

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36019670	IES do Castro	Vigo	2022/2023

Área/materia/ámbito

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

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	16
4.2. Materiais e recursos didácticos	18
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	19
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	19
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	21
6. Medidas de atención á diversidade	21
7.1. Concreción dos elementos transversais	22
7.2. Actividades complementarias	23
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	24
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	26
9. Outros apartados	27

1. Introducción

A Educación Física na etapa da educación secundaria obrigatoria dá continuidade ao traballo realizado na etapa anterior e aos retos clave que comezaron a abordarse nela, que pasan, entre outros, por conseguir que o alumnado consolide un estilo de vida activo, asente o coñecemento da propia corporalidade e o gozo das manifestacións culturais de carácter motriz, integre actitudes ecosocialmente responsables ou afiance o desenvolvemento de todos os procesos de toma de decisións que interveñen na resolución de situacións motrices.

Neste 3º curso da ESO a motricidade desenvolverase no seo de prácticas motrices con diferentes lóxicas internas, con obxectivos variados e en contextos de certeza e incerteza. A resolución de situacións motrices en diferentes espazos permitiralle ao alumnado afrontar a práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva e comunicativa, creativa, catártica ou de interacción co medio urbano e natural. Para abordar con posibilidades de éxito as numerosas situacións motrices ás que se verá exposto o alumnado ao longo da súa vida, será preciso desenvolver de maneira integral capacidades de carácter cognitivo e motor, pero tamén afectivo-motivacional, de relacións interpersoais e de inserción social. Deste xeito, o alumnado terá que aprender a xestionar as súas emocións e as súas habilidades sociais en contextos variados de práctica motriz. O alumnado tamén deberá recoñecer e valorar diferentes manifestacións da cultura motriz, como parte relevante do patrimonio cultural, expresivo e artístico, que poden converterse en obxecto de gozo e aprendizaxe. Este coñecemento deberá dirixirse a comprender, entre outros, o lugar que ocupa o deporte nas sociedades actuais, así como as súas implicacións no ámbito económico, político, social e da saúde, como máxima representación da cultura motriz na actualidade. Finalmente, continuarase insistindo na necesidade de convivir de maneira respectuosa co ambiente, desenvolvendo para iso actividades físico-deportivas en contextos variados e participando na súa organización desde formulacións baseadas na conservación e na sostibilidade. Para alcanzar estes obxectivos, o currículo da materia de Educación Física organízase ao redor de seis bloques, que deberán desenvolverse en distintos contextos coa intención de xerar situacións de aprendizaxe variadas. Como consecuencia diso, as unidades didácticas ou os proxectos que se deseñan integran criterios de avaliación e contidos con distintas procedencias.

Na etapa da ESO os estudantes experimentan importantes cambios persoais e sociais. Por unha banda, a Educación Física ten que axudar aos mozos desta idade a adquirir de novo referencias de si mesmos, dos demais, e da súa competencia motriz. Isto colabora na cimentación dunha autoimaxe positiva que, xunto a unha actitude crítica e responsable, axúdelles a non sacrificar a súa saúde para adecuarse a uns modelos suxeitos ás modas do momento. Por outra banda, os estudantes enfróntanse a diversidade e á riqueza de actividades físicas e deportivas, deben conseguir novas aprendizaxes que lles permitan maior eficiencia en situacións deportivas, creativas, lúdicas ou de superación de retos, xunto coa posibilidade de identificar problemas ou desafíos, resolvelos e estabilizar as súas respostas utilizando e desenvolvendo os seus coñecementos e destrezas. Ademais, na comprensión e a asimilación progresiva dos fundamentos e normas, propios da materia, deben tamén integrar e transferir os coñecementos doutras áreas ou situacións. Un aspecto que se fai imprescindible para conseguir os fins propostos é que a práctica leve aparexada a reflexión sobre o que se está facendo, a análise da situación e toma de decisións; tamén hai que incidir na valoración das actuacións propias e alleas e na procura de fórmulas de mellora: como resultado deste tipo de práctica desenvólvese a confianza para participar en diferentes actividades físicas e valorar estilos de vida saudables e activos. Os deportes son, actualmente, a actividade física con maior repercusión sociocultural, polo que facilitan a integración social; con todo, a Educación Física nesta etapa non debe aportar unha visión restrinxida senón que se debe axudar a que o alumnado adquira as destrezas, os coñecementos e as actitudes necesarias para desenvolver a súa conduta motriz en diferentes tipos de actividades, é dicir, ser competente en contextos variados

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

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

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	POSTA A PUNTO EN EQUIPO	Regras básicas de comportamento e convivencia. Aspectos emocionais vinculados á actividade física e ao traballo colaborativo que terá lugar ao longo do curso. Xestión de conflitos durante xogos deportivos de familiarización. Repaso das partes dunha sesión; Quecemento e recuperación. Xogos e exercicios para o quecemento e a relaxación.	4	3	X		
2	Condición física:	Métodos de adestramento das CFB. Resistencia. Forza. Flexibilidade. Velocidade. Elaboración de plano de traballo sinxelo acorde ás posibilidades persoais e na procura da saúde . Autoxestión dos factores de adestramento: intensidade, duración, volume, descanso. Comprensión dos principios de adestramento a través da práctica.	14	10	X		
3	Nutrición e exercicio físico	Xogos sobre conceptos de alimentación. Creación de menús saudables. Clasificación de alimentos; Prato de Harvard	4	2	X		
4	A Relaxación	Xogos sensoriais, Respiración básica vinculada á intensidade dos esforzos. Relaxación progresiva de Jacobson.	4	3	X		
5	Habilidades ximnásticas e acrobáticas	Xiros, equilibrios, saltos, elementos de flexibilidade. Creación de enlaces en grupo e deseño de montaxes sinxelos con soporte musical.	12	5	X		
6	O aparato locomotor	Xogos e conceptos sobre os principais músculos e articulación do corpo	2	1	X		
7	Primeiros Auxilios	Situación de emerxencia no deporte. RCP e Soporte Vital Básico. Dramatización de situacións en pequeno grupo	4	2		X	
8	Deportes individuais.	Iniciación ás disciplinas atléticas: carreiras lisas e con obstáculos, de relevos. Salto de lonxitude, salto de altura.	12	9		X	
9	Elaboración dun mapa conceptual.	Mapa sobre conceptos traballados no que vai de curso vinculados ao adestramento (intensidade, volume). Pequeno grupo. Traballo cooperativo, con 4 ámbitos nos que especializarse cada alumno e compartir o seu coñecemento cos demais.	2	1		X	
10	Hixiene Postural	Xogos e exercicios con posterior análise dos hábitos posturais. Exercicios compensatorios, de tonificación e de flexibilización.	2	2		X	
11	Deportes colectivos	Práctica de xogos e exercicios para a	12	12			X

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
11	Deportes colectivos	aprendizaxe do Voleibol e Colpbol.	12	12			X
12	Actividade física na natureza	Orientación. Manexo de mapas. Conceptos sobre uso da brúxula. Xogos de pistas no entorno próximo	4	4			X
13	Expresión corporal	actividades de ritmo e expresión en grupo. Composicións de danza e dramatización.	12	8			X
14	O xogo;	xogos tradicionais, populares e deportivos	10	6	X		
15	Sendeirismo	ruta pola contorna natural do municipio	2	2			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	POSTA A PUNTO EN EQUIPO	3

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	O alumno identifica estereotipos asociados ao ámbito do corporal, xénero e á diversidade sexual e participa no uso crítico de información aportada.	TI	100
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	O alumno practica e participa de maneira continuada e suficiente nunha variedade de actividades motrices valorando implicacións éticas das mesmas		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	O alumno se relaciona, dialoga e coopera a miúdo co seu grupo, e amosa autonomía cando se require		

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

Contidos

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades volitivas e de superación. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física. - Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero. <ul style="list-style-type: none"> - Igualdade no acceso ao deporte. - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
2	Condición física:	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Autorregula de maneira básica a práctica da súa actividade física segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	TI	100
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Fai uso alomenos unha vez, de maneira correcta dos recursos dixitais ou Aps encomendadas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico. - Autorregulación do adestramento. - Saúde mental:

Contidos	
- Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.	

UD	Título da UD	Duración
3	Nutrición e exercicio físico	2

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorpora e entrega como tarefa un menú saudable a súa via cotiá facendo un rexistro da distribución de nutrientes por día.	PE	100

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

Contidos	
- Saúde física:	
- Alimentación saudable e análise crítica da publicidade.	

UD	Título da UD	Duración
4	A Relaxación	3

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Participa de maneira suficiente nos xogos e exercicios de relaxación propostos.	TI	100

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

Contidos	
- Saúde física:	
- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.	

UD	Título da UD	Duración
5	Habilidades ximnásticas e acrobáticas	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Emprega alomenos unha vez os recursos dixitais encomendados na unidade	TI	100
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Emprega alomenos unha vez os recursos dixitais encomendados na unidade		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Amosa na maioría das sesión o seu dominio corporal no grupo, tratando se ser creativo e resolver situacións.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais. - Medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.

UD	Título da UD	Duración
6	O aparato locomotor	1

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Realiza de maneira dixital de forma correcta o mapa conceptual	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.

UD	Título da UD	Duración
7	Primeiros Auxilios	2

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Autorregula as actividades encomendadas segundo as súas características e en relación coa súas propias características de saúde.	TI	100
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Actúa e verbaliza correctamente os protocolos e actividades encomendadas.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adopta a miúdo medidas preventivas antes, durante e despois da sesión		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Actuacións críticas ante accidentes: <ul style="list-style-type: none"> - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
8	Deportes individuais.	9

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Entrega de maneira correcta listado de normas de seguridade e prevención de lesións e accidentes nas disciplinas atléticas a tratar.	PE	20
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Desenvolve as actividades individuais e se autoavalía /coevalúa de maneira correcta na meirande das ocasións	TI	80

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia). - Sistemas de adestramento. - Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.

UD	Título da UD	Duración
9	Elaboración dun mapa conceptual.	1

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Inclúe pautas posturais no mapa conceptual	PE	50
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Reflexa alomenos dúas normas de seguridade no traballo que entrega	TI	50

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <li style="padding-left: 20px;">- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.

UD	Título da UD	Duración
10	Hixiene Postural	2

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorpora procesos de educación e hixiene postural na maioría das actividades propostas	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <li style="padding-left: 20px;">- Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. <li style="padding-left: 20px;">- Ergonomía en actividades cotiás. <li style="padding-left: 20px;">- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.

UD	Título da UD	Duración
11	Deportes colectivos	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participa moi a miúdo nas actividades asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	TI	100
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Colabora e coopera co seu equipo, incluída a coavaliación das dúas últimas sesións		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Amosa no xogo algúnha acción fruto dunha toma de decisións dereivadas do coñecemento do deporte e do seu equipo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.

UD	Título da UD	Duración
12	Actividade física na natureza	4

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticas, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participa de maneira responsable e segura nas tarefas	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario. - Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física. - Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano. - Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.

UD	Título da UD	Duración
13	Expresión corporal	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Amosa habilidades sociais pertinentes para resolver tarefas expresivas de carácter motriz, respectando as características dos demais	TI	100
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Identifica actitudes sexistas ou non coeducativas durante as sesións, e trata de minimizalas.		
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practica tódalas actividades e comprende a súa orixe cultural		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Participa activamente na creación e representación co seu grupo		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.

UD	Título da UD	Duración
14	O xogo;	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colabora co seu equipo na consecución de obxectivos comúns. Aмосa a miúdo autonomía e iniciativa na práctica.	TI	100

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.

UD	Título da UD	Duración
15	Sendeirismo	2

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Envía documento dixital con capturas do uso de Apps encomendada	PE	30
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Envía documento dixital con capturas do uso de Apps encomendada durante a ruta.		
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Entrega listaxe básico de elementos de seguridade que se tiveron en conta na actividade.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participa de maneira activa e responsable	TI	70

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <li style="padding-left: 20px;">- Autorregulación do adestramento. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible. - O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.

4.1. Concrecións metodolóxicas

En liñas xerais, utilizaranse medidas metodolóxicas e organizativas que favorezan o pleno desenvolvemento de todo o alumnado. Entre estas medidas estarán a proposta de tarefas globalizadas que requiran da posta en práctica de todas as competencias do alumnado, a aprendizaxe cooperativa, o uso das TIC como recurso didáctico, actividades que favorezan a auto-aprendizaxe, a creatividade, a investigación mediante proxectos de traballo, entre outras.

Dita metodoloxía ten un enfoque competencial (incluíndo o desenvolvemento da competencia motriz) que vai ligado á consecución dos obxectivos da etapa.

Tamén, moitas das actividades introducen a aprendizaxe cooperativa para potenciar a integración social e a transferencia de aprendizaxes. Neste caso se traballa con tarefas diversas baseadas no descubrimento, abertas e con distintos niveis ou ritmos (ampliando ou reforzando contidos) atendendo así á diversidade do grupo.

En canto aos estilos de ensinanza empregados, estes se adaptan ao contexto profesora-alumno-contido-obxectivo, así como ás circunstancias temporais, climatolóxicas, materiais ou espaciais. Isto fai que non utilizemos un único estilo en cada sesión.

En moitas ocasións método utilizado será o do mando directo e asignación de tarefas, mediante reprodución de modelos apoiada pola demostración práctica do profes or, mediante técnicas de proxección ou esquemas dixitais. Tratarase de contar co educando, atendendo ás súas ideas e suxestións. Terase en conta os principios fundamentais do adestramento:

- Principio de Unidade Funcional
- Principio de Multilateralidade
- Principio de Continuidade
- Principio de Crecemento Paulatino do Esfuerzo
- Principio de Sobrecarga
- Principio de Transferencia
- Principio de Especificidade
- Principio de Estimulación voluntaria
- Principio de Individualización
- Principio de Eficiencia
- Lei do Limiar
- Principio de Supercompensación

Aplicación correcta da dinámica de esforzos e dos factores que interveñen no acondicionamento físico:

- Intensidade
- Volume
- Duración
- Número de repeticións
- Intervalo

Tratarase de axustar a práctica á idade e desenvolvemento corporal do alumno, tendo en conta sobre todo para os menores de 14 anos; no traballo con sobrecargas (en forza) e no traballo da resistencia anaeróbica.

O profesor haberá de axustar a docencia aos principios básicos da didáctica; modelación, motivación, opcionalidade.

Tamén, noutras ocasións, empregaranse estilos participativos (ensinanza recíproca en parellas, microensinanza ou grupos reducidos), para que os estudantes sexan protagonistas da súa aprendizaxe e mellore a relación entre eles. Nostros momentos aplicaranse estilos máis individualizadores coma os Grupos de nivel, cando existen grandes diferencias, asignando espazos e tarefas distintas para un mesmo contido

A estratexia na aplicación práctica será segundo o tipo de tarefa, nuns casos analítica e noutros global, pero en xeral de forma mixta (global e analítico global); expoñendo as tarefas primeiro de forma sintética analizando despois os exercicios, descompoñéndoo nos seus elementos, para terminar esixindo a execución de forma global.

En relación ás formulacións de organización, o ensino será masivo, podendo dividir o grupo en subgrupos por niveis de execución ou para a formación de equipos.

A distribución da práctica será simultánea, alternativa ou por quendas segundo o tipo de contidos e medios dispoñibles no centro.

A metodoloxía, en todos os niveis, ha de estar encamiñada a que o alumno, dunha forma lúdica, consiga melloras corporais e amplíe o seu campo relacional a través da incorporación de novos coñecementos.

A estruturación das clases será en grupos de traballo armónicos que permitan, ademais do axuste físico para realizar tarefas, unha interrelación entre os compañeiros que formen cada grupo. Nas actividades de devanditos grupos evitanse os aspectos negativos da competitividade e reforzaranse e valorarán o afán de superación, a cooperación e o compañeirismo.

A dinámica da clase ha de ser eminentemente participativa e comunicativa, intentando facer ao alumno responsable da súa propia actividade. Por outra banda, o traballo do alumno axustarase ás súas propias posibilidades esixíndoselle un progreso persoal, polo que os mecanismos de aprendizaxe deben ser o suficientemente flexibles para, nun clima de integración, entender e respectar as diferentes individualidades.

O método de aprendizaxe será un ensino dirixido na cal o alumno poida desenvolver criterios e formas de actuación, e en xeral que estimule o desenvolvemento da súa personalidade e dunha conduta autónoma e creativa. Ao principio será necesario a transmitir información e debe predominar a modificación do mando directo, para logo ir paulatinamente dando ao alumno maior actividade, asignándolle tarefas e encamiñándolle a un descubrimento guiado do desenvolvemento das súas capacidades físicas e habilidades motrices e cognitivas, e ir solucionando no seu momento calquera problema individual ou xeneral que poida xurdir ao longo da súa aprendizaxe.

Teremos en conta outros factores coma:

-Tipo de actividades de ensinanza-aprendizaxe:

- ¿ De iniciación-evaluación (no comezo do curso e antes de comenar cada Unidade Didáctica) para activar os coñecementos previos do alumnado e saber o seu nivel de partida);
- ¿ De desenvolvemento-reestruturación (cuestionar, modificar, ampliar¿);
- ¿ De reforzo-ampliación

-Tipo de interacción profesor-alumno: Aportaránse feedbacks con distintos fins: descritivos, evaluativos, comparativos, explicativos ou afectivos (animar, motivar); de forma concurrente (ao mesmo tempo que o alumno fai a tarefa), terminal (ao fin do exercicio) ou retardada.

- Organización e estrutura das SESIÓNS: O alumnado sabe cal é o punto de reunión da sesión, e asisten con la vestimenta adecuada. Se unha sesión tivese lugar fora do centro esperarán no mesmo lugar. Casa clase segue unha estrutura similar:

- ¿ Fase informativa (objetivos, aspectos teórico-prácticos, toma de contacto, preguntas-reto).
- ¿ Fase de activación: movementos variados serais e específicos de intensidade progresiva. Preparación física y mental.
- ¿ Parte principal: actividades para a consecución dos obxectivos da sesión;
- ¿ Volta á calma e/ou reflexión final:

-Canles de comunicación utilizados:

- ¿ Visual: demostracións do docente ou doutros alumnos.
- ¿ Auditivo: Medios persoais.
- ¿ Verbal: Explicación e descripción de tarefas..
- ¿ Son: Silbidos, palmada, música.
- ¿ Canal kinestésico: Axuda manual na corrección dalgúns exercicios

- Organización do grupo-clase: Os criterios de formación de grupos e tempos de traballo varían ao longo do curso en función da actividade (grupos reducidos, parellas, individual ou gran grupo, grupos por pesos/talla, libres¿), do espazo e do material (actividades con/sin implementos, con colchonetas, tempos en circuito ou individualizados¿). A nosa intención é optimizar os tempos de traballo para que haxa o maior tempo posible de práctica efectiva.

-Aspectos de hixiene e seguridade: Se adoptarán medidas para a prevención de accidentes e lesións como: quecementos adecuados, revisión do estado do material e instalacións, proteccións, normas de hixiene e axudas. No caso de acontecer un accidente nas clases, se procede segundo o protocolo PAS: Protexer, Alertar (112/091) e Socorrer e/ou ao Plan de Autoprotección do centro,no seu caso.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
INSTALACIÓNS, MATERIAL DEPORTIVO, MATERIAL PARA O ALUMNO, OUTRO MATERIAL

INSTALACIÓNS

Ximnasio: Espaldeiras, campo de baloncesto e voleibol con tableiros, postes e redes.

Pista polideportiva descuberta: Campo de fútbol sala con porterías.

Sala de medios audiovisuais. .

MATERIAL DEPORTIVO

¿ Bancos suecos

¿ Colchonetas: de chan e saltos

¿ Balóns: baloncesto, voleibol, fútbol sala, balonmán, rugby, medicinais.

Pelotas:distintos tamaños.

- ¿ Potro
- ¿ Plinto
- ¿ Aros
- ¿ Cordas
- ¿ Picas
- ¿ Conos
- ¿ Mancuernas e barras de pesas
- ¿ Cronómetros
- ¿ Discos voladores
- ¿ Indiacas
- ¿ Raquetas y volantes de bádminton
- ¿ Palas
- ¿ Compases
- ¿ Corda longa
- ¿ Petos

MATERIAL PARA O ALUMNO

- ¿ Roupas e calzado deportivo
- ¿ Útiles de aseo e hixiene
- ¿ Libreta para apuntes
- ¿ Apuntes do profesor en papel ou por medio dun blog
- ¿ Para realizar a práctica dalgúns contidos se lles pedirá que merquen material , como por exemplo, raquetas de bádminton, cordas...

OUTRO MATERIAL NON DEPORTIVO

- ¿ Material audiovisual :Aparato de música, vídeos, cds, DVDs, plataformas educativas, ferramentas web (canalizado a través da Aula Virtual)

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial celebrarase nas derradeiras semanas de outubro. Nas primeiras semanas do curso, antes de os devanditos días, os profesores do Departamento de Educación Física farán en cada nivel un repaso xeral dos contidos e competencias mínimos correspondentes as materias dos niveis anteriores.

As observacións sistemáticas que se realizarán durante o desenvolvemento desta tarefa ademais das probas de condición física e deportivas que estimen necesarias servirán para a realización da avaliación inicial.

As medidas adoptaranse nas sesións de avaliación inicial de acordo co resto dos membros da xunta de avaliación e contando cos informes do Departamento de Orientación.

PRIMEIRA SEMANA DO CURSO

Debe conter a seguinte información de cada alumno:

1. Análise dos informes de avaliación individualizada do curs o anterior.
2. Aprendizaxes non adquiridas en relación coas competencias.
3. Situación persoal do alumno.

Finalidade : Detectar as carencias e necesidades do alumnado. Fundamental para a elaboración do PLAN DE REFORZO e atención á diversidade.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
Peso UD/ Tipo Ins.	4	14	4	4	12	2	4	12	2	2
Proba escrita	0	0	100	0	0	0	0	20	50	0
Táboa de indicadores	100	100	0	100	100	100	100	80	50	100

Unidade didáctica	UD 11	UD 12	UD 13	UD 14	UD 15	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	12	4	12	10	2	100
Proba escrita	0	0	0	0	30	8
Táboa de indicadores	100	100	100	100	70	92

Criterios de cualificación:

A cualificación do alumno realizarase mediante unha síntese entre o seu traballo diario e os resultados obtidos nas probas de control e seguimento que se realicen o longo do curso. Valorarase o traballo na clase. Para levar isto a cabo utilizaranse os seguintes procedementos ou instrumentos de cualificación:

- O 30% da cualificación (nota global) integra os seguintes aspectos:

Asistencia regular e equipamento axeitado os contidos impartidos (p.e. roupa e calzado deportivo, etc.).

Participación de maneira activa na clase e, no seu caso, na Aula Virtual ;, realizando adecuadamente os exercicios ou actividades que propón o profesor.

Respeto, tolerancia e actitudes coeducativas e cívicas durante o desenvolvemento de todos os contidos, así como actitude crítica ante certos comportamentos sociais vinculados á materia.

Mostra de habilidades sociais e diálogo.

Estos aspectos asóciense aos criterios de avaliación do Decreto CA1.3, CA4.1, CA4.2, CA4.3 ,CA3.1

- O 50% da cualificación (nota global) integra os seguintes aspectos:

Proba obxectiva de tipo práctico sobre os contidos desenvolvidos. Poderase facer con medios audiovisuais.

Autorregulación nas clases da práctica física, a alimentación , educación e hixiene postural, relaxación.

Seguimento do control e dominio corporal, así como resolución de problemas/adaptación nas situacións motrices e de xogo plantexadas, así como na participación en actividades en entornos naturais.

Mostra e aplicación de coñecementos sobre seguridade nas tarefas, protocolos de primeiros auxilios e/ou prevención de lesións de maneira práctica nas sesións pertinentes.

Capacidade para autoavaliar ou coavaliar o desempeño motriz dos compañeiros.

Participar na xestión e organización de actividades colectivas

Creacion e montaxe de composición onde deben amosarse capacidades artístico-expresivas.

Estos aspectos asóciense aos criterios de avaliación do Decreto CA1.1 , CA1.2, CA3.4,CA2.1,CA6.1,CA2.4,CA3.2, CA2.3, CA3.3,CA6.2, CA6.3, CA5.1, CA3.5

- O 20% da cualificación (nota global) integra os seguintes aspectos:

Proba obxectiva de tipo teórico sobre os contidos desenvolvidos.

Entrega, no seu caso, de tarefas vinculadas a contidos máis conceptuais das Unidades.

Manexo das TICS en relación coa materia e uso axeitado e seguro da información que aportan.

Estos aspectos asóciense aos criterios de avaliación do DecretoCA1.4,CA2.2,CA1.2; así como con outros contidos que inclúen de maneira implícita aspectos máis teóricos da materia: capacidades físicas e adestramento, verbalización de protocolos, normas dos deportes, etc.

A convocatoria final de Xuño cualificarase mediante unha proba obxectiva xeral dos contidos desenvolvidos de tipo práctico ou teórico, ou ben de tipo mixto (práctico-teórico). Dita proba obxectiva poderá ser substituída por un traballo, sempre que houbese acordo entre o alumno e o profesor que lle imparte a asignatura.

Cada avaliación ponderará un terzo na nota da avaliación ordinaria de xuño.

Crterios de recuperación:

Con respecto á recuperación, tratase de deseñar as medidas correctoras e vías alternativas necesarias ante os fallos no proceso de ensinanza- aprendizaxe. Non consiste en repetir as mesmas actividades senón que supón unha adaptación curricular concreta, utilización de actividades de reforzo, ampliación, apoio, reprogramación, actividades substitutorias e sobre todo plans individuais de actuación.

Deseñaranse actividades específicas de recuperación, se é o caso e unha proba para aqueles alumnos/as que perderon o dereito a avaliación continuada, consistente en contidos desenvolvidos durante o curso.

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

No Departamento non hai alumnos pendentes neste curso.

6. Medidas de atención á diversidade

Medidas de atención a diversidade. REFORZO INDIVIDUALIZADO.

Procedemento:

Elaboración de axustes curriculares individualizados para o alumnado que o precise e que se escollerá a partir dos :

a. Informes individualizados do curso anterior.

b. Resultados da avaliación inicial

A Educación Física constitúese en si nunha gran área de adaptación ao permitir os programas especiais a participación dos nenos e mozos en actividades físicas adecuadas ás súas posibilidades, facilitando que os alumnos inténgrense no mesmo mundo dos demais.

A nosa proposta de actuación para co Alumnado con Necesidades Educativas Especiais (ACNEE) é a seguinte:

Está estruturada en torno a catro grandes aspectos:

A) A organización dos tempos da sesión (individuais e grupais):

1. Tempos de experimentación e traballo individual auto-regulados

2. Tempos de traballo por parellas ou en pequenos grupos.

B) Os contidos traballados. Suscitamos dúas posibilidades:

1. Seguir o mesmo programa e adaptar actividades ao noso ACNEE

2. Adaptar o programa cara aos contidos en que este alumnado poida integrarse e participar.

C) A metodoloxía

1. Escalas progresivas de adaptación curricular.

2. Implicación do alumnado na procura de adaptacións e modificacións

3. Utilización de propostas abertas e/ou baixo nivel de estruturación

4. Actividades cooperativas

D) A avaliación. Seguirá o protocolo de seguimento para o ACNEE e o tratamento da diversidade en Educación Física:

1 - Estudo previo

2 - Plan de acción (intervención)

3 - Evolución e avaliación do proceso

O profesor de Educación Física ha de saber que as adaptacións non afectarán única e exclusivamente ao alumnado ACNEE, si non que no que respecta á atención á diversidade de todo o grupo-clase, todos e cada un dos nosos alumnos son diferentes, e que as nosas sesións de EF deberían atender a devandita diferenza.

Exención do exercicio físico:

Os alumnos que por algunha razón non poidan realizar exercicio físico; deberán acreditarlo mediante un certificado médico oficial no que conste si a exención é parcial ou é total para todo tipo de exercicio, si é para todo o curso ou só temporal. Si a imposibilidade para realizar exercicio é temporal, indicárase o tempo que dure esta incapacidade. Si a contraindicación do exercicio físico é parcial indicárase o tipo ou tipos de exercicios que están contraindicados.

A exención do exercicio físico non exime da obrigaón de realizar as probas teóricas nin da obrigaón de asistir a clase, atender ás explicacións do profesor e tomar nota do traballo que se realiza en cada sesión.

Si a incapacidade ou a merma da mobilidade impide o desprazamento do alumno ao ximnasio, este permanecerá na biblioteca, ou outro lugar que se estableza, realizando a tarefa que lle asigne o profesor de Educación Física.

Coidarase que todo o alumnado teña acceso ao proceso de ensinanza e aprendizaxe en calquera dos escenarios presentes e asegurárase a súa participación e implicación no desenvolvemento das accións educativas.

Atenderase aos diferentes modos que ten o alumnado de percibir e expresar a información para garantir a comprensión e a comunicación da mesma así como o axuste, de medios, tempos, instrumentos ou procedementos de avaliación, as súas circunstancias.

Prestarase especial atención ao alumnado con necesidades específicas de apoio educativo e ao alumnado que tivese dificultades derivadas da fenda dixital, sen prexuízo do desenvolvemento doutras medidas de atención a diversidade que se poidan establecer.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - comprensión de lectura	X	X	X			X	X	
ET.2 - expresión oral e escrita				X			X	
ET.3 - comunicación audiovisual		X			X			
ET.4 - competencia dixital	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - emprendemento e creatividade	X	X	X		X			X
ET.6 - espírito crítico e científico	X		X				X	
ET.7 - educación emocional e en valores	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - a igualdade de xénero	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - educación para a saúde, incluída a afectivo-sexual	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.10 - educación para a sustentabilidade e o consumo responsable			X					

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.11 - prevención e resolución pacífica de conflitos, rexeitamento de calquera tipo de violencia ou discriminación	X			X	X			X

	UD 9	UD 10	UD 11	UD 12	UD 13	UD 14	UD 15
ET.1 - comprensión de lectura	X				X	X	
ET.2 - expresión oral e escrita	X	X	X		X		
ET.3 - comunicación audiovisual					X	X	
ET.4 - competencia dixital		X	X	X	X	X	X
ET.5 - emprendemento e creatividade	X		X		X	X	
ET.6 - espírito crítico e científico							
ET.7 - educación emocional e en valores	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - a igualdade de xénero	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - educación para a saúde, incluída a afectivo-sexual	X	X	X	X	X	X	X
ET.10 - educación para a sustentabilidade e o consumo responsable				X			X
ET.11 - prevención e resolución pacífica de conflitos, rexeitamento de calquera tipo de violencia ou discriminación			X			X	

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición
ACTIVIDADES DEPORTIVAS	Xogos populares nas seguintes celebracións : Magosto, Nadal, Entroido, Letras Galegas e Fin de Curso. Patinaxe sobre xeo. Saídas en bicicleta.
visitas de clubs deportivos	O longo do curso recibiremos visitas de clubs (sempre que as normas de seguridade o permitan) de distintas disciplinas, os cales impartirán sesións teórico prácticas.

Actividade	Descrición
MARCHAS DE SENDEIRISMO	Para alumnos da ESO e 1º de bacharelato. - Obxectivos : Realizar actividades físico-deportivas no medio natural que teñan baixo impacto ambiental, contribuíndo á súa conservación. Seguir as indicacións esinais de rastrexo propias do sendeirismo nun percorrido polo centro ou as inmediacións, resolvendo problemas do itinerario. Realizar de forma autónoma un percorrido cumprindo normas de seguridade e resolvendo problemas, á vez que amosa unha actitude de respecto cara á conservación do contorno. Planificar unha saída ao medio natural e resolver cooperativamente problemas que se presentan nel. Buscar información en diferentes medios e fontes sobre as saídas que se van realizar ao medio. Calendario e duración.- Estas marchas terán unha duración dun día ou dunha mañá e realizánsense no 1º ou no 3º trimestre, - Á hora de avaliar esta actividade teranse en conta os obxectivos alcanzados, entre eles: respecto polo medio natural e etnolóxico, compañeirismo, capacidade de sacrificio, etc.
SAÍDAS AO PARQUE PRÓXIMO	Actividades complementarias no parque próximo para realizar xogos no medio natural ou ben actividades de deporte orientación. Obxectivos.- Completar unha actividade de orientación, preferentemente no medio natural, coa axuda dun mapa, resolvendo pequenos problemas suscitados non devandito itinerario, coñecendo e aplicando as normas de seguridade propias das actividades na natureza e amosando unha actitude de respecto cara ao medio. Recompilar actividades, xogos, estiramientos e exercicios de mobilidade articular apropiados para ou quecemento e realizados na clase. . Buscar avaliar ou coñecemento e a valoración dúas xogos e deportes tradicionais practicados, así como as capacidades coordinativas nas habilidades específicas requiridas. Tamén valorarase a realización por parte do alumnado dunha autoavaliación axustada ao seu nivel de execución. duración da actividade será a dunha clase normal, podendo nalgunha ocasión prolongala de acordo co profesor da hora seguinte.
ARTICIPACIÓN EN DEMOSTRACIÓNS, COLOQUIOS E CONFERENCIAS	Como actividade complementaria poderase asistir a demostracións, coloquios ou conferencias que entidades públicas ou privadas alleas ao centro promovan no mesmo.
ACTIVIDADES INTERDISCIPLINARES.	En coordinación cos outros departamentos.
ACTIVIDADES VARIAS	Participación en actividades varias , atendendo as ofertas que xurdan, con comunicación previa a vicedirección do centro.

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

Indicadores de logro
Os profesores temos unha distribución coherente de contidos na programación

Consulta a programación ao longo do curso escolar.
Analizo e marco dentro da programación as competencias básicas e fundamentais da asignatura.
As ferramentas de avaliación que utilizo para medir as competencias na programación son claras.
Á hora de realizar a programación teño en conta as posibilidades que me dá a contorna.
Dou a coñecer a programación aos alumnos/as: obxectivos, contidos, criterios de avaliación, etc.
Introduzo na programación desenvolvida durante o curso escolar temas ou proxectos propostos polos alumnos.
Fago as programacións pensando traballar as competencias.
¿Teño en conta algún libro de texto á hora de facer a programación?
¿Coincide a programación co que logo fago en clase?
Comparo a asignatura con outras do mesmo nivel para enriquecela e reforzala.
No caso de que veña un profesor substituto, este atopará suficiente información sobre a programación e a dinámica da asignatura
Segundo as características de cada alumno e alumna, esixo diferentes resultados.
Por norma, dou explicacións xerais.
Ofrezco a cada alumno de forma individual a explicación que precisa.
Teño en conta a diversidade á hora de facer a programación
Tanto nas actividades como nos exames, realizamos uns exercicios máis sinxelos ou máis complicados que outros
Utilizo diferentes ferramentas de avaliación.
¿Temos en conta a diversidade á hora de organizar a clase, dividir aos alumnos/as en grupos, etc.?
¿Os temas tratados teñen interese para os alumnos?
¿ Que fago para coñecer as características da clase?
¿Onde debemos atender aos alumnos/as que non chegan ao nivel?

Descrición:

Os indicadores de logro son unha serie de preguntas que nos serven para reflexionar sobre a nosa actuación cos alumnos, e sobre todos os aspectos que se recolleron na programación:

- ¿ Sobre os materiais que se utilizaron: permiten a manipulación, son accesibles aos alumnos, atractivos, suficientes...
- ¿ Si a planificación foi adecuada: número e duración das actividades, nivel de dificultade, interese para os alumnos, significatividade para o proceso de aprendizaxe, baseadas nos intereses dos alumnos, con obxectivos ben definidos, propostas de aprendizaxe colaborador...
- ¿ Sóbose motivar aos alumnos, espertar a súa curiosidade, crear o conflito cognitivo, colocalos na súa zona de desenvolvemento próximo e ofrecerlles a axuda adecuada para facelos progresar no desenvolvemento dos seus esquemas cognitivos, si todos participan activamente, conseguiron o seu nivel máximo de desenvolvemento...
- ¿ Se ha ter en conta a participación das familias, as medidas de atención á diversidade necesarias, que uso deuse ás TIC, poderíanse haber enfocado as unidades de programación doutro xeito, incluíronse os temas transversais nas sesións, desenvolvéronse actividades de carácter interdisciplinario...

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

Ademais da preceptiva avaliación, por parte dos profesores, dos procesos de ensino e da práctica docente en relación coa adecuación ao alumnado, co logro dos obxectivos da etapa e co desenvolvemento das competencias básicas, nas sesións de avaliación;

estes avaliarán de forma continua a programación nas reunións de departamento, analizando, entre outros, os seguintes aspectos: .

- a) A adecuación dos obxectivos, contidos e criterios de avaliación ás características e necesidades do alumnado, así como aos materiais e medios dispoñibles. .
- b) As aprendizaxes obtidas polo alumnado. .
- c) As medidas de atención á diversidade aplicadas. .
- d) O desenvolvemento da programación didáctica, á organización do espazo de educación física, o aproveitamento dos recursos do centro e os que a sociedade pon á súa disposición e os procedementos de avaliación do alumnado.
- e) A coordinación entre as profesoras e profesores de cada curso, así como entre o profesorado do 1º curso da ESO co equipo de mestres mestres da etapa anterior, coa finalidade de garantir a eficacia necesaria no tránsito dunha etapa á outra.

Os resultados destas avaliacións serán analizados na comisión de coordinación pedagóxica, na que se tomarán as decisións que fosen consideradas pertinentes.

Cómpre salientar que o Departamento de EF se reúne e inclúe mensualmente na acta as observacións das distintas unidades que se están desenvolvendo, facendo balance e propostas de mellora en cada trimestre.

Tamén, unha vez finalizado o curso faise unha análise dos resultados, que se recolle na memoria final de curso, e a partir de éstos realizaránse, se fose necesario, procesos de mellora a curto e a medio prazo de cara a súa aplicación en futuras avaliacións ou Programacións.

Se valoran e rexistran por escrito indicadores relativos ao deseño e adecuación temporal das UD, ao grado de consecución de

los criterios de avaliación, dificultades relacionadas cos recursos dispoñibles, contidos programados que non foran impartidos, meteoroloxía. Por exemplo, no caso de actividades planificadas na contorna natural ou en contidos con máis dificultade a nivel emocional, social ou psicomotriz.

Buscamos ademais verificar unha correcta atención á diversidade e acadar os mellores resultados para o noso alumnado, reaxustando os aspectos necesarios.

PLAN DE REFORZO :

Os seis bloques da nosa programación presentan un carácter circular en tódolos cursos, obviamente con distintos niveis de profundidade e están perfectamente integrados nos estándares e competencias que se traballarán o longo do curso.

Temporalización:

O reforzo aplicarase cando corresponda traballar esos criterios e competencias.

Metodoloxía:

Fomentarse o traballo creativo e colaborador do alumnado mediante a presentación de proxectos individuais e cooperativos, na aula e a través de plataformas en liña.

Medidas metodolóxicas e organizativas que favorezan o pleno desenvolvemento de todo o alumnado. Entre estas medidas estarán a proposta de tarefas globalizadas que requiran da posta en práctica de todas as competencias do alumnado, a aprendizaxe cooperativa, o uso das TIC como recurso didáctico, actividades que favorezan a auto aprendizaxe, o pensamento crítico e creativo, a investigación mediante proxectos de traballo, entre outras.

9. Outros apartados