



PRESENTACIÓN MATERIA

MATERIA	Educación Física	CURSO	1º ESO
CURSO ACADÉMICO	2020-2021	PROFESOR	J Antonio Cortinas Rodriguez

APRENDIZAXES IMPRESCINDIBLES NON ADQUIRIDAS DO CURSO 2019-2020.

Impartíronse tódolos aprendizaxes previstos no curso.

CONTIDOS E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE ASOCIADOS. BLOQUE 1

Descrición do contido	Estándares de aprendizaxe
B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.	1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando ós demais e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.
B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física.	1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que van a realizar, segundo as orientacións dadas.
B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.	3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ós marxes de mellora da condición física.
B3.6. Principios de ergonomía e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas e na vida cotiá..	3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.
B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde. B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable.	3.1.3. Identifica de modo básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e levalas á práctica.



CONTIDOS E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE ASOCIADOS. BLOQUE 2

Descrición do contido	Estándares de aprendizaxe
B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.	1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal e indumentaria durante tódalas sesións.
B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	1.2.3. Respecta ás demais persoas dentro da labor do equipo, con independencia do seu nivel de destreza.
B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.	1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando ós demais e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.
B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física.	1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.
B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.	1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que podan supoñer un elemento de risco relevante para si mesmo/a o para as demais persoas.
B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión.	1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian a realizar, seguindo as orientacións dadas.

CONTIDOS E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE ASOCIADOS. BLOQUE 3

Descrición do contido	Estándares de aprendizaxe
B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.	1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.
B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	1.2.3. Respecta ás demais persoas dentro da labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.
B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.	4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.

B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.	4.1.3. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ó seu nivel de partida, demostrando actitudes de esforzo e superación, axeitado á súa idade.
B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.	3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ós marxes de mellora da condición física.
B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.	4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.

CONTIDOS E ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE ASOCIADOS. BLOQUE 4

Descrición do contido	Estándares de aprendizaxe
B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.	1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.
B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	1.2.3. Respecta ás demais persoas dentro da labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.
B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.	3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ós marxes de mellora da condición física.
B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos.	4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regramento.
B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos.	4.2.2. Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.
B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos. B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.	4.2.3. Discrimina os estímulos que deben ter en conta na toma de decisión nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.



CRITERIOS, ESTRATEXIAS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Criterios de avaliación:

- B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de aseo persoal necesarias para esta.
- B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.
- B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.
- B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.
- B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes adecuados á súa idade.
- B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.
- B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación e da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.
- B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.
- B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.
- B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.

Porcentaxes de cualificación 1º ESO

Contidos conceptuais 5%

Contidos procedimentais 40%

Contidos actitudinais 55%

O resultado debe ser 5 ou máis para aprobar.

Os instrumentos de avaliación serán exames prácticos e fichas teóricas.

PROMOCIÓN

Procedementos para a avaliación extraordinaria: características da proba escrita:

- Proba teórica dos contidos vistos ó longo do curso, mediante apuntes concretos ou explicacións do docente. Esta parte ten un valor de 40% da nota. A proba constará de 10 preguntas que terán un valor de 1 punto cada unha.
- Probas ou test prácticos: test das diferentes habilidades ou destreza, así como acondicionamento físico, traballadas ó longo do curso. Esta parte terá unha valoración do 60% de la nota.

Traballo escrito: se pode solicitar a elaboración dun traballo, a entregar na data da proba extraordinaria, que pode sustituir a unha ou ás dúas probas anteriores, que terá una validez entre o 50%-100% do valor da nota de dita proba.

METODOLOXÍA

Débense contemplar os tres escenarios posibles.

Presencial

Os principios metodolóxicos xerais constitúen a fonte pedagóxica da programación. A idea fundamental que sustenta estes principios é que o alumno é o principal artífice do seu propio aprendizaxe e que o profesor convértese en mediador ou guía neste proceso, permitindo establecer relacións entre os coñecementos e experiencias previas e os novos contidos. Non existe unha metodoloxía única e válida para tódalas situacións, polo tanto, nós utilizaremos aquela que nos axude a alcanzar a progresiva autonomía e educación integral do alumno como obxectivo de final de etapa. Para isto, nos baseamos nos principios que establece o currículo, destacando que o alumno realice aprendizaxes significativos por si, é dicir, que aprenda a aprender. Como técnica de ensinanza empregaremos: a instrución directa naquelas unidades nas que o aprendizaxe precise dun rendemento mecánico como factor vital para que o obxectivo proposto se poida alcanzar de forma eficaz, e a técnica mediante a busca nas unidades didácticas que nos interese que o alumno desenvolva os procesos dedutivos e de enriquecemento. En canto ao estilo de ensinanza empregaremos aquel máis axeitado a cada situación desde os máis directivos como o mando directo modificado, ata os máis produtivos e creativos como o descubrimento guiado. Como estratexia na práctica utilizaremos tarefas globais sempre que sexa posible e acudiremos ás analíticas cando sexa necesario en función da natureza do traballo a realizar. Proporase traballar por proxectos e dependendo da resposta do alumnado variarase ou non ese método.

Semipresencial

No centro adoptáronse as medidas para optar polo ensino presencial. O suposto que se contempla é que parte do alumnado non poda asistir a clases por estar confinado. O procedemento a seguir con este alumnado é o mesmo que no suposto de clases non presenciais.

Non presencial

Co alumnado que non poda asistir ao centro por estar confinado o ensino será non presencial. O procedemento será o seguinte. O profesor indicará na aula virtual e/ou google classroom ou por correo electrónico as actividades a realizar, explicacións de contidos, correccións de exercicios,....

Tamén será a canle de contacto para resolver dúbidas e planificar videoconferencias (Zoom ou Webex).

No caso de alumnado que non dispoña de medios telemáticos a información se lle comunicará por correo postal.

Modelo acorde ao artigo 21 do capítulo IV relativo a avaliacións, promoción e titulación DECRETO 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia.