



IES VIÓS

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPARTAMENTO: EDUCACIÓN FÍSICA

Roberto Selín García Menéndez
Xefe do departamento

CURSOS: 1º-2º-3º-4º ESO

ANO ACADÉMICO: 2021/2022

ÍNDICE

1. CONTEXTO (CENTRO, ALUMNADO E OBXECTIVOS XERAIS DA ENSINANA EN SECUNDARIA).....	4
2. ASPECTOS CURRICULARES.....	7
2.1. Cadro de obxectivos, contidos, criterios de avaliación, estándares de aprendizaxe, competencias clave	7
2.2. Obxectivos xerais da Educación Física.....	14
2.3.-ADAPTACIÓN DE LOS OBJETIVOS Y CONTENIDOS A LA SITUACIÓN DE COVID 19.....	15
2.4. Obxectivos mínimos esixibles por cursos da materia de Educación Física	16
2.4. Contidos, secuenciación e temporalización	20
2.5. Contribución no desenvolvemento das competencias clave	22
3.-METODOLOXÍA XERAL	24
4.-MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS.....	26
5.AVALIACIÓN, METODOLOXÍA E MATERIAIS CURRICULARES	28
5.1.Aspectos Xenéricos.....	28
5.2.Actividades de ensinanza e aprendizaxe.....	31
5.3.Estratexias metodolóxicas.....	32
5.4.Materiais curriculares.....	34
5.5. AVALIACIÓN. Procedementos e instrumentos da avaliación.....	35
.Aspectos xerais	35
.Promoción y titulación.....	36
.Avaliación específica da materia.....	37
5.6. MATERIA PENDENTE. Programa de reforzo.....	40
6. ESTÁNDARES XENÉRICOS DA AVALIACIÓN DO PROCESO DE ENSINO E DA PRÁCTICA DOCENTE.....	42
7. ATENCIÓN Á DIVERSIDADE	47
8.-ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES	49
9. DATOS DO DEPARTAMENTO.....	50

1. CONTEXTO

Centro:

Situación

A programación que presento lévase a cabo no IES DE VIÓS, no concello de Abegondo, situado no noreste da provincia de A Coruña. O centro sitúase nun enclave rural do entorno próximo A Coruña . O concello ten unha superficie de 83 quilómetros cadrados, unha poboación entorno a 5.000 habitantes e conta con 19 parroquias .

Centros secundaria próximos e centros adscritos.

En Betanzos o IES As mariñas e o Francisco Aguiar. No propio concello o CEIP San Marcos

Ensinanzas que oferta o centro

- Educación Secundaria

Características singulares

- É o único centro de secundaria dentro dun municipio coa poboación moi dispersa e sen núcleos urbanos definidos. Ten en Betanzos, moi próximo ao centro dos institutos máis de secundaria
- O número total de alumnado é de 150 alumnos, e está situado nun enclave absolutamente rural.



Alumnado:

Alumnado con NEE no curso actual

- Este ano, contamos con 3 alumnos de ACI y con dificultades de aprendizaxe que necesita unha Adaptación Curricular Individualizada ou reforzos educativos impartido pola especialista de pedagogía terapéutica e audición e linguaxe en varias materias. En principio hasta la preevaluación del 26 de outubro valoraré si es necesario en mi materia realizar un ACI.

Outras características:

- O alumnado unha vez rematada a ESO neste centro segue os seus estudos de Bacharelato nos IES de Betanzos nomeados con anterioridade así como de formación profesional tanto básica como media ou superior así como os existentes nos núcleos de Culleredo e A Coruña.
- Dada a característica de dispersión da poboación, isto obriga ao alumnado a realizar longos desprazamentos en autobús, chegando a trinta minutos.
- O alumnado polas características da poboación ten un acceso máis limitado ás tecnoloxías de información e comunicación, polo que o centro ten que proporcionarlles medios e estratexias para solventar esta situación, abrindo a aula de informática, a biblioteca etc...nos tempos de lecer.

OBXECTIVOS XERAIS PARA SECUNDARIA

a	Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto ás demais persoas, practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e os grupos, exercitarse no diálogo, afianzando os dereitos humanos e a igualdade de trato e de oportunidades entre mulleres e homes, como valores comúns dunha sociedade plural, e prepararse para o exercicio da cidadanía democrática.
b	Desenvolver e consolidar hábitos de disciplina, estudo e traballo individual e en equipo, como condición necesaria para unha realización eficaz das tarefas da aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal, sendo necesaria a implicación activa das familias para logralo.
c	Valorar e respectar a diferenza de sexos e a igualdade de dereitos e oportunidades entre eles. Rexeitar a discriminación das persoas por razón de sexo ou por calquera outra condición ou circunstancia persoal ou social. Rexeitar os estereotipos que supoñan discriminación entre homes e mulleres, así como calquera manifestación de violencia contra a muller.
d	Fortalecer as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e propiciar a manifestación espontánea dos sentimentos propios nas súas relacións coas demais persoas, así como rexeitar a violencia, o acoso escolar, os prexuízos de calquera tipo e os comportamentos sexistas, e resolver pacificamente os conflitos.
e	Desenvolver destrezas básicas na utilización das fontes de información, para adquirir novos coñecementos con sentido crítico. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente as da información e a comunicación, tendo en conta que nas casas non sempre atopan nin os medios nin a preparación suficiente das familias para axudalos.
f	Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en materias, así como coñecer e aplicar os métodos para identificar os problemas en diversos campos do coñecemento e da experiencia.

g	Desenvolver o espírito emprendedor e a confianza en si mesmo, a participación, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades. Capacidades moi difíciles de adquirir dada a idade na que se atopa o alumnado desta etapa.
h	Comprender e expresar con corrección, oralmente e por escrito, na lingua galega e na lingua castelá, textos e mensaxes complexas, e iniciarse no coñecemento, na lectura e no estudo da literatura, aproveitando o papel fundamental da biblioteca que proporciona material en ambas linguas para as seccións de aula.
i	Comprender e expresarse nunha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada e loitar contra o rechazo e a vergoña de expresarse nestas linguas.
l	Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e da historia propias e das outras persoas, así como o patrimonio artístico e cultural. Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes á cultura e á sociedade galega, ou a outras culturas do mundo.
m	Coñecer e aceptar o funcionamento do propio corpo e o das outras persoas respectar as diferenzas, afianzar os hábitos de coidado e saúde corporais, e incorporar a educación física e a práctica do deporte para favorecer o desenvolvemento persoal e social. Coñecer e valorar a dimensión humana da sexualidade en toda a súa diversidade. Valorar criticamente os hábitos sociais relacionados coa saúde, o consumo, o coidado dos seres vivos e o medio ambiente, contribuíndo á súa conservación e á súa mellora.
n	Apreciar a creación artística e comprender a linguaxe das manifestacións artísticas, sobre todo na arte contemporánea que descoñecen e lles custa respectar, utilizando diversos medios de expresión e representación.
ñ	Coñecer e valorar os aspectos básicos do patrimonio lingüístico, cultural, histórico e artístico de Galicia, participar na súa conservación e na súa mellora, e respectar a diversidade lingüística e cultural como dereito dos pobos e das persoas, desenvolvendo actitudes de interese e respecto cara ao exercicio deste dereito.
o	Coñecer e valorar a importancia do uso da lingua galega como elemento fundamental para o mantemento da identidade de Galicia, e como medio de relación interpersoal e expresión de riqueza cultural nun contexto plurilingüe, que permite a comunicación con outras linguas, en especial coas pertencentes á comunidade lusófona.

2. ASPECTOS CURRICULARES

2.1-Cadro de obxectivos,contidos,criterios de avaliación,estándares de aprendizaxe e competencias clave

Educación Física. 1º e 2º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
b m g	<p>B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física.</p> <p>B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión.</p> <p>B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.</p>	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.	EFB1.1.1. Recoñece de xeito básico a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	CSC CMCCT
			EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.	CSC CAA
			EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.	CSC
m n a b c d l g	<p>B1.4. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.</p> <p>B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.</p> <p>B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.</p>	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.	EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	CSC
			EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	CSC
			EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.	CSC
m a c d g l ñ	<p>B1.7. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.</p> <p>B1.8. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</p> <p>B1.9. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</p> <p>B1.10. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</p>	B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.	EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC
			EFB1.3.2. Respecta o seu controno e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC
			EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	CSC
m n	B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e	B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades	EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-	CSC CSIEE

Educación Física. 1º e 2º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
g	artístico-expresivas B1.12. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.	físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas.	
			EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno.	CSIEE
h i g e b m ñ o	B1.14. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde	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.	EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios adecuados á súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	CD CCL
			EFB1.5.2. Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	CD CCL
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas				
n m b g l d ñ	B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas básicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. B2.2. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.	B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.	EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade.	CCEC
			EFB2.1.2. Pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo.	CCEC
			EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.	CCEC
Bloque 3. Actividade física e saúde				
m f b g	B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde. B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable. B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.	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.	EFB3.1.1. Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable.	CMCCT
			EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.	CMCCT CAA
			EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.	CMCCT
m	B3.4. Métodos básicos para o desenvolvemento das	B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables	EFB3.2.1. Iniciase na participación activa das actividades para a	CAA

Educación Física. 1º e 2º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
g f b	<p>capacidades físicas desde un enfoque saudable.</p> <p>B3.5. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta.</p> <p>B3.6. Principios de ergonómia e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas e na vida cotiá..</p>	<p>desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</p>	<p>mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</p>	
			<p>EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</p>	CAA
			<p>EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	CMCCT CSIEE
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				
a b g m	<p>B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</p> <p>B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.</p>	<p>B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.</p>	<p>EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respectando as regras e as normas establecidas.</p>	CAA CSIEE
			<p>EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.</p>	CAA CSIEE
			<p>EFB4.1.3. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.</p>	CAA CSIEE
			<p>EFB4.1.4. Explica e pon en práctica técnicas básicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación.</p>	CAA CSIEE
a b d g m	<p>B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</p>	<p>B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.</p>	<p>EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas, respectando o regulamento.</p>	CAA CSIEE
			<p>EFB4.2.2. Pon en práctica aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</p>	CAA CSIEE
			<p>EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións</p>	CAA CSIEE

Educación Física. 1º e 2º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
			facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	

Educación Física. 3º e 4º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física				
b m g	B1.1. Control da intensidade do esforzo adaptado a cada fase da sesión de actividade física. B1.2. Deseño e execución de forma autónoma de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión, tendo en conta o seu nivel de partida.	B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	EFB1.1.1. Relaciona a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	CSC CMCCT
			EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais de sesión de acordo co contido que se vaia realizar, de forma autónoma e habitual.	CSC
			EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades.	CSC
m n a b c d l g	B1.3. Respeto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural. B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.	B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando a eliminación de obstáculos á participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.	EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	CSC
			EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	CSC
			EFB1.2.3. Respeto as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	CSC
m a c d g l ñ	B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas. B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable. B1.9. Estereotipos corporais na	B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC
			EFB1.3.2. Respeto o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC
			EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida	CSC

Educación Física. 3º e 4º ESO				
Obxectivos	Contidos	Cráterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	sociedade actual e a súa relación coa saúde.		relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	
m n g	B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas. B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios. B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.	B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	CSIEE CSC
			EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	CSIEE
			EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	CSIEE
h i g e b m ñ o	B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde. B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.	B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.	EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	CD CCL
			EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	CD CCL
Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas				
n m b g l d ñ	B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade. B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual e colectivo. B2.3. Realización de bailes e danzas de carácter recreativo e popular.	B2.1. Interpretar e producir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal e outros recursos.	EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	CCEC
			EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.	CCEC
			EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	CCEC
			EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación	CCEC

Educación Física. 3º e 4º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
			espontánea en parellas ou grupos.	
Bloque 3. Actividade física e saúde				
m f b g	<p>B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo.</p> <p>B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación.</p> <p>B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</p> <p>B3.4. Adestramento: intensidade, volume e densidade do esforzo, e a súa relación cos sistemas metabólicos de obtención de enerxía.</p> <p>B3.5. Control da frecuencia cardíaca cara á mellora dos factores da condición física.</p> <p>B3.6. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde.</p> <p>B3.7. Elaboración e posta en práctica dun programa básico para a mellora da condición física saudable.</p>	B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	CMCCT
			EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.	CMCCT
			EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.	CMCCT
			EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	CMCCT
			EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	CMCCT
			EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	CMCCT CSC
m g f b	<p>B3.8. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</p> <p>B3.9. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</p> <p>B3.10. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas.</p> <p>B3.11. Técnicas básicas de respiración e relaxación.</p> <p>B3.12. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.</p>	B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.	EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	CAA
			EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	CAA
			EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	CAA CSIEE
			EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia	CAA

Educación Física. 3º e 4º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
			condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	
Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas				
a b g m	<p>B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</p> <p>B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes ámbitos.</p>	B4.1. Resolver situacións motoras individuais aplicando os fundamentos técnicos e habilidades específicas, das actividades físico-deportivas propostas, en condicións reais ou adaptadas.	EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas.	CAA CSIEE
			EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	CAA CSIEE
			EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	CAA CSIEE
			EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexigencia e superación.	CAA CSIEE
			EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión en contornos non estables e técnicas básicas de orientación, adaptándose ás variacións que se producen, e regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	CAA CSIEE
a b d g m	<p>B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.</p> <p>B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</p>	B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.	EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición propostas.	CAA CSIEE
			EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.	CAA CSIEE
			EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	CAA CSIEE
			EFB4.2.4. Reflexiona sobre as	CAA

Educación Física. 3º e 4º ESO				
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
			situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	CSIEE

2.2.-OBXECTIVOS XERAIS DA ASIGNATURA.

Obxectivos xerais do ensino da E.F. nesta etapa terá como finalidade o desenvolvemento das seguintes capacidades:

- 1.-Coñecer os rasgos que definen unha actividade física saudable e os efectos beneficiosos que ten para a saúde individual e colectiva.
- 2.-Valorar a práctica habitual e sistemática de actividades físicas como medio para mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.
- 3.-Realizar tarefas dirixidas ao incremento das posibilidades de rendimento motor, á mellora da condición física para a saúde e o perfeccionamento das funcións de axuste, dominio e control corporal, adoptando unha actitude de autoexigencia na súa execución.
- 4.-Coñecer e consolidar hábitos saudables, técnicas básicas de respiración e relaxación como medio para reducir desequilibrios e aliviar tensións producidas na vida cotiá e na práctica físico-deportiva.
- 5.-Planificar actividades que permitan satisfacer as necesidades en relación ás capacidades físicas e habilidades específicas a partir da valoración inicial.
- 6.-Realizar actividades físico-deportivas no medio natural que teñan baixo impacto ambiental, contribuíndo a súa conservación.
- 7.-Coñecer e realizar actividades deportivas e recreativas individuais, colectivas e de adversario, aplicando os fundamentos reglamentarios técnicos e tácticos en situacións de xogo, e progresiva autonomía na súa execución.
- 8.-Mostrar habilidades e actitudes sociais de respecto, traballo en equipo e deportividade na participación en actividades, xogos e deportes, independentemente das diferencias culturais, sociais e de habilidade.
- 9.-Practicar e deseñar actividades expresivas con ou sen base musical, utilizando o corpo como medio de comunicación e expresión creativa.
- 10.-Adoptar unha actitude crítica ante o tratamento de corpo, a actividade física e o deporte no contexto social.

2.3.-ADAPTACIÓN DE LOS OBJETIVOS Y CONTENIDOS A LA SITUACIÓN DE COVID 19.

Dende o inicio deste curso, a normativa que regula todos os aspectos a ter en conta no Covid 19 está en constante evolución. Todas estas cuestións teñen, na área de Educación Física, unha enorme importancia, quizais máis que en calquera outra área, xa que falamos de se os estudantes poden tocarse ou non, agruparse, cantos poden estar xuntos, como usar o material, que tipo , como, cando non, etc.

Os contidos desta materia son moi amplos e moi diferentes. Cada un deles ten as súas propias características e un xeito de implementalo diferente entre si. Neste contexto de cambios constantes é imposible para min propoñer dende o comezo do curso unha medida axustada de cada un dos contidos e o grado de profundización que poida lograrse en cada un deles.

Fixen unha previsión de obxectivos e contidos, así como unha secuenciación que moi probablemente poida ser afectada, matizada ou mediatizada en función dos cambios nas regras que se deben aplicar e que, dependendo de como evolucione a pandemia, nos afecten na materia de educación física.

A previsión é a que se indica a continuación dos obxectivos de cada curso asociados aos contidos reflectidos e secuenciados.

É unha previsión que probablemente debe adaptarse ás circunstancias.

2.4.-OBXECTIVOS MÍNIMOS ESIXIBLES POR CURSOS DA ASIGNATURA.

(Condicionado polos aspectos reflectidos na avaliación xeral do centro e de maneira concreta na avaliación da materia DE EDUCACIÓN FÍSICA)

→ Obxectivos 1º ESO:

1. Participar de maneira activa nas sesións da materia independentemente do nivel de dominio do contido, facilitando a labor do profesor e xerando un bo clima de traballo.
2. Ser consciente e ser consecuente coa necesidade de esforzarse nas sesións como medio de mellora e superación individual con cada un dos contidos a traballar. Desenvolgar actitudes de autoexigencia e superación en cada contido traballado.
3. Coñecer o quentamento xeral , identificar os factores ,obxectivos e aspectos que o conforman, así como os beneficios que provoca na práctica habitual de actividade física.
- 4.Coñecer que é a condición física e qué son as cualidades físicas básicas, identificando tarefas específicas de cada un delas, e os principais factores.
5. Amosar actitudes de cooperación e respecto nas actividades físico-deportivas,valorando os logros e actuacións,con independencia de quen as realice.
6. Coñecer e dominar con un mínimo de efectividade os aspectos teórico prácticos instrumentais, técnicos e/ou tácticos, individuais e/ou colectivos desenvolados nas clases de 1º da ESO e reflexados si fora o caso nos apuntes entregados a cada alumno en cada contido : Balonmán 1, Badminton 1, Baloncesto 1, Actividades Ximnásticas, Voleibol 1, Tenis e tenis de mesa 1 e Orientación 1.
7. Traballar de maneira activa e aproveitada os aspectos prácticos e instrumentais, técnicos e tácticos, individuais e colectivos desenvolados nos contidos de 1º ESO independentemente do dominio que se teñan dos mesmos.
8. Sensibilizarse con los aspectos transversais que interaccionan na relación entre o cine e o deporte, as artes e as letras.

→ **Obxectivos 2º ESO:**

1. Participar de maneira activa nas sesións da materia independentemente do nivel de dominio do contido, facilitando a labor do profesor e xerando un bo clima de traballo.
2. Ser consciente e ser consecuente coa necesidade de esforzarse nas sesións como medio de mellora e superación individual con cada un dos contidos a traballar. Desenvolar actitudes de autoexixencia e superación en cada contido traballado.
3. Coñecer e ser capaz de realizar un quentamento xeral , de maneira autónoma, identificar os factores ,obxectivos e aspectos que o conforman, así como os beneficios que provoca na práctica habitual de actividade física.
4. Profundizar nas aprendizaxes do 1º curso sobre que é a condición física e qué son as cualidades físicas básicas e tamén as coordinativas , identificando tarefas específicas de cada un delas, os principais factores e as consecuencias que teñen cara a saúde.
5. Coñecer as zonas e as formas de tomar a frecuencia cardíaca
6. Amosar actitudes de cooperación e respecto nas actividades físico-deportivas,valorando os logros e actuacións,con independencia de quen as realice.
7. Coñecer e dominar con un mínimo de efectividade os aspectos teórico prácticos instrumentais, técnicos e/ou tácticos, individuais e/ou colectivos desenvolados nas clases de 2º da ESO e reflexados se é o caso nos apuntes entregados a cada alumno en cada contido : Balonmán 2, Badminton 2, Baloncesto 2, Voleibol 2, Actividades de patín 1, Floorball 1.
8. Traballar de maneira activa e aproveitada os aspectos prácticos e instrumentais, técnicos e tácticos, individuais e colectivos desenvolados nos contidos de 2º ESO independentemente do dominio que se teñan dos mesmos.
9. Realizar xogos de representación e dramatización de maneira activa e integradora en grupos e parellas que sirvan para confeccionar una pieza teatral de 3-5 minutos y representarla al resto.
- 10.Ser conscientes da importancia das Olimpíadas como fenómeno deportivo , social e económico.

→ **Obxectivos 3º ESO:**

1. Participar de maneira activa nas sesións da materia independentemente do nivel de dominio do contido, facilitando a labor do profesor e xerando un bo clima de traballo.
2. Ser consciente e ser consecuente coa necesidade de esforzarse nas sesións como medio de mellora e superación individual con cada un dos contidos a traballar. Desenvolar actitudes de autoexigencia e superación en cada contido traballado.
3. Ser capaz de realizar un calentamiento general de maneira individual y ser capaz de dirixirlo para el resto del grupo.
4. Coñecer e practicar de maneira activa os principais sistemas de entrenamiento da forza e da Resistencia identificando as diferenzas e os objetivos que persiguen, así como profundizar nas características de cada unha delas.
5. Valorar a boa condición física personal como base dunha mellor calidade de vida e saúde.
6. Incrementar as capacidades físicas e o rendemento motor dentro das posibilidades individuais.
7. Manter unha actitude crítica ante os hábitos de vida negativos para a saúde.
8. Coñecer e dominar cun mínimo de efectividade os aspectos teórico prácticos instrumentais, técnicos e/ou tácticos, individuais e/ou colectivos desenvolados nas clases de 3º da ESO e reflexados si fora posible nos apuntes entregados a cada alumno en cada contido : Tenis e tenis de mesa 2 ,Badminton 3, Baloncesto 3, Voleibol 3, Orientación 2 e Floorball 2.
9. Traballar de maneira activa e aproveitada os aspectos prácticos e instrumentais, técnicos e tácticos, individuais e colectivos desenvolados nos contidos de 3º ESO independentemente do dominio que se teñan dos mesmos.
10. Perfeccionar e millorar as habilidades específicas relacionadas cos distintos contidos incidindo nos factores perceptivos e de execución.
11. Coñecer os principais aspectos fixados nos apuntes de primeiros auxilios de 3º da ESO.
12. Coñecer os principais aspectos fixados nos apuntes de nutrición de 3º da ESO.

→ Obxectivos 4º ESO:

1. Participar de maneira activa nas sesións da materia independentemente do nivel de dominio do contido, facilitando a labor do profesor e xerando un bo clima de traballo.
2. Ser consciente e ser consecuente coa necesidade de esforzarse nas sesións como medio de mellora e superación individual con cada un dos contidos a traballar. Desenrolar actitudes de autoexixencia e superación en cada contido traballado.
4. Ser capaz de realizar un quencemento xeral de maneira individual e ser capaz de dirixilo para o resto do grupo, así como coñecer diferentes tipos de quencemento específico nos deportes e contidos que vemos nas clases.
5. Consolidar los coñecementos aprendidos nos tres primeiros cursos e coñecer as bases da planificación do acondicionamento físico expostas nos apuntes de 4º da ESO.
6. Realizar a planificación individual dun traballo de millora da condición física dun mes.
7. Coñecer e practicar de maneira activa os principais sistemas de entrenamiento da flexibilidade e da velocidade identificando as diferenzas e os obxectivos que persiguen, así como profundizar nas características de cada unha delas.
- 8.-Valorar a boa condición física persoal como base dunha mellor calidade de vida e saúde e cuantifícala a través dos test
9. Incrementar as capacidades físicas e o rendemento motor dentro das posibilidades individuais.
10. Manter unha actitude crítica ante os hábitos de vida negativos para a saúde.
11. Coñecer e dominar cun mínimo de efectividade os aspectos teórico prácticos instrumentais, técnicos e/ou tácticos, individuais e/ou colectivos desenrolados nas clases de 4º da ESO e reflexados se é o caso nos apuntes entregados a cada alumno en cada contido : Baloncesto 4, Badminton 4, Tenis e Tenis de Mesa 3 , Voleibol 4 e Actividades de patín 2.
12. Traballar de maneira activa e aproveitada os aspectos prácticos e instrumentais, técnicos e tácticos, individuais e colectivos desenrolados nos contidos de 4º ESO independentemente do dominio que se teñan dos mesmos.
13. Perfeccionar e millorar as habilidades específicas relacionadas cos distintos contidos incidindo nos factores perceptivos e de execución.
14. Coñecer os principais aspectos fixados nos apuntes de primeiros auxilios de 4º da ESO.
15. Coñecer os principais aspectos fixados nos apuntes de nutrición de 4º da ESO.
16. Ser capaz de identificar os xestos técnicos correctos das diferentes disciplinas deportivas traballadas.
17. Identificar os aspectos técnicos e tácticos, individuais e colectivos básicos dos distintos deportes traballados.
18. Comprender os mecanismos orgánicos de adaptación ao esforzo no desenrolo das distintas capacidades físicas e establecer relacións coa propia experiencia.
19. Ter un coñecemento mínimo de calzado deportivo.

2.4. CONTIDOS, SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN.

Os contidos organízanse arredor de catro grandes bloques:

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

Os contidos do bloque común, pola súa natureza transversal, traballaranse ao longo do curso de xeito integrado cos contidos do resto dos bloques, dado que trata aspectos como a construción das fases dunha sesión, o aseo persoal, a participación nas actividades físicas independentemente do propio nivel de execución, a resolución de conflitos mediante o diálogo e a aceptación das regras establecidas, as posibilidades que representan as actividades físico-deportivas como forma de lecer activo e de utilización responsable do entorno, o control de riscos, o desenvolvemento da iniciativa individual e de hábitos de esforzo, as actitudes, a confianza, o uso adecuado dos materiais e dos espazos, e a integración das tecnoloxías da información e da comunicación.

O bloque segundo trata os contidos que teñen que ver coa interpretación e a execución de acción motrices, utilizando técnicas de expresión corporal, baile e outros recursos artísticos.

O terceiro bloque inclúe todos os aspectos relacionados coa saúde que se poden abordar desde a práctica da actividade física, segundo as recomendacións de diversos organismos de ámbito internacional, estatal e autonómico.

No bloque dos xogos e as actividades deportivas tamén están incluídos todos os tipos de actividades físico-deportivas desenvolvidas no medio natural.

UNIDADES DIDÁCTICAS 20/21	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO
1ª AVALIACIÓN 22/24 sesiones	(10) BALONMÁN I (10) CONDICIÓN FÍSICA I(introducción á forza , velocidade, resistencia y flexibilidade) (4) CINE/DEPORTE I	(10) BALONMÁN II (10) CONDICIÓN FÍSICA II (Profundización á forza , velocidade, resistencia y flexibilidade) (4)DRAMATIZACIÓN	(14) CONDICIÓN FÍSICA III(La fuerza y la Resistencia) (8) TENIS /TENIS DE MESA 2 (2) NUTRICIÓN I	(10) CONDICIÓN FÍSICA IV(Planificación do acondicionamento físico) (10) BALONCESTO IV (4) NUTRICIÓN II
2ª AVALIACIÓN 22/24 sesiones	(10)BADMINTON I (10)BALONCESTO I (4)ACTIVIDADES XIMNÁSTICAS	(11)BADMINTON II (11)BALONCESTO II (2) LAS OLIMPIADAS	(11)BADMINTON III (11)BALONCESTO III (2)1º AUXILIOS I	(11)BADMINTON IV (11)TENIS/TENIS DE MESA III (2)1º AUXILIOS II
3ª AVALIACIÓN 20/22 sesiones	(12) VOLEIBOL I (6) TENIS /TENIS DE MESA 1 (4)ORIENTACION I	(10)VOLEIBOL II (8)ACTIVIDADES DE PATÍN I (4)FLOORBALL I	(10) VOLEIBOL III (8) FLOORBALL II (4)ORIENTACION 2	(7)VOLEIBOL IV (6)BAILES DE SALÓN (7) ACTIVIDADES DE PATÍN II (2) CALZADO DEPORTIVO

2.5.- CONTRIBUCIÓN E.F. NO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS

CLAVE.

Entendemos por competencias clave a capacidade de pór en práctica de forma integrada, en contexto e situacións diversas, os coñecementos, as habilidades e as actitudes persoais adquiridas. Este concepto de competencia inclúe tanto os saberes como as habilidades e as actitudes. Va máis alá do saber e do saber facer, inclúe o saber ser e estar.

Ten un carácter básico, e son aquelas competencias que un alumno debe desenvolver ao finalizar do ensino obrigatorio para poder lograr a súa realización persoal. Ao incluílas dentro do currículo preténdese integrar os diferentes aprendizaxes, tanto formais como non formais.

Cada unha das materias específicas contribúe ao desenvolvemento de diferentes competencias e, o mesmo tempo, cada unha das competencias básicas alcanzarase como consecuencia do traballo en varias materias á vez.

Temos que remarcar, tal como recolle o decreto que regula o ensino de educación secundaria adaptada á comunidade galega que, ao marxe deste traballo desde cada materia para lograr traballar estas competencias, débese completar con diversas medidas organizativas e funcionais, entre as que destaca de maneira clara a planificación de actividades complementarias e extraescolares que, como sabemos, constitúe un punto de apoio aos contados da programación da E.F., establecéndose así unha relación directa e clara.

Identifícanse oito competencias clave:

- Comunicación lingüística.(CCL)
- Competencia matemática e ciencias e tecnoloxía.(CMCCT)
- No coñecemento e interacción co mundo físico.
- Competencia dixital.(CD)
- Competencias sociais e cívicas.(CSC)
- Conciencia e expresións culturais.(CCEC)
- Aprender a aprender.(CAA)
- Sentido da iniciativa e espírito emprendedor.(CSIEE)

A Educación física contribúe de maneira directa e clara á consecución de tres competencias básicas: A competencia no coñecemento e a interacción co mundo físico, a competencia social e cidadana e a competencia cultural e artística.

De forma xenérica contribúe a outras tres: A competencia en comunicación lingüística, a competencia para aprender a aprender e a competencia de autonomía e iniciativa persoal.

Respecto á competencia no coñecemento e a interacción co mundo físico, dedamos ter en conta que o corpo humano constitúe unha peza clave na interrelación da persoa co entorno e a educación física está directamente comprometida coa adquisición do máximo estado de benestar físico, mental e social

posible, nun entorno saudable. A saúde como referencia fundamental maniféstase a través de despostas motoras variables que se corresponden coa exigencia de continuos axustes corporais adaptados ás condicións do entorno. A educación física ten que adaptarse ao medio onde desenvólvense os programas e contados que o entorno social e cultural demanda. Establecéndose aquí unha clara relación coas actividades físico-deportivas realizadas nun espacio natural.

Tamén a través da E.F. proporciónanse coñecementos e destrezas sobre determinados hábitos saudables e de utilización de calidade do tempo de ocio, que acompañarán ós xovenes máis alá da etapa obrigatoria.

A E.F. plantea situacións especialmente favorables á adquisición da competencia social e cidadá. As actividades físicas son un medio eficaz para facilitar a integración e fomentar o respecto, á vez que contribúen ao desenvolvemento da cooperación, a igualdade e o traballo en equipo. A práctica e a organización das actividades deportivas colectivas existen a integración nun proxecto común, e a aceptación das diferencias e limitacións dos participantes, seguindo normas democráticas na organización do grupo e asumindo cada integrante as súas propias responsabilidades. O cumprimento das normas e reglamentos que rixen as actividades deportivas colaboran na aceptación dos códigos de conducta dunha sociedade.

A E.F. axuda de forma destacable á consecución da competencia de autonomía e iniciativa personal, fundamentalmente en dous sentidos. Por un lado, otorgándolle protagonismo ao alumnado en aspectos de organización individual e colectiva de xornadas e actividades físicas e deportivas e en aspectos de planificación de actividades para a mellora da súa condición física.

Contribúe tamén á adquisición da competencia cultural e artística. Á apreciación e comprensión do feito cultural faino mediante o recoñecemento e a valoración das manifestacións culturais da motricidade humana, tales como os deportes, os xogos tradicionais, as actividades creativas e expresivas ou a danza e a súa consideración como parte do patrimonio cultural dos pobos. Á expresión de ideas ou sentimentos de forma creativa contribúe mediante á exploración e utilización das posibilidades e recursos expresivos do corpo e o movemento.

A E.F. axuda á consecución da competencia para aprender a aprender ao ofrecer recursos para a planificación de determinadas actividades físicas a partir dun proceso de experimentación. Todo elo permite que o alumnado sexa capaz de regular o seu propio aprendizaxe e práctica da actividade física no seu tempo libre, de forma organizada e estruturada. Así mesmo, desenvolve habilidades para o traballo en equipo en diferentes actividades deportivas e expresivas colectivas e contribúe a adquirir aprendizaxes técnicos, estratéxicos e tácticos que son xeneralizables para varias actividades deportivas e expresivas.

Á adquisición da competencia en comunicación lingüística a materia contribúe, como o resto, ofrecendo unha variedade de intercambios comunicativos e a través do vocabulario específico que aporta.

3. METODOLOXÍA XERAL

Aspectos xerais

- Partir da competencia inicial do alumnado.
- Ter en conta a diversidade: respectar os ritmos e estilos de aprendizaxe.
- Potenciar as metodoloxías activas e participativas:
 - o Combinar traballo individual e cooperativo.
 - o Aprendizaxe por proxectos.
- Enfoque orientado á realización de tarefas e á resolución de problemas.
- Uso habitual das TIC.
- Papel facilitador do profesor/a.
-

Estratexias metodolóxicas

- Memorización comprensiva.
- Indagación e investigación sobre documentos, textos, prensa, etc.
- Elaboración de sínteses.
- Análise de documentos, gráficos, mapas, táboas de datos.
- Comentarios de textos, gráficos, mapas...
- Resolución de problemas.
- Estudo de casos (proxectos).
- Simulacións.
- Outras:
- Plantexamos un contido potencialmente significativo para xenerar no alumno unha actitude favorable á aprendizaxe.

O profesor debe ser un motivador ,guía graduador do proceso de ensinanza-aprendizaxe.Partindo do nivel inicial do alumno,utilizando medios e métodos que busquen este tipo de aprendizaxes.Presentando e diseñando con xeito as tarefas,previo exercicio de programación dinámica.Favorecendo a autonomía dos alumnos,permitindo e fomentando que eles mesmos regulen o seu esforzo,coñecendo e valorando as súas características e motivacións para tomar descisións logo.

Actividades de ensinanza-aprendizaxe:

- Diagnóstico/coñecemento previo.
- Introducción/motivación.
- Desarrollo/aprendizaxe.
- Consolidación/esforzo.
- Resumen/síntesis.
- Profundización/ampliación.
- Avaliación.

Ao inicio de cada Unidade didáctica traballaremos actividades de diagnóstico e coñecemento previo, así como algunha de introducción e motivación. No caso de traballar un contido dado no curso anterior a outro nivel deberemos realizar varias sesións de consolidación e reforzo co fin de que o alumno recorde o traballado con anterioridade, sentando a base necesaria para progresar e alcanzar os novos obxetivos.

Aunque a avaliación sexa continua e se valore cada día de clase, ao final da unidade realizaremos varias sesións de avaliación. Será en forma de proba práctica ou test os contidos procedimentais e cos temas correspondentes do Caderno de traballo os contidos conceptuais.

Estratexias metodolóxicas.

-Estilos de ensinanza: Asignación de tarefas, descubrimento guiado, mando directo e resolución de problemas.

De maneira xeneral utilizaremos o mando directo e a asignación de tarefas debido ao escaso tempo para experimentar cos métodos máis creativos.

-Tipo de práctica: masiva ou distributiva.

-Método de práctica: analítica, global e mixto.

-Tipo de tarefa: perceptiva, toma de decisión e execución.



4.-MATERIAIS E RECURSOS.

Material deportivo do departamento:

- Xogo 10 conos -25 sticks de hoquei e 10 bolas -4 redes portabalóns -30 pelotas de tenis huecas -8 indiacas -1 colchonetas quitamedos -15 colchonetas finas -8 juegos volantes de badminton	-4 redes de badminton -25 raquetas de badminton - 8 postes badminton -12 balóns de baloncesto -18 balóns de balonmán -6 balóns de fútbol -12 balóns de voleibol -2 postes de voleibol	-2 redes de voleibol -10 discos voladores -6 bancos suecos -1 potro -2 plinton -1 trampolín -10 picas
-4 balóns medicinais -10 aros ximnasia -1 corda sogá-tira -4 cordas pequenas -1 xogo de rá e caixón -8 xogos de petanca -15 petos de cores -2 bolas de peso	-1 discos de atletismo -25 palas de tenis - 25 raquetas e 1 caixa pelotas de pin-pon -1 compresor -12 diábolos -12 peonzas -25 patíns - 6 miniporterías	- 4 porterías - 4 canastas basquet -2 saltómetros -1 inflador -10 sacos para carreiras -8 testigos de atletismo -2 cintas métricas -5 pares de zancos madeira - 2 listón altur





5.-AVALIACIÓN , METODOLOXÍA ESPECÍFICA E MATERIAIS CURRICULARES

5.1 Aspectos xenéricos

O noso obxectivo é conseguir que o proceso de ensino e aprendizaxe cumpra tres requisitos:

- 1/ Que sexa significativo (Ausbel)
- 2/ Que sexa funcional
- 3/ Que sexa memorístico, non mecánico

- 1/ Que sexa significativo (Ausbel)

Para lograr este tipo de aprendizaxes significativas debemos ter en conta as seguintes cuestións vitais:

Tendo como punto de partida a memoria tanto a nivel conceptual como a nivel procedimental de experiencia motrices, para realizar novas aprendizaxes debemos enriquecer a estrutura cognoscitiva do alumno xa que será maior a posibilidade de que poida construír significados novos(partindo dos xa sabidos) e de que poida realizar aprendizaxes significativas por si só. Aprender a Aprender, por si só, no caso da nosa asignatura nos tres planos de desenvolvemento de persoa:

NIVEL COGNITIVO

NIVEL MOTOR

NIVEL AFECTIVO E DE RELACION

Por iso necesitamos que:

1.- O CONTIDO SEXA POTENCIALMENTE SIGNIFICATIVO (desde o punto de vista lóxico, psicológico e motriz). É dicir, debemos partir do nivel do alumno xa que os coñecementos previos do alumno son a base sobre a que traballar.

- Debemos xerar un marco adecuado, polo menos intentalo, xa desde o deseño de programación ata a execución das tarefas (porque é difícil pero, non é só responsabilidade do estudante), para que o alumno teña unha ACTITUDE FAVORABLE. Os aspectos motivacionais son fundamentais xa que se require ACTIVIDADE/ACTITUDE INTENSA por parte do alumno.

A nova información almacénase na memoria mediante a súa incorporación e asimilación a un ou máis esquemas. O recordo de aprendizaxes previas queda modificado pola construción de novos significados (memoria constructiva).



É pois un dos nosos obxectivos modificar os esquemas de coñecemento do alumno, no noso caso facendo incidencia en calquera ou todos dos tres planos comentados anteriormente (Afectivo, motriz e cognitivo).

Debemos coñecer a base sobre a que parte o alumno (EQUILIBRIO INICIAL) para provocar un novo desequilibrio (DESEQUILIBRIO) que conlleve o seu asimilación e reequilibrio posterior (REEQUILIBRIO POSTERIOR) dunha nova aprendizaxe que sirva de base para un novo.

A base que buscamos no noso proceso de ensino aprendizaxe, é conseguir aprendizaxes significativas e, especialmente na nosa área, xa que desenvolve contidos e obxectivos centrados en hábitos perdurables ao longo da vida da persoa para a súa realización persoal, utilizando de xeito autónomo e persoal o seu tempo de lecer cun mínimo de calidade e, tendo como meta sempre presente, a saúde e todos os aspectos que a determinan, mellórana ou a prexudican, de xeito individual e colectiva.

O profesor debe ser un motivador, guía graduador do proceso de ensino aprendizaxe, partindo do nivel inicial do alumno, utilizando medios e métodos que busquen este tipo de aprendizaxes, presentando e deseñando adecuadamente as actividades, previo exercicio de programación dinámica e útil, favorecendo a autonomía dos alumnos, permitindo e fomentando que eles mesmos autoregulando o seu esforzo, coñecendo e valorando as súas características motivaciones e intereses para tomar logo decisións, distribuíndo o tempo etc.

2/ Que sexa funcional

Buscamos que os contidos teñan certa aplicabilidade, no noso caso bastante posible polo exposto anteriormente

3/ Que sexa memorístico, non mecánico

As probas escritas deseñadas e o material curricular que se prepare desde o departamento debe ter a súa base contrastable co realizado nas clases para que sirva de estímulo e apoio. Apúntelos buscarán máis que recursos de información descontextualizada, aplicabilidade, e as probas escritas un compoñente tamén práctico.

Tamén nas estratexias de ensino primaranse aquelas que favorezan este tipo de aprendizaxes, empregando diferentes formas analíticas como globais. Establecemos unha progresión que vai desde a actividade dirixida, pasando pola actividade guiada, ata a actividade autónoma.

No entanto, todas estas posibilidades teñen o condicionante do pouco tempo de clase á semana, polo que priorizaremos, algunhas delas.





5.2. ACTIVIDADES DE ENSINANZA E APRENDIZAXE

- .Diagnóstico/coñecemento previo.
- .Introdución/motivación
- .Desenvolvo/Aprendizaxe
- .Consolidación /Reforzo
- .Resumen/síntese
- .Profundización/ampliación
- .Avaliación

Fundamentalmente ao comezo de cada Unidade Didáctica traballaremos actividades de diagnóstico e coñecemento previo, así como algunha de introdución e motivación.

No caso de traballar un contido dando o curso anterior a outro nivel, deberemos realizar varias sesións de consolidación e reforzo co fin de que o alumno recorde o traballado con anterioridade, sentando a base necesaria para progresar e alcanzar os novos obxectivos, relacionados cos anteriores, pero moito máis ambiciosos.

Obviamente, aínda que a avaliación sexa continua e valórese cada día de clase, ao final da unidade realizaremos varias sesións de avaliación. Dous de contidos procedimentais tipo test etc., e unha de contidos conceptuais en forma de proba escrita (para 2º,3º,4º da iso), valorando paralelamente os traballos desenvolvidos por escrito que deben entregar en cada trimestre (para todos os grupos).

Aínda que é practicamente imposible, si houbera espazo para ampliar e profundar será a través de material curricular que a título persoal os alumnos poidan solicitar.



5.3. ESTRATEXIAS METODOLÓXICAS

.- ESTILO ENSINO

- .Asignación de Tarefas
- .Descubrimiento guiado
- .Mando directo
- .Resolución de problemas

A riqueza de contidos da nosa asignatura posibilita utilizar a maioría, ata ir variándoos en función dos contidos e ritmos de aprendizaxe. No entanto, as estratexias utilizadas deben sinalarse para cada sesión que compón a Unidade Didáctica.

De xeito xeral dicir que utilizaremos fundamentalmente o mando directo e a resolución de problemas principalmente. O tempo é tan pouco en educación física que é o máis aconsexable, aínda que é certo que en determinado momento poden utilizalo os estilos menos directivos fomentando así a experimentación máis creativa, activa e significativa ao estudante.

.- TIPO DE PRÁCTICA

- .Masiva
- .Distributiva

A riqueza de contidos da nosa asignatura posibilita utilizar a maioría, ata ir variándoos en función dos contidos e ritmos de aprendizaxe, no entanto fundamentalmente será distributiva.

.-METODO DE PRÁCTICA

- .Analítico
- .Global
- .Mixto

Ao fío dos estilos de ensino, fundamentalmente será analítico e mixto.

.-TIPO DE TAREFA

- .Perceptiva
- .Toma de decisión
- .Execución

Tendiente ás de execución cando primen aspectos técnicos ou puramente físicos, e máis en liña perceptiva e de tomas de decisión cando a influencia táctica sexa maior, ou se requira que o alumno pense o que fai antes de realizalo.





5.4. MATERIAIS CURRICULARES

Decidín non utilizar libro e dar apuntes se é o caso dos contidos que considere necesarios.

. A medio prazo trátarei de preparar un material curricular en forma de apuntes, pero de cada unha das unidades didácticas, de tal xeito que teñan un soporte documental o máis axustado posible á realidade do día a día da clase.

Ao longo deste ano valorarei a posibilidade da elaboración deste material para os catro anos da ESO como libro de texto da asignatura para que os alumnos non teñan que pagalo.

Este ano, para que isto non sexa así, o material curricular colgarase sempre que sexa posible na páxina web do centro para que os alumnos teñan acceso sen problemas, ou ben a través de fotocopias a cargo do departamento.



5.5. A AVALIACION, PRECEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DA AVALIACION

→ AVALUACION. ASPECTOS XERAIS

A avaliación do proceso de aprendizaxe do alumnado da Educación secundaria obligatoria será continua e diferenciada segundo as distintas materias do currículo.
Avaliaránse os alumnos tendo en conta os diferentes elementos do currículo.

Os criterios de avaliación das materias serán referente fundamental para valorar tanto o grado de adquisición das competencias básicas como o de consecución dos obxectivos, tendo como preferencia estes últimos.

O equipo docente constituído polo conxunto de profesores do alumno, coordinados polo profesor titor, actuará de xeito colegiada ao longo do proceso de avaliación e na adopción das decisións resultantes do mesmo para a titulación / promoción ou non dos alumnos.

No proceso de avaliación continua, cando o progreso dun alumno non sexa o adecuado, estableceranse medidas de reforzo educativo. Estas medidas adoptaranse en calquera momento do curso, axiña que como se detecten as dificultades e estarán dirixidas a garantir a adquisición das aprendizaxes imprescindibles para continuar o proceso educativo. Para iso debe expresarse claramente a activa participación do alumno, cun constante traballo e interese, pero que non resulta suficiente para chegar aos obxectivos.

Os profesores evaluarán tanto as aprendizaxes do alumnado como os procesos de ensino e a súa propia práctica docente.



→ PROMOCION E TITULACIÓN . ASPECTOS XERAIS.

Ao finalizar cada un dos cursos e como consecuencia do proceso de avaliación, o equipo docente tomará as decisións correspondentes sobre a promoción do alumnado.

Teráse en conta os criterios marcados polo claustro e aprobados ao inicio deste curso donde sinalase que promocionará ao curso seguinte cando se superaron os obxectivos de todas as materias cursadas. Se o alumnos ten tres o máis asignaturas coa una avaliación negativa, o alumno non promocionará o titulará.

Cando un alumno ten suspensas unha ou duas materias, excepcionalmente, a xunta de avaliación pode valorar a conveniencia ou non de que o alumno sexa avaliado positivamente, sempre que non sexan á vez as matemáticas e calquera das dúas linguas (Castelá ou Galega). Neste caso a xunta de avaliación debe plantexar todos os aspectos necesarios para poder decidir sobre a conveniencia ou non de valorar de feito positivo a súa decisión sobre a titulación ou promoción do alumno.

Cando se den estos casos excepcionais, o claustro acordó telos en consideración sempre y cando o alumno non haxa incurrido en BANDO DE MATERIA :

.O alumno non traía sistemáticamente o material de traballo á clase nun porcentaxe do 15% das horas totais da materia trimestralmente.

.Que o alumno non participe na clase a efectos de tarefas impostas, traballos esixidos etc, tanto orais como por escrito, nun 15% das tarefas/traballos pedidos trimestralmente.

.Que o alumno teña una media anual nas calificación das materias en cuestión de menos dun tres.

Si o alumno que suspende duas o una materia incurre en alguna ou todas destas tres cuestións que conlevan ao ABANDONO DE MATERIA, a xunta de avaliación considerará consensuadamente que a sua propoción ou titulación é negativa.

Quen non promociione deberá permanecer un ano máis no mesmo curso. Esta medida deberá ir acompañada dun plan específico personalizado, orientado á superación das dificultades detectadas no curso anterior. Os centros organizarán este plan de acordo co que establezan as administracións educativas.

O alumno poderá repetir o mesmo curso unha soa vez e dúas veces como máximo dentro da etapa. Excepcionalmente poderá repetir unha segunda vez en cuarto curso si non repetiu en cursos anteriores da etapa.

Cando a segunda repetición deba producirse no último curso da etapa, prolongarase un ano o límite de idade establecido no artigo 1.1 deste real decreto.



→ **AVALIACION. ASPECTOS ESPECIFICOS E.F.**

Que evaluar? Todos os elementos que interveñen no proceso de ensino-aprendizaxe: profesor, alumno, obxectivos, contidos, propostas didácticas, métodos de E-A, proxectos curriculares, etc...

Cando avaliar? Durante todo o proceso, será unha avaliación inicial ou de diagnóstico, unha avaliación formativa, para reaxustar o proceso, e unha avaliación sumativa ou final.

Como avaliar?

A avaliación centrarase en tres aspectos:

PRIMEIRO : -NIVEL CONCEPTUAL: Con carácter xeral é un 30% da nota final en caso que o profesor tome a decisión de facer exames escritos e/ou entrega de traballos a todo o nivel educativo. Caso de non facerse, este 30% pasará a integrarse na parte do nivel procedimental valorándose éste nun 80%

Se un alumno/a trimestralmente non puidera realizar o 80% das clases prácticas, ou ben tivera tres faltas de mala conducta acudindo o aula de convivencia , o departamento o avaliará a través de traballos y exames de maneira trimestral. Nestes casos o nivel conceptual equivaldría ó 100% da nota.

Pode ser a través de :

*Exame escrito: sobre os contidos teóricos da materia. Non se fará media si o exercicio non supera os 4 puntos. O exame pode ser escrito ou oral en función da dinámica dos grupos e o aproveitamento das clases, o profesor considerará a necesidade da súa realización ou non.

*Traballos de desenvolvemento, recopilación ou monográficos dunha parte específica da materia.(se é o caso)

*Caderno de actividades.(se é o caso)

SEGUNDO: -NIVEL PROCEDIMENTAL: Supoñerá un 50% da nota final (si o departamento decidira non realizar exames escritos ou traballos por niveis, este porcentaxe pasaría a ser do 80%)

*Asistencia obligatoria a clase: tres faltas de asistencia sen xustificar supoñerán a perda da opción de superar os contidos prácticos. Será avaliado a través de proba escrita/oral. (contidos conceptuais)

* Faltas de conducta . Asi mesmo, cando un alumno teña que, pola sua mala conducta dirixirse á aula de convivencia en tres ocasións trimestralmente, deixará de facer ás clases prácticas e será avaliado a través de traballos na aula e exames con un valor do 100% da súa nota.

*Valoración da práctica: realizarase mediante as valoración diarias das clases, asi como de test ou probas sobre os contidos a traballar.

*Exame práctico: sobre os contidos desenvolvidos en clase.

* Se por calquera motivo xustificado documentalmente, o alumno non puidera facer as prácticas nun 80% das clases, calificarase a nivel conceptual e actitudinal se é o caso.



* Caso de abandono escolar, tal como aparece explicado nas normas xerais do centro en canto a avaliación, titulación ou promoción, segiranse de maneira explícitas ditas normas tanto específicas da materia como parte da xunta de avaliación nas decisión da súa competencia.

TERCEIRO: -NIVEL ACTITUDINAL (ACTITUDES, VALORES E NORMAS):

Supoñerá un 20% da nota final. **(Si o departamento decidira non realizar exames escritos ou traballos, este porcentaxe se mantería pero sería obrigatorio ter un 5 para poder aprobar a materia)**
Teráse en conta os seguintes aspectos:

- * Actitude participativa, activa e positiva tanto a nivel persoal, como respecto dos demais (de axuda á aprendizaxe, ou como modelo de mellora), independentemente do grado de dominio da materia, en cada unha das unidades didácticas deseñadas e nas tarefas propostas.
- * Aseo diario logo da práctica. (se é o caso)
- * Coidado, recolleita e uso correcto do material.
- * Utilización de indumentaria deportiva adecuada.
- * Conduta que facilite o normal desenvolvemento das clases.
- * Actitude positiva nas actividades complementarias e extraescolares se é o caso.
- * Puntualidad e asistencia
- * Respecto e axuda a profesor e compañeiros na atención na explicación das tarefas e a súa realización.
- * Exteriorizar nas sesións comportamento de superación e esforzo de superación sobre as tarefas propostas.
- * Traballar de maneira activa independentemente do dominio do contido.
- * Cando se incumplan algunha destas cuestións, o profesor enviará un informe negativo para que firme o responsable legal do alumno/a. Con tres informes negativos por avaliación o alumno deberá realizar un examen final de avaliación para poder superar a materia.

- **A nota final será a media entre o primeiro trimestre, o segundo e o terceiro sempre que estén aprobados os tres. Caso de suspender algún trimestre, o alumno deberá facer a proba extraordinaria final do curso co trimestre suspenso e deberá aproba-lo para superar a materia.**

COVID 19: No caso de suspensión das clases, avaliaránse os traballos QUE SE PIDAN A TRAVÉS DA AULA VIRTUAL e sexan presentados telemáticamente a partir do momento de confirmarse. Cada traballo puntuará de 0 a 10 e farase a media entre todos os traballos de cada trimestre. É obriga envialos en data forma e modo convenido para que poidan ser corrixidos .

Para a avaliación final de xuño, farase unha media entre os trimestres (tanto presenciais como non presenciais). Caso de ter que ir á proba extraordinaria , a nota será a da calificación dos traballos que en xuño se lle indiquen aos alumnos que non superaron a materia o 6 de xuño, .





5.6. MATERIAS PENDENTES .PROGRAMA DE REFORZO.

CONTIDOS EXIXIBLES

Son os que aparecen desglosados por cursos académicos e temporalizados ao longo do ano escolar na programación da asignatura. Non se estableceu ningunha modificación respecto diso. Unha copia da programación está na jefatura de estudos do propio centro, e outra, no departamento de Educación Física, ambas a disposición de quen o requira. Así mesmo aparecen os obxectivos xerais, así como os obxectivos específicos para cada un dos contidos por curso académico, e os criterios exixibles de avaliación específicos tamén por contidos e cursos.

Coas modificacións posibles que se fagan de ano en ano na programación, se explicitará si hai algunha modificación respecto ao plan de traballo a realizar polos alumnos que teñan esta asignatura pendente.

PROCEDIMENTOS PARA A EVALUACION CONTINUA DOS ALUMNOS.

1º/ O alumno deberá desenvolver e entregar un traballo por escrito cada final de trimestre.

O material para poder realizalo facilitarallo o profesor que lle imparta educación física ese mesmo ano ao comezo de cada bloque de contidos de cada trimestre, neste caso referenciado ao curso do que o alumno está suspenso.

Haberá, pois, material elaborado para que o alumno desenvolva esta tarefa por cada un dos contidos trimestrales. O traballo entregarase ao profesor da asignatura 15 días antes da sesión de avaliación ordinaria. (Chegada a terceira avaliación o traballo entregarase a última semana de Maio).

O profesor da asignatura, en colaboración co xefe do departamento valorará estes traballos coincidindo coa avaliación ordinaria e cualificándoo de 0 a 10. Será necesaria a nota de cinco para considerar a evolución do alumno como positiva. De xeito paralelo, si o profesor estímao oportuno será posible completar esta valoración coa realización de probas prácticas dos contidos seleccionados e que figurarán, en caso de ser necesario, no material que se lle entrega ao alumno ao comezo de cada contido por trimestre para que poida prepararse con tempo. A cualificación neste apartado práctico será de Apto ou Non Apto.

2º/ De xeito paralelo, o alumno deberá superar de xeito satisfactorio os obxectivos a nivel tanto actitudinal, como conceptual e procedimental sobre cada un dos contidos que se impartan ao longo de cada trimestre do curso en que está matriculado.

3º/ A última semana de Maio, o profesor e o xefe de departamento reuniranse para facer unha valoración global do alumno cos tres seguintes supostos e consecuencias:



A/ O alumno superou, coa entrega dos traballos e/ou probas prácticas, de xeito claro e ampla os obxectivos propostos para cada contido, así como os obxectivos xerais:

SUPERA A ASIGNATURA COA NOTA CON QUE SE CUALIFIQUE.

B/ O alumno non supera, coa entrega dos traballos e/ou probas prácticas, de xeito amplo e clara os obxectivos propostos para cada contido, así como os obxectivos xerais. Detéctase esta situación non de xeito xeneralizado, senón nunha parte das cualificacións e sobre algún dos contidos:

O profesor, conjuntamente co xefe do departamento, determinarán si o alumno debe realizar un traballo adicional e/ou probas prácticas sobre aqueles aspectos que non superou, a entregar ou realizar na última semana de Maio; ou ben se debe presentar a unha proba escrita e/ou práctica que terá lugar nesa última semana de Maio, debendo lograr un mínimo de cualificación de catro sobre dez. As preguntas deste exame e/ou probas estarán vinculadas ao material que se lle entregou ao alumno ao longo do ano para poder realizar os traballos e/ou probas que non logrou superar con claridade. En caso de non superar os obxectivos marcados, a entrega do traballo adicional ou o exame repetiranse na proba extraordinaria de Setembro.

C/ O alumno non supera de xeito amplo e clara os obxectivos propostos para cada contido, así como os obxectivos xerais. Detéctase que esta situación é xeneralizada, ben polas cualificacións negativas, ben porque nin sequera entregue os traballos nos prazos marcados, ben porque non queira acceder á superación da asignatura a través deste sistema de avaliación continua:

O xefe do departamento convocará aos alumnos a unha proba escrita e/ou práctica a última semana de Maio. A cualificación para poder superala debe ser dun cinco como mínimo sobre dez. As preguntas farán referencia aos contidos, obxectivos específicos por cada contido así como aos obxectivos xerais que aparecen de xeito detallado (por curso e trimestre) na programación da asignatura.

Esta convocatoria farase a través dunha reunión cos alumnos onde se expliquen as liñas básicas da proba. En caso de non superar os obxectivos marcados, o exame e/ou as probas prácticas repetiranse na proba extraordinaria de Setembro).



6. ESTANDARES XENÉRICOS DE APRENDIZAXE PARA AVALIACIÓN DO PROCESO DE ENSINO E DA PRÁCTICA DOCENTE

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

Táboa cos indicadores de logro	Escala			
	1 nunca	2	3	4 sempre
1. Deseño distintas actividades de aprendizaxe para o logro de cada obxectivo				
2. Motivo o meu alumnado comunicándolles os obxectivos que quero conseguir e a finalidade das actividades, partindo dos seus coñecementos previos, relacionando os contidos con situacións reais, informándolles da utilidade e creando expectativas.				
3. Emprego metodoloxías que favorezan o desenvolvemento dunha actitude positiva do alumno/a e que teñan en conta os intereses.				
4. Cando comezamos unha unidade ou tema novo, os alumnos/as coñecen: os obxectivos e competencias que se queren desenvolver, as diferentes actividades a realizar, como se lles avaliará...				
5. En función das características de cada alumno/a, prantexo tarefas e logros diferentes.				
6. Propoño metodoloxías diversas.				



7. Organizo o grupo clase en grupos para traballar dentro da aula?				
8. Emprego recursos e materiais variados para a aprendizaxe da materia				
9. Dou pautas de actuación ás familias para que traballen na casa cos seus fillos /as.				
Diversidade				
1. Pido ao alumnado diferentes producións en función das súas características.				
2. Dou explicacións individuais cando é necesario.				
3. Tanto nos exames como no traballo de aula trabállanse actividades máis fáciles e máis difíciles.				
4. Teño en conta o alumnado que se afastan da media dos resultados, tanto por riba como por baixo.				
Programación				
1. O profesorado que intervimos no mesmo nivel temos un reparto coherente dos contidos.				
2. Consulto a programación ao longo do curso.				
3. Utilizo instrumentos claros para avaliar as competencias.				
4. Ao programar, teño en conta as opcións do contexto.				
5. Dou a coñecer ao alumnado os elementos da programación : obxectivos, estándares de aprendizaxe, criterios de avaliación e metodoloxía.				
Actividades de aula				
1. Propoño actividades que contribúen a aprendizaxe autónoma (busca de información				



complementaria, traballos, investigacións...)				
2. As actividades e accións que propoño teñen estas características : diversas, fan pensar.				
3. O alumnado é protagonista na miña clase.				
4. Todas as actividades teñen un obxectivo moi claro.				
5. Organizo o tempo en clase.				
6. Realizo actividades que impulsan o desenvolvemento das distintas competencias.				
7. Na metodoloxía que aplico :				
- Utilizo as TICs				
- Utilizo recursos diferentes aos do libro.				
8. Como paso as horas lectivas (promedio):				
- Adico pouco tempo a manter a orde na aula.				
- Impartindo teoría e explicacións.				
- Respondendo a preguntas, fomentando a participación, desenvolvendo prácticas, ...				
- Valorando o alumnado de maneira individual.				
Avaliación				
1. Ao inicio da unidade didáctica ou do proxecto, os alumnos coñecen os obxectivos didácticos, as competencias que se van desenvolver, as actividades que farán e como se vai desenvolver a avaliación.				
2. Utilizo diferentes tipos de probas (exames escritos, exames orais, traballo individual, traballo en equipo)				
3. Para avaliar o alumnado, valoro máis aspectos				



ca nota final.				
4. Unha vez terminada a unidade ou o proxecto, avalío a idoneidade dos recursos e das actividades empregadas no proceso de aprendizaxe.				



6.2. AVALIACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Mecanismos de revisión, avaliación e modificación da programación didáctica

- Periodicidade coa que se revisará.
- Contidos que foi preciso engadir ou eliminar con respecto á programación prevista.
- Medidas que se adoptarán como resultado da revisión.

Indicadores

	Escala			
	1 nunca	2	3	4 sempre
1. Adecuación da secuenciación e da temporalización das unidades didácticas / temas / proxectos.				
2. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación e a temporalización previstas.				
3. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades, temas ou proxectos.				
4. Os mínimos para acadar unha avaliación positiva son realistas.				
5. Vinculación de los estándares a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.				
6. Asociación de los estándares cos elementos transversais a desenvolver.				
7. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento.				
8. Adecuación da secuencia de traballo na aula.				
9. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.				
10. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).				
11. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado, incluídas as consecuencias da proba.				
12. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua: probas, traballos, etc.				
13. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dun exame e dunha avaliación.				
14. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final.				
15. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria.				
16. Adecuación dos criterios establecidos para o seguimento de materias pendentes.				
17. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación desas materias pendentes.				
18. Adecuación dos programas de apoio, recuperación, etc. vinculados aos estándares.				
19. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.				
20. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.				
21. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación, estándares e instrumentos.				
22. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre os criterios de promoción.				
23. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.				
24. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.				
25. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.				
26. Os resultados académicos foron os esperados.				

7. ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

Medidas ordinarias e extraordinarias

Partimos da idea xeral de que cada alumno é diferente aos demais. As aprendizaxes previas, o nivel de maduración, a situación personal e familiar e os factores xenéticos son algúns aspectos que poden marcar diferencias entre os alumnos á hora de aprender, de ahí que a aprendizaxe se desenvolva de xeito individualizado de maneira que cada cual observe a súa propia progresión.

Para diminuír as diferencias e achegar o currículo ás características individuais de cada un, sin tratar por iso de baixar o grao de esixencia senon de flexibilizalo.

Os alumnos con necesidades educativas especiais terán a posibilidade de adaptar os tres tipos de contidos (conceptuais, procedimentais e actitudinais) as súas necesidades específicas coa supervisión do profesor. Practicamente en todas as actividades que se proponen empréanse materiais e reglamentacións adaptadas á idade e a unha concepción menos competitiva e máis lúdica da actividade física polo que tódolos alumnos poden participar sen importar o nivel de execución motriz.

Os grupos de traballo serán flexibles o que permitirá ir graduando os niveis e que os alumnos traballen según as súas posibilidades.

De calquera maneira, para os alumnos que non poidan participar de maneira igual que o resto proporáse as seguintes modificacións:

-Autoavaliación

-Realización das clases adaptándose as súas capacidades e complementar con traballos a nota ou calificación.

-Actividades de reforzo e ampliación.

-Inactividade. Ao non existir exencións os alumnos cunha limitación temporal ou permanente realizarán actividades que poidan facer e completarán con traballos teóricos ou prácticos. Ou arbitraxes ou dirixir algunha actividade para os compañeiros.



-Adaptación curricular. Faráse á vista dun certificado médico oficial onde se fagan constar as limitacións que o alumno ten para a práctica da actividade física. Debe tender a posibilitar a tódolos alumnos a consecución dun aprendizaxe constructivo e significativo a través de modificacións que flexibilicen as condicións de desenvolvemento.

Algunhas medidas que se poden incluír na adaptación curricular serán as seguintes:

-Valoración inicial: Estudio inicial dos alumnos para acercarnos a súa realidade en cuanto a diferentes factores.

.Características constitucionais e de desenvolvemento motriz

.Experiencias previas

-Adaptación de obxectivos.

-Selección e priorización dos contados.

-Empregar metodoloxías e estratexias centradas no proceso e no alumno.Os modelos de ensino basados na búsqueda permiten ao alumno unha maior toma de conciencia e de intervención,ao tempo que desenvolven a súa motivación.

Con carácter xeral , si un alumno con NEE é capaz de realizar as clases prácticas con certa normalidade, non será necesario facerlle una ACI xa que a súa avaliación será repartida da seguinte maneira : 80% parte procedimental, 20% parte actitudinal.

Só cando non sexa capaz de realizar ás clases, faráselle una ACI e valoraráselle a súa capacidade pola realización de traballos ou exámenes, orais e/o escritos.



8. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES E COMPLEMENTARIAS.

- **QUEDAN SUSPENDIDAS AS ACTIVIDADES DE SAÍDAS DO CENTRO DUN DÍA OU VARIOS DÍAS.**
- **AS PLANIFICADAS NOS RECREOS, AO LONGO DO CURSO 21/22 PODERÁN MODIFICARSE OU SUSPENDERSE EN FUNCIÓN DA SITUACIÓN EPIDEMIOLÓXICA**

1º TRIMESTRE :

- Saídas polo entorno fora do centro a facer carreira contínua.
- Competicións deportivas nos recreos
 - Futbol 5.5
 - Tenis mesa individual

2º TRIMESTRE :

- .Saídas polo entorno fora do centro a facer carreira orientación.
- .Competicións deportivas nos recreos
 - Baloncesto 3.3
 - Badminton
 - Dobres en tenis de mesa

3º TRIMESTRE :

- Competicións deportivas nos recreos
 - Xokey sin/con patines todo o campo



9. DATOS DO DEPARTAMENTO.

O Departamento de Educación Física é unipersonal. O profesor Roberto Selín García Menéndez imparte clases en 1º-2º-3º-4º sendo Xefe de estudos.

É o sexto ano consecutivo que asume a responsabilidade da xefatura de estudos impartindo 16 horas de clase.

Instalacións deportivas.

No centro dispoñemos do pabellón deportivo do IES . A pista e una superficie de hormigón pulido nova e en boa conservación, aínda que a curto prazo deberá aplicarse una capa plástica máis acorde coas necesidades de calidade actuais.

A día de hoxe remataron as reformas dos vestiarios do pavillón, aínda que por Covid, non poden usarse de maneira normalizada.(máximo dos alumnos á vez).

As goteiras no Tellado, protectores de columnas, focos de luz e remache das planchas laterais son una constante de supervisión anual que fai falta facer contando coa axuda do concello, aínda sin facer dende o ano pasado.

A renovación das luces a leds, o acondicionamento do almacén y á necesidade dunhas gradas para sentarse debe plantexarse como una necesidade sobre a que traballar e conseguir o medio prazo.

Abegondo a 28 de Setembro de 2021

Asdo : Roberto Selín García Menéndez

(xefe do departamento)

