unidades didácticas.

Non se permitirá ningún tipo de discriminación, independentemente do nivel de execución de cada un, características física ou emocionais, así como, estereotipos sexistas ou discriminación por calquera razón.

Buscarase concienciar a cerca do cambio climático e consumo responsable, mediante a reflexión sobre a pegada de carbono dos alimentos, reciclaxe, uso de plásticos, coidado da contorna e da natureza...

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Saída ruta de sendeirismo 1º.	O alumnado fará un percorrido circular de aproximadamente 8km. Tentaremos contar cun monitor externo a que explicará aspectos acerca da biodiversidade da zona e do trazado do percorrido.	X		
Presentación clubs deportivos da contorna (1º,2º,3º,4º).	Tentarase que veñan clubs da zona a presentarnos as súas actividades mediante unha charla e sesión práctica maxistral de cara a promover hábitos de vida activa e saudable no tempo de lecer.	X	X	X
Recreos activos (1º,2º,3º,4º)	Dentro do plan proxecta +, plan de promoción de estilos de vida saudables, dinamizaranse actividades nos recreos para aumentar o tempo efectivo de práctica no horario escolar.	X	X	X
Participación en Competicións deportivas XOGADE (1º e 2º ESO)	Deportes a determinar dependendo da oferta existente por parte da consellería.	X	X	X
Escalada en rocódromo (2º ESO)	Saída a vivenciar a actividade deportiva de escalada.		X	
Piragüismo (4º e 1º BAC)	Paseo en Kaiak (zona a determinar).			X
Excursión Semana Verde (1ºESO)	Semana na que iremos a Asturias ao Parque Nacional Picos de Europa para facer actividades na natureza (barranquismo, descenso do Sella).			X

Observacións:

Neste apartado aparecen recollidas as actividades que se propoñen no departamento para todos os cursos. Poderanse propoñer máis actividades complementarias, sobre todo, se hai posibilidade en algunhas de participar de forma conxunta con outros cursos, anexándose estas á programación posteriormente.

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

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
A temporalización cumpriuse correctamente
Metodoloxía empregada
Conseguíronse os aprendizaxes
Os contidos, obxectivos e criterios eran axeitados
A avaliación foi xusta, primando o proceso fronte ao resultado
Medidas de atención á diversidade
As medidas de atención á diversidade foron suficientes
Clima de traballo na aula
As tarefas foron motivadoras e acorde ao nivel do alumnado
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
A coordinación coas outras áreas foi correcta

Descrición:

Chegada a avaliación, o profesorado avaliará os procesos de ensinanza e a súa práctica docente en relación a adecuación as necesidades do alumnado, ao logro dos OXE e a contribución ao desenvolvemento das CC.

Os indicadores de logro que figuran anteriormente, permiten avaliar o proceso de ensino e a PD. Estes indicadores baséanse no cumprimento dunha serie de aspectos para cada unhas das UD: temporalización, adecuación, concreción do currículo, atención a diversidade, alcance das aprendizaxes por parte do alumnado...

Valorarase cada indicador do 1 ao 5. ESTES INIDICADORES SON PARA PASAR AO FINAL DE CADA UNIDADE DIDÁCTICA.

En canto a práctica docente, o alumnado realizará un cuestionario anónimo ao final de curso. Recolleremos as impresións do alumnado sobre como foi o transcurso do mesmo(temporalización, atención, avaliación, afinidade cos contidos...), o que nos servirá para mellorar de cara ao vindeiro curso.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

A maiores do dito no apartado anterior, para a comprobación de se as actividades propostas e os contidos traballados nas UD cumpriron os obxectivos desexados, faremos unha auto avaliación docente ao final de cada trimestre. Atenderá aos seguintes indicadores: Temporalización, relación dos obxectivos e contidos coa metodoloxía adecuada nas UD, medios e material, progresión dos contidos, interdisciplinariedade, interese, adecuación da PD para o desenvolvemento das CC e CM. O docente terá un diario reflexivo onde se irán anotando aspectos sobre o desenvolvemento das sesións, necesidades ou dificultades, ideas para adaptar o programado nas seguintes sesións... Será unha ferramenta de auto reflexión docente, vendo as necesidades do alumnado e as posibles adaptacións que necesitemos. Calquera cambio na PD, será reflexado nas actas mensuais do departamento e na memoria final do curso.

De xeito mensual, o docente reflexará nas actas de reunión de departamento calquera aspecto a destacar sobre o transcurso da materia e da presente programación, así como dos plans e proxectos de innovación que se levan a cabo este curso. Tamén se fará un seguimento ao final de cada unidade didáctica na aplicación PROENS, recollendo aqueles aspectos que foran de interese sobre a desenvolvemento de ditas unidades.

9. Outros apartados

1. Plan proxecta +

O centro participa no plan proxecta +.

2. Xogade

Tamén se tentará participar en Xogade se fora posible