

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15026698	IES Espiñeira	Boiro	2023/2024

Área/materia/ámbito

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

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	5
3.1. Relación de unidades didácticas	6
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	18
4.2. Materiais e recursos didácticos	21
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	23
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	23
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	26
6. Medidas de atención á diversidade	27
7.1. Concreción dos elementos transversais	29
7.2. Actividades complementarias	30
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	30
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	31
9. Outros apartados	32

1. Introducción

A sociedade actual ten a necesidade de incorporar á cultura e á educación aqueles coñecementos, destrezas e capacidades relacionados co corpo e a actividade motriz que contribúen ó desenvolvemento persoal e á mellora da calidade de vida. De feito, o último Manifesto Mundial da Educación Física (F.I.E.P., 2000) considera que a educación física (EF) debe ser considerada como un dereito fundamental das persoas.

A etapa da adolescencia caracterízase por ser un periodo de profundos cambios (físicos, psicolóxicos e sociais) que provocan sentimentos de inseguridade, inestabilidade, alteración da imaxen corporal, problemas coordinativos, insatisfacción personal e, finalmente, conflitos coa familia e co grupo. Por este motivo, a materia de EF, que está perfectamente definida e integrada no currículo da E.S.O., plantéxase como un medio máis que ten como finalidade axudar ó alumno a desenvolver as capacidades físicas, comunicativas e intelectuais de maneira que permita ir evolucionando ó alumno. Esta formación integral da personalidade lograrase a través do manexo dos principios de acción educativa (formación personalizada, participación dos pais, igualdade entre sexos, desenvolvemento da creatividade, democracia, autonomía pedagóxica dos centros, orientación educativa e profesional, metodoloxía activa e participativa e avaliación do proceso) e do traballo desde os distintos ámbitos (intelectual, motor, de equilibrio persoal e afectivo, de relación interpersonal e de actuación e inserción social).

O currículo da etapa e a programación da materia de EF terán como finalidade a transmisión a tódolos alumnos dos elementos básicos da cultura (especialmente os científicos, tecnolóxicos e humanísticos), a asunción dos seus deberes e dereitos e a preparación para a vida activa, a formación profesional ou o bacharelato.

O marco regulamentario que ordea a programación de Educación Física para este curso é o derivado da LOMLOE e que esta pendente de aprobar.

1.1. Marco teórico definido pola lexislación educativa.

A concepción de EF que propoñemos tenta integra-las distintas correntes da motricidade que actualmente coexisten. Deste modo, admitimos a validez das distintas funcións asignadas á EF (función de coñecemento, anatómico e funcional, estética e expresiva, comunicativa e de relación, hixiénica, agonística, catártica, pracenteira e de comprensión) e comprometémonos no seu desenvolvemento.

A EF dispensada ó adolescente debe tentar mellora-la imaxe de sí mesmo. A EF non só abarcará ó ámbito procedimental senón que estará fortemente vinculada a unha escala de valores, actitudes e normas e ó coñecemento dos efectos que esta ten sobre o desenvolvemento persoal e social. De este modo, os eixos básicos do currículo da EF serán: o movemento como práctica social (deporte recreativo, de competición), o movemento como potenciador das capacidades anatómico-fisiolóxicas (mantemento físico) e o movemento como desenvolvemento das capacidades cognitivas, emocionais, expresivas e relacionais.

Tradicionalmente os termos planificación e programación foron empregados de forma indistinta: servir de guía ou esquema para a práctica educativa do profesor. Deste modo, planificar é un proceso amplo que contempla todo o conxunto de accións e decisións presentes no contexto escolar e programar fai referencia, de forma máis explícita, a unha área determinada de coñecementos e á forma na que ésta pode ser estruturada, distribuída, presentada ós alumnos e avaliada. Así, a programación debe partir da análise das variables implicadas e debe anticiparse á acción, tratando de conxugar contidos, recursos didácticos e actividades en función dos obxectivos xerais da etapa ou área. Se a isto engadimos que acaba de finalizar o Ano Europeo da Educación a través do Deporte e os Xogos Olímpicos de Londres 2012, o desafío que supón diseñar unha programación axeitada preséntase certamente interesante.

Os retos recollidos no documento Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century, da Oficina Internacional de Educación da UNESCO, concretamente os retos:

- Número 3: Desenvolver estilos de vida saudable a partir da comprensión do funcionamento do organismo e a reflexión crítica sobre os factores internos e externos que inciden nela, asumindo a responsabilidade persoal e social no coidado propio e no coidado das demais persoas, así como na promoción da saúde pública”.

- Número 4: Desenvolver un espírito crítico, empático e proactivo para detectar situacións de inequidade e exclusión a partir da comprensión das causas complexas que as orixinan.

- Número 5: Entender os conflitos como elementos connaturais á vida en sociedade que deben resolverse de maneira pacífica.

Os obxectivos de desenvolvemento sustentable da Axenda 2030, adoptada pola Asemblea Xeral das Nacións Unidas en setembro de 2015.

- Obxectivo 3: Saúde e Benestar
- Obxectivo 4: Educación de Calidade

- **Obxectivo 5: Igualdad de Xénero**

1.2. Marco teórico definido polo Ano Europeo da Educación a través do Deporte.

Neste sentido, o recente Ano Europeo da Educación a través do Deporte non pode pasar desapercibido. Por isto, o departamento considera os seus obxectivos como propios e comprométese a fomentalos no centro na medida do posible.

Os obxectivos do Ano Europeo da Educación a través do Deporte son os seguintes:

- 1. Sensibilizar ás institucións educativas e ás organizacións deportivas sobre a necesidade da cooperación, co obxectivo de desenrollar a educación a través do deporte e a súa dimensión europea, debido ó gran interese que teñen os xóvenes.
- 2. Aproveita-los valores transmitidos polo deporte para o desenvolvemento de coñecementos e competencias que permitan, sobre todo ós xóvenes, mellora-las capacidades físicas e a disposición para o esforzo persoal, así como as capacidades sociais, como por exemplo o traballo en equipo, a solidariedade, a tolerancia e o xogo limpo nun marco multicultural.
- 3. Promover unha maior conciencia da contribución positiva das actividades voluntarias á educación non formal, especialmente dos xóvenes.
- 4. Promover o valor educativo da mobilidade e dos intercambios de estudantes, especialmente en medios multiculturais a través da organización de encontros deportivos e culturais no marco das actividades escolares.
- 5. Alentar o intercambio de boas prácticas sobre a función que pode desempeñar o deporte nos sistemas educativos para fomenta-la integración social dos grupos desfavorecidos.
- 6. Establecer un maior equilibrio entre a actividade intelectual e a actividade física (AF) na vida escolar fomentando o deporte nas actividades escolares.
- 7. Tomar en consideración os problemas relacionados coa educación dos xóvenes deportistas de un e outro sexo nos deportes de competición.

1.3. Marco teórico definido polo Manifesto Mundial da educación física.

A recente publicación do manifesto mundial de EF significa, para o departamento, un novo impulso que ten coma finalidade animar ó profesorado na súa labor de educar por, para e a través do corpo e o movemento e marcar as directrices futuras do que, entende a F.I.E.P., debe ser a EF nas próximas décadas. Os artigos máis importantes para a departamento son os seguintes:

- 1. A EF, polos seus valores, debe ser entendida como un dereito fundamental das persoas.
- 2. A EF, polas vías formais e non formais, constitúese nun medio efectivo para a conquista dun estilo de vida activo.
- 3. A EF, debe ser asegurada e promovida durante toda a vida das persoas, ocupando un posto importante nos procesos de educación continuada.
- 4. A EF debe ser disciplina obrigatoria nas escolas de primaria e secundaria, debendo facer parte dun currículo lonxitudinal.
- 5. Para que a EF exerza a súa función de educación para a saúde (obesidade, enfermidades cardíacas, hipertensión, depresión) debe desenrollar hábitos de práctica regular nas persoas.
- 6. O deporte educacional e o deporte de tempo libre deben ser considerados como contidos da EF.
- 7. Os actuais profesores de EF precisan readaptar as súas actuacións e os seus procesos de perfeccionamento en función deste manifesto.
- 8. Os responsables da EF deben buscar instalacións e medios materiais adecuados.
- 9. A EF debe ser recoñecida como medio eficaz de equilibrio e mellora cando é ofrecida as persoas con necesidades especiais.
- 10. A EF debe ser utilizada na loita contra a discriminación e a exclusión social de calquera tipo, democratizando as oportunidades de participación.
- 11. A EF debe contribuir á Cultura da Paz.
- 12. A EF debe convivir saudablemente co medio ambiente, sin causar impactos negativos.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

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

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

Descrición:

3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición física e saúde		25	22	X		
2	Zumba		10	6	X		
3	Floorball		16	15		X	
4	Primeiros auxilios I		16	6		X	
5	Deportes de raqueta: Tenis de mesa		16	15			X
6	Acrosport II		17	6			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Condición física e saúde	22

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Incorporar de forma autónoma quecemento, dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene.	PE	30
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Xestionar a AFS e estilo de vida activo, segundo as necesidades/intereses individuais respectando o corpo.		
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información en base a criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Rexeitar estereotipos sociais (corpo e xénero) e as comportamentos de risco.		
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Practicar AF de forma cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados á AFD.		
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Manexar os protocolos ante situacións de emerxencia/accidentes aplicando os primeiros auxilios.		
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Practicar AF de forma cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados á AFD.	TI	70
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices.		
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas de seguridade nas AFD (individuais/colectivas) aplicándoas dentro e fóra do centro.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Resolución eficiente de tarefas motrices		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos asumindo o rol asignado.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar AFM sen prácticas antideportivas nin competitividade desmedida, con deportividade e superación.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Adoptar medidas para previr as lesións na AF (antes, durante e despois) recoñecendo situacións de risco.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> - Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico. - Autorregulación do adestramento. - Alimentación saudable e análise crítica da publicidade. - Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares. - Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada. - Ergonomía en actividades cotiás. - Coidado do corpo: quecemento específico autónomo. - Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física. - Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Esixencias e presións da competición. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais. - Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo. - Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas. - Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización. - Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia). <ul style="list-style-type: none"> - Sistemas de adestramento.

Contidos

- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.
- Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario.
- O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.
- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.
- Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física.
- Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.

UD	Título da UD	Duración
2	Zumba	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices.	TI	100
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos asumindo o rol asignado.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar AFM sen prácticas antideportivas nin competitividade desmedida, con deportividade e superación.		
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	Practicar actividades rítmico-expresivas, valorando as súas orixes e a súa cultura propia.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear/representar AF individuais/colectivas con/sen base musical empregando o corpo e movemento		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en AFD en contornas urbanas e naturais (terrestres/acuáticos), de forma sostible e minimizando o impacto ambiental e conservando os espazos.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar AFD no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles. - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo. - Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.

UD	Título da UD	Duración
3	Floorball	15

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Manexar as situacións de incerteza aproveitando as propias capacidades (percepción, decisión e execución) en contextos reais ou simulados.	PE	30
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices.	TI	70
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Practicar e avaliar AFD (individual, cooperativo ou colaborativo) e reconducir os procesos de traballo.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Dominio corporal dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade e resolución motriz.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Dominio corporal dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade e resolución motriz		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar AFM sen prácticas antideportivas nin competitividade desmedida, con deportividade e superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Respectar o adversario facendo uso do diálogo, resolución de conflitos e respecto á competencia motriz sen estereotipos e nin discriminacións.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Evitar estereotipos de xénero e comportamentos sexistas nas AFM e difundir referentes nos dous sexos.		

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

Contidos

- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:
 - Xestión do risco propio e do dos demais.
 - Medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións:
 - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.
 - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.
 - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.
 - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.
 - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia).
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
 - Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
 - Igualdade no acceso ao deporte.
 - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
 - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
4	Primeiros auxilios I	6

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Manexar os protocolos ante situacións de emerxencia/accidentes aplicando os primeiros auxilios.	PE	30
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Practicar e avaliar AFD (individual, cooperativo ou colaborativo) e reconducir os procesos de traballo.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos asumindo o rol asignado.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar AFM sen prácticas antideportivas nin competitividade desmedida, con deportividade e superación.	TI	70
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Respectar o adversario facendo uso do diálogo, resolución de conflitos e respecto á competencia motriz sen estereotipos e nin discriminacións.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais. - Medidas colectivas de seguridade. - Actuacións críticas ante accidentes: <ul style="list-style-type: none"> - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Toma de decisións:

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Capacidades volitivas e de superación. - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero. - Igualdade no acceso ao deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
5	Deportes de raqueta: Tenis de mesa	15

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Manexar as situacións de incerteza aproveitando as propias capacidades (percepción, decisión e execución) en contextos reais ou simulados.	PE	30
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices.	TI	70
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Practicar e avaliar AFD (individual, cooperativo ou colaborativo) e reconducir os procesos de traballo.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Dominio corporal dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade e resolución motriz.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos asumindo o rol asignado.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar AFM sen prácticas antideportivas nin competitividade desmedida, con deportividade e superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Respectar o adversario facendo uso do diálogo, resolución de conflitos e respecto á competencia motriz sen estereotipos e nin discriminacións.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Evitar estereotipos de xénero e comportamentos sexistas nas AFM e difundir referentes nos dous sexos.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais. - Medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas. - Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai. - Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto. - Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente. - Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia). - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices. - Capacidades volitivas e de superación.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices. - Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices. - Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero. - Igualdade no acceso ao deporte. - Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica. - Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.

UD	Título da UD	Duración
6	Acrosport II	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar activamente nas actividades motrices.	TI	100
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Practicar AF de forma cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados á AFD.		
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso coma do resultado.	Practicar e avaliar AFD (individual, cooperativo ou colaborativo) e reconducir os procesos de traballo.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Manexar as situacións de incerteza aproveitando as propias capacidades (percepción, decisión e execución) en contextos reais ou simulados.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Dominio corporal dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade e resolución motriz.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos asumindo o rol asignado.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Practicar AFM sen prácticas antideportivas nin competitividade desmedida, con deportividade e superación.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz e situándose activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Respectar o adversario facendo uso do diálogo, resolución de conflitos e respecto á competencia motriz sen estereotipos e nin discriminacións.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Evitar estereotipos de xénero e comportamentos sexistas nas AFM e difundir referentes nos dous sexos.		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticos, gozando destes de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en AFD en contornas urbanas e naturais (terrestres/acuáticos), de forma sostible e minimizando o impacto ambiental e conservando os espazos.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Practicar AFD no medio natural e urbano aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices: <ul style="list-style-type: none"> - Xestión do risco propio e do dos demais. - Medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais. - Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.

Contidos

- Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.
- Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.
- Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.
- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia).
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problemas con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles.
- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.
- Capacidades volitivas e de superación.
- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.
- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.
- Igualdade no acceso ao deporte.
- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.
- Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.
- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Os fundamentos básicos sobre os que se sustenta a LOMLOE, determinarán a construción do proceso educativo. Sen embargo, compete ó claustro, en xeral, e ó profesorado, en particular, establecer e determinar cales serán os criterios didácticos susceptibles de apoiar ou facilitar o P.E-A. Froito desta reflexión e dende unha perspectiva democrática e aberta da educación, decídense adoptar, con carácter xeral, os seguintes principios de intervención metodolóxicos, sen prexuízo de que cada profesor, en función dos contidos a impartir:

- As pautas metodolóxicas seguidas deberán sustentarse nos principios pedagóxicos de constructivismo, significatividade e comprensividade.
- Secuenciar as aprendizaxes de forma flexible e achegada os principios psicopedagóxicos de globalización, constructivismo, interdisciplinabilidade e atención á diversidade.
- Sustentar o P.E-A nos principios psicopedagóxicos, sobre todo na comprensividade, capacidade de reflexión e funcionalidade.
- Subordinar os métodos didácticos ás condicións psicolóxicas do educando, á estrutura científica da disciplina, ós medios dispoñibles e o docente.
- Abordar tódalas aprendizaxes dende os coñecementos previos do alumnado, de ahí a conveniencia de apoiar a intervención educativa na valoración inicial do grupo-aula, para, a posteriori, construír novas aprendizaxes.
- Expor dende o inicio do curso e a UD, respectivamente, os obxectivos xerais e didácticos que se esperan alcanzar co alumnado.

- Dado o carácter integral do ensino compre facilitar ó alumnado situacións educativas que requiran o procesamento interdisciplinar e transversal dos contidos, actividades e recursos propios da área.

- Acostumar ó alumno a ver ó profesorado non só como transmisor de coñecementos se non tamén como un guía ou orientador.

- Revalorización do feminino en prol da coeducación e a igualdade de sexos.

- A atención á diversidade deberá concretarse, fundamentalmente, no terceiro nivel de concreción (programación de aula), a través do traballo dos departamentos e do profesorado implicado.

Neste sentido, o apartado 7.4 Orientacións pedagóxicas do Decreto 156/2022 establece como liñas de actuación no proceso de ensino e aprendizaxe da Educación Física as seguintes:

- A Educación Física nesta etapa terá un carácter motriz, práctico e vivencial, que incremente a actividade física efectiva do alumnado.

- A asimilación das aprendizaxes e a adaptación ao traballo das capacidades condicionais do alumnado en Educación Física determinan a distribución das sesións semanais en diferentes días.

- Os numerosos modelos pedagóxicos de contrastado recoñecemento nacional e internacional constitúen unha ferramenta óptima para materializar un desenvolvemento competencial, como por exemplo a realización de proxectos significativos, a aprendizaxe cooperativa, a educación deportiva, o modelo comprensivo, o estilo actitudinal, o modelo de responsabilidade persoal e social, o vinculado á saúde ou o baseado na autoconstrución de materiais, entre outros, aos cales se lles debe dar relevancia no día a día polo carácter participativo, creativo e de aprendizaxe que xeran no alumnado.

- As situacións de aprendizaxe integrarán procesos orientados á adquisición da competencia motriz e as competencias clave e deberán enfocarse desde diferentes perspectivas, articulando elementos plurais como: metodoloxías de carácter participativo, o tipo e a intención das actividades expostas, a organización dos grupos, a consolidación dunha autoestima positiva, autonomía, reflexión e responsabilidade ou a creación dunha conciencia de grupo-clase.

- A metodoloxía elixida deberá establecerse en función dos contidos, do profesorado, do alumnado, do contexto e dos recursos, considerando especialmente as tecnoloxías dixitais desenvolvidas nos últimos tempos en diferentes ámbitos da Educación Física, pero sobre todo tendo claro por que e para que se utiliza.

- A atención á diversidade deberá ser personalizada, tanto para a prevención das dificultades de aprendizaxe e a implantación de mecanismos de reforzo tan pronto como se detecten como para atender os diferentes ritmos ou formas de aprendizaxe do alumnado.

- Pola vital influencia do movemento na aprendizaxe, recoméndase o desenvolvemento transdisciplinar de distintas situacións que o incorporen como recurso educativo, así como enfoques e proxectos interdisciplinares na medida en que sexa posible, usando estratexias para traballar transversalmente a competencia motriz, a comprensión lectora, a expresión oral e escrita, a comunicación audiovisual, a competencia dixital ou o fomento da creatividade, do espírito científico e do emprendemento.

- Deberase ter en conta a regulación dos procesos comunicativos, o desenvolvemento das relacións interpersoais, a conversión de espazos e materiais en oportunidades de aprendizaxe ou a transferencia do coñecemento adquirido a outros contextos sociais próximos que permitan comprobar o valor e a utilidade do aprendido, aspecto este último clave para unha sociedade máis xusta e equitativa.

- A avaliación en Educación Física deberá ser continua, formativa e integradora e estará dirixida cara á mellora da aprendizaxe do alumnado a través da súa participación nesta. Este será avaliado en función do grao de consecución dos criterios de avaliación que, pola súa vez, concretan o desenvolvemento dos obxectivos da materia. A relación existente entre estes e o contidos permitirá integrar e contextualizar a avaliación no seo das situacións de aprendizaxe que se vaian expondo ao longo das distintas unidades didácticas da etapa e que darán lugar a unha cualificación obxectiva e transparente, que será reflexo dos procesos de avaliación.

- Os contidos asociados aos criterios de avaliación de cada bloque en cada nivel serán concretados nas programacións didácticas, de forma que cada centro poida determinalos en función das instalacións e recursos materiais dispoñibles, ademais das características da contorna onde se sitúa. Estes contidos serán diferentes nos primeiros anos para que o alumnado poida iniciarse nunha ampla variedade de

actividades físico-deportivas e artístico-expresivas. Nos últimos niveis, estes contidos poderanse perfeccionar con base na aprendizaxes previas.

- O departamento didáctico, logo dunha reflexión, debe formular con criterios acordados unha estratexia metodolóxica común para desenvolver ao longo do proceso de ensino e aprendizaxe, considerando ademais que a promoción da práctica diaria do deporte e do exercicio físico por parte do alumnado durante a xornada escolar forma parte do seu desenvolvemento integral.

- Deberá procurarse a implicación das familias como un factor clave para facer do alumnado auténticos suxeitos activos dunha xestión cada vez máis autónoma e comprometida cun estilo de vida activo e saudable.

4.1.1. Orientacións didácticas para a etapa.

As orientacións didácticas xerais sinalan as diversas posibilidades metodolóxicas e de acción didáctica que se deducen dos principios psico-pedagóxicos nos que se inspira a actual reforma educativa: aprendizaxe significativo (relación entre coñecementos previos e os novos contidos), aprendizaxe funcional (aplicabilidade do aprendido) e memorístico pero non mecánico (posibilita-las transferencias a outros contextos). Estas orientaciónes son específicas para cada etapa e nivel educativo debido ós cambios evolutivos que se sofre o alumno (psicolóxicos, intelectuais, sociais, físicos, biolóxicos,...). Para unha adecuada intervención no P.E-A, o departamento suxire considerar as seguintes orientacións metodolóxicas (Díaz Lucea, 94):

- Avaliación inicial para coñecer a situación de partida: características somáticas, condición física, deportes practicados, motivación, expectativas, ...
- Determinar os coñecementos previos para construír novas aprendizaxes.
- Variar as estratexias didácticas e os métodos: da recepción ó descubrimento.
- Combinar o traballo do mecanismo perceptivo, decisional, executor e de control.
- Dar a coñecer os obxectivos do curso e a UD para motivar.
- Buscar a interdisciplinaridade con outras áreas.
- Utilización variada dos contidos e inclusión do teórico dentro do práctico.
- Atender á diversidade e ser consecuente coa lóxica interna do contido.
- Respetar os períodos de aprendizaxe, progresión e descanso.

4.1.2. Modelos didácticos e estilos de ensino en educación física.

Tradicionalmente a educación baseouse en modelos de aprendizaxe de tipo conductual (reproducir exercicios preparados polo profesor) onde o ensino da EF se apoiaba na demostración e na repetición, promovendo a adquisición de automatismo e non de esquemas motores que posteriormente poideran ser empregados (Florence, 1991). A Reforma educativa, de mans de Piaget, Vigotsky ou Ausubel, aporta unha nova concepción pedagóxica denominada constructivismo que postula que o coñecemento non se debe transmitir construído senón que o alumno debe construír a súa propia aprendizaxe. Por isto, o alumno debe asumir un papel importante na aprendizaxe e o profesor debe utilizar unha metodoloxía, uns métodos e uns estilos de ensino que permitan ó alumno traballar cada vez de forma máis autónoma.

O método de ensino debe estar en íntima relación coas características do alumno e o seu entorno, cos obxectivos a acadar e a materia a ensinar. Neste sentido, non existe un método universal válido para calquera aprendizaxe senón que cada situación motriz pode ser abordada a través de distintos métodos de ensino (reproducción ou descubrimento). Sen intención de establecer unha liña dogmática de traballo, o departamento considera que en EF se poden empregar os seguintes estilos de ensino (Delgado Noguera, 1991): E. tradicionais (mando directo e asignación de tarefas). E. individualizadores (ensino programado e ensino individualizado). E. participativos (ensinanza recíproca, microenseñanza e grupos reducidos). E. socializadores (traballo en grupos). E. que fomentan a implicación cognitiva (descubrimento guiado e resolución de problemas). E. que favorecen a creatividade (estilo creativo).

4.1.2.1. Suxerencias metodolóxicas para a educación física na E.S.O.

Con arreglo ós principios de intervención educativa de constructivismo, significatividade, comprensividade, opcionalidade, funcionalidade, interdisciplinaridade e atención á diversidade dictados xa no seu momento na LOXSE. O departamento de EF acorda adoptar con carácter xeral as seguintes orientacións metodolóxicas:

Por mor das características epistemolóxicas da área e das imprescindibles medidas de seguridade que esixe o desenvolvemento procedimental desta área (por ex. A escalada), o departamento poderá optar por métodos basados na recepción, nos cales o profesor ou o alumno son os que explican/expoñen os contidos a desenrollar. En consonancia coa liña argumentativa defendida, o departamento apoiárase basicamente nos estilos de ensinanza: directo, recíproco e asignación de tarefas. Pois de non mediar este tipo de estilo sería moi difícil controlar o discorrer das sesións dada a forte implicación e participación do alumno nas actividades. Este mesmo argumento, determinará que o control da sesión recaia, na maior parte dos casos, no profesor aínda que ocasionalmente sexa a propia actividade a que determine a organización e o desenvolvemento da sesión.

Para facilitar a adquisición de contidos relacionados con bloque de expresión corporal empregárase o descubrimento

guiado posto que o feito de dirixir excesivamente o P.E-A, podería desvirtuar a natureza creativa e o potencial afectivo da propia actividade.

Debido ó amplo repertorio de posibilidades que oferta calquera dos contidos da EF o departamento concederá certa capacidade de decisión ós alumnos (utilización de estilos participativos) en canto ó establecemento de obxectivos e á selección de contidos sempre e cando non contraña os marcados polo profesor e contribua a complementar a UD e a satisfacer as necesidades e intereses do alumno.

As formas de agrupamento serán preferentemente en grupos reducidos ou por parellas, xa que tanto a disponibilidad de material como a necesidade de unha ensinanza recíproca así o permiten. Como forma de organización empregaremos indistintamente os grupos homoxéneos i heteroxéneos, xa que contribuirán por un lado, a aceptar a individualidade do alumnado e a diversidade de capacidades e intereses, e por outro, a fomentar os estilos de ensinanza de corte colaborativo. Dado o carácter procedimental desta área, as formas de traballo e os tipos de formación serán utilizados en tódala súa amplitude.

Para a aprendizaxe dos elementos técnicos de cada bloque de contidos, o método de práctica usado fundamentalmente será de tipo analítico, co gallo de que os alumnos aprecien cada unha das fases a superar para a correcta realización do elemento técnico. Isto, obviamente, poderá conxugarse con traballo de tipo global mais recomendado para a expresión corporal ou para a detección de erros e a determinación dos coñecementos previos. O tipo de práctica será basicamente distribuída, aproveitándose os períodos de descanso para intercalar os contidos conceptuais. Cando o obxectivo sexa o desenvolvemento da condición física o tipo de práctica achegarse o método concentrado, posto que de non ser así poderíamos menoscabar os principios do entramento.

O interese mostrado polos alumnos con respecto á asignatura determina que a forma de motivación requirida sexa intrínseca aínda que con algún tipo de contido (expresión corporal e condición física) sexa preciso potenciar o mecanismo de motivación extrínseca.

A canle de comunicación empregada no proceso de interacción cos alumnos será a visual, a auditiva e a kinestésica, á vez que se otorga especial importancia o feed-back de tipo interoceptivo como elemento de axuste corporal e nos inclinamos pola retroalimentación de intencionalidade descriptiva, explicativa e afectiva cun obxectivo claramente orientado ó desenvolvemento do autoconceito e a asunción da súa individualidade.

4.1.2.2. Principios de intervención educativa na E.S.O.

Con arranxo á normativa en materia de educación as capacidades deben ser desenvolvidas para acceder ao éxito escolar. Isto implica uns principios fundamentais:

- Coñecemento do alumnado e atención á diversidade. Transmitir con ideas claras o que se vai facer, como e con que normas.
- Asunción de métodos pedagóxicos que incidan e non que se afasten do desenvolvemento destas capacidades.

As liñas metodolóxicas xerais que se extraen de todoo anterior deberán:

- Fomentar a participación, a reflexión, tanto individual como grupal.
- Operar non só sobre o concreto senón tamén sobre conceptos, ideas.
- Fomentar a formulación de hipóteses.
- Buscar, seleccionar e tratar a información.
- Fomentar a confrontación clara, respectuosa dela
- Insistir na ordenación das ideas, comparación, xerarquización.
- Elaborar percorridos ordenados, lóxicos desde a formulación de hipóteses á comprobación dos resultados.
- Expresar correcta, clara e ordenadamente os resultados.
- Comprobar noutros contextos diferentes aos utilizados para o traballo.
- Relacionar os saberes aprendidos nas distintas materias.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación

Os materiais curriculares e recursos didácticos son todo o conxunto de elementos, útiles ou estratexias que o profesor pode utilizar como soporte, complemento ou axuda na súa tarefa docente. O departamento considera que as características dos materiais deberán ser: sinxeleza, motivantes, polivalentes, seguros, duradeiros e manexables. Deste modo, o profesor non só selecciona o material senón que participa na elaboración e avaliación do mesmo xunto cos alumnos.

- Colchoneta: 15
- Banco sueco: 16
- Portería BLM: 2
- Potro: 2
- Plinton: 1
- Billarda: 22
- Billarda (poste): 4
- Voleibol (balón): 22
- Voleibol (poste): 2
- Fútbol (balón): 5
- Balonmán (balón): 30
- Baloncesto (balón): 21
- Hockei (portería): 8
- Hockei (pelota): 44
- Hockei (stick): 34
- Vallas grandes: 11
- Vallas pequenas: 6
- Badminton (poste): 4
- Badminton (raqueta): 32
- Badminton (pluma): 21
- Radio CD: 1
- Compresor: 1
- Cronómetro: 1
- Pesa: 1
- Balon medicinal: 20
- Indiaka: 10
- Frisbee: 17
- Pala madeira: 40
- Corda grande: 2
- Corda pequena: 28
- Comba de salto: 10
- Petanca: 6
- Picas: 10
- Rugby (balón): 3
- Tenis de mesa (rede): 7
- Tenis de mesa (taboleiro): 7
- Tenis de mesa (mesa): 2
- Tenis de mesa (raqueta): 29
- PC: 1
- Monitor: 1
- Impresora: 1
- Salto altura (quitamedos): 2
- Salto altura (poste) : 4
- Minitramp: 1
- Canasta fixa interior: 5
- Canasta fixa exterior: 2
- Portería BLM interior: 2
- Portería BLM exterior. 2
- Espalderas: 18
- TRX: 17
- Gomás elásticas: 27
- Petos: 20
- Pelotas varias: 10
- Rocódromo: 1

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Realizarase os primeiros días de clase a través dun formulario de Google deseñado a tal efecto.

AVALIACIÓN INICIAL

- Realizo de forma autónoma o quecemento: Non son capaz/Son quen de quentar se ningún problema
- O meu grado de participación nas clase de EF é ...: Escaso/Elevado
- Acostumo a traer a roupa deportiva para facer a clase de EF: Nunca/Sempre
- Posúo un nivel de condición física (Forza, Velocidade, Resistencia e Flexibilidade). Moi malo/Moi bo
- Creo que son unha persoa áxil e coordinada: Nada/Moito
- Amoso interese polo xogos colectivos e respecto as normas: Nada/Moito
- Disfruto da clase de EF e participo activamente: Nada/Moito
- Amoso respecto polos compañeiros e axudo aos que o precisan: Nada/Moito
- Realizo actividades física-deportiva (club, ximnasio, ..) fora do centro. Indica que actividade física fas e con que frecuencia.
- O curso pasado aprobei a materia de Educación física coa seguinte nota:

CUESTIONARIO DE APTITUDE PARA A ACTIVIDADE FÍSICA (PAR-Q).

Este cuestionario de aptitude é unha ferramenta que serve para detectar posibles problemas sanitarios e cardiovasculares en persoas sanas en aparencia que queren iniciar un programa de exercicio físico de baixa, media ou alta intensidade. *

- Tes diagnosticada algunha enfermidade cardíaca?
- Tes dores no peito cando fas actividade física?
- Notaches dor no peito durante o último mes?
- Perdes o equilibrio debido a mareos ou desmaiacheste algunha vez?
- Recetáronche algunha vez medicación para a presión arterial ou outro problema cardíaco?
- Tes algún problema óseo ou articular que pudiera agravarse coa actividade física?
- Díxoche o teu médico que deberías facer solamente activdad física baixo supervisión?
- Tes diagnosticada algunha enfermidade cardíaca?
- Tes dores no peito cando fas actividade física?
- Notaches dor no peito durante o último mes?
- Perdes o equilibrio debido a mareos ou desmaiacheste algunha vez?
- Recetáronche algunha vez medicación para a presión arterial ou outro problema cardíaco?
- Tes algún problema óseo ou articular que pudiera agravarse coa actividade física?
- Díxoche o teu médico que deberías facer solamente activdad física baixo supervisión?

PROGRAMA DE ALERTA ESCOLAR

O programa de Alerta Escolar en colaboración coa Fundación 061, ten como obxectivo a atención inmediata e eficiente do alumnado que presente unha patoloxía crónica (susceptibles de descompensación con compromiso vital) e pode desenvolver en calquera momento unha crise.

- Crises alérxicas (anafilaxia) por exposición a alérxenos normalmente alimentarios.
- Crises comiciais (epilepsia nas súas diferentes formas).
- Crises diabéticas (en xeral, hipoglucemias).

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	25	10	16	16	16	17	100
Proba escrita	30	0	30	30	30	0	22
Táboa de indicadores	70	100	70	70	70	100	78

Criterios de cualificación:

5.2.1. Criterios de cualificación do alumnado.

Con carácter xeral, a cualificación do alumno farase con referencia ós tres tipos de contidos educativos, de modo que se repartirá da seguinte maneira e proporción en cada unidade didáctica.

A. Apartado teórico-conceptual (30 %). Consideraranse como aspectos avaliados dentro deste apartado:

- Exame teórico
- Libreta de clase (actualización, presentación, ...).
- Dominio dos conceptos teóricos relacionados coa práctica.
- Corrección ortográfica na presentación de traballos e exames.

Con arranxo a actual norma e aplicación informática empregaremos unha proba escrita.

B. Apartado práctico-procedimental (50 %). Aspectos avaliados:

- Realización das actividades propostas polo profesor.
- Superación do exame práctico.
- Superación dos controis e valoracións realizadas dentro da sesión.

Con arranxo a actual norma e aplicación informática empregaremos a táboa de indicadores (rúbrica xeral)

C. Apartado actitudinal (20 %). Aspectos avaliados:

- Manter un clima de educación e respecto nas clases.
- Participación activa e colaborativa nas actividades de clase.
- Colaborar no desenrolo armónico das sesións.
- Respetar materiais e instalacións (aula, libros, mobiliario, material deportivo).

Con arranxo a actual norma e aplicación informática empregaremos a táboa de indicadores (rúbrica dos 3 CA específicos)

5.2.2. Consideracións relativas á cualificación.

- A cualificación obtida en cada trimestre redondearase ó enteiro superior cando o decimal sexa superior ou igual a 0,5 e ó enteiro inferior cando o decimal sexa inferior ou igual a 0,49. Para dar por superada a materia, o alumno deberá obter unha cualificación superior a 5 en cada unha das tres avaliacións.

- Para superar a materia, o alumno deberá superar as tres avaliacións. Resultando a cualificación final da media das tres avaliacións trimestrais antes de aplicar o redondeo establecido no punto anterior.

- En cada avaliación o alumno será avaliado dos tres tipos de contidos (conceptos, procedementos e actitudes). Cada un destes bloques suporá, con carácter xeral e respectivamente, un 30, 50 e 20% da nota final da avaliación ou unidade didáctica. Para poder sumar os tres apartados da puntuación en cada unidade didáctica, é condición indispensable obter como mínimo o 40% da nota máxima posible en cada apartado. No caso de facerse mais de unha unidade didáctica a nota desa avaliación calcularase de forma proporcional ás horas impartidas en cada unidade didáctica. Para superar a avaliación o alumnado deberá aprobar cada unha das unidades didácticas.

- A cualificación obtida na avaliación final será a media aritmética das cualificacións obtidas en cada

avaliación antes do redondeo. De non ser satisfactoria algunhas das avaliacións parciais, o alumno deberá realizar as actividades de recuperación e/ou exames no prazo que normativamente lle corresponda e estableza a administración educativa, debendo realizar tanto o exame práctico como teórico. En todo caso, estas actividades de recuperación terán como data límite o último día lectivo de curso.

- Cada unha das tarefas de avaliación realizadas, tanto sexan sobre contidos conceptuais, procedimentais ou actitudinais, implicará a consecuente comunicación ós alumnos a efectos de correxir os aspectos deficitarios do seu proceso de aprendizaxe e de reorientar o proceso de ensino. Os mecanismos de comunicación poderán ser tanto orais (comunicación persoal) como escritos (listaxe de alumnos coas notas).

- O departamento resérvase o dereito de modificar lixeiramente estas porcentaxes (non mais dun 30%) en función do tipo de contido (conceptuais, procedimentais ou actitudinais) que se estivera a impartir e da unidade didáctica (por exemplo, maior importancia do apartado actitudinal nos contidos vinculados á expresión e ó ritmo). En función das necesidades que esixe a abordaxe de un bloque de contido ou outro poderemos modificar o reparto porcentual da avaliación. Por exemplo, na UD de primeiros auxilios os contidos conceptuais poderán ter unha maior importancia (50, 30 e 20%) e na UD de expresión-comunicación os contidos actitudinais gozarán de maior valoración (20, 30 e 50%). En todo caso, o alumnado será debidamente informado sobre este particular na presentación da unidade didáctica.

- Os criterios de cualificación serán explicados ao alumnado na primeira sesión do curso. Para verificar que foron informados empregaremos un listaxe para que o alumno asine ou o control de asistencia rexistrado no XADE. Os criterios de cualificación tamén estarán expostos no taboeiro de anuncios do ximnasio e na aula virtual.

- Nas probas escritas cada falta de ortografía penalizarase con 0,2 puntos da nota ata un máximo de 2 puntos.

- O alumnado que empregue medios ou estratexias non permitidas expresamente polo profesorado para mellorar o seu rendemento nas probas de avaliación (copiar) ou axude a outro compañeiro a mellorar o seu rendemento terá como nota un 1 na debandita avaliación e deberá recuperala noutra proba.

- No caso de non xustificar a súa ausencia a máis de dúas sesións prácticas ou, estando na clase, non realizar tres sesións prácticas ao longo da avaliación o alumno perderá o dereito a ser avaliado dos contidos procedimentais e deberá realizar un exame teórico ou traballo compensatorio a efectos de comprobar que o alumno acadou os criterios de avaliación vinculados aos contidos prácticos. O alumno que non asista regularmente a clase nos termos descrito arriba, perderá o dereito de asistir a calquera das actividades complementarias e extraescolares que organizara o departamento de educación física.

5.2.3. Valoración dos contidos actitudinais.

- -O alumnado deberá obter 1 punto dos 2 posibles neste apartado.
- O alumnado será penalizado con 0.4 puntos por as seguintes condutas:
 - a. Falta de puntualidade á hora de entrar na aula. 3 faltas de puntualidade implicaran unha amoestación escrita (parte de conduta)
 - b. Salida antes de tempo.

Para garantir unha adecuada avaliación deste subapartado empregaremos unha rúbrica específica de só 3 criterios de avaliación que deberán ser superados indefectiblemente en cada tema para acadar unha avaliación positiva na materia e que representa un 20% da nota final do tema, UD ou avaliación. Os CA son os seguintes:

- CA2.3 con mínimo de consecución: Practicar AF con deportividade e asumindo o rol de participante (Traballar e practicar axeitadamente na clase).
- CA3.5 con mínimo de consecución: Colaborar na práctica de diferentes producións motrices asumindo o rol asignado (Traballar e practicar axeitadamente na clase).
- CA4.1 con mínimo de consecución: Practicar AF con deportividade e asumindo o rol de participante (Traballar e practicar axeitadamente na clase).

As condutas que evidencian unha falta de traballo e práctica axeitada na clase son, entre outras:

- a. Alteración do normal desenvolvemento da sesión.
- b. Utilización inapropiada do material e/ou as instalacións do centro.
- c. Non traer o material necesario para a sesión (roupa e calzado deportivo, material requirido).

Criterios de recuperación:

Na proba final (antigo exame convocatoria extraordinaria) o alumno deberá presentarse con toda a materia, sendo examinado só dos contidos conceptuais (exame teórico) e procedimentais (exame práctico). Neste caso, o exame teórico tera un valor de 6 puntos e o exame práctico de 4 puntos. Para poder sumar os dous apartados da proba, é condición indispensable obter como mínimo o 50% da nota máxima posible en cada apartado. De non ser así, daráse por non superada a materia.

- No caso de non superar a materia na terceira avaliación, o alumno deberá acudir á avaliación final e ter realizado as tarefas (tanto prácticas como teóricas) indicadas no paragrafo anterior e cuxo cumprimento ou adquisición deberá ser verificado a través dalgún dos instrumentos de avaliación que se detallan na programación do departamento.
- As actividades de apoio, reforzo e recuperación realizadas durante o período de recuperación centraranse exclusivamente nas avaliacións non superadas (1ª, 2ª ou 3ª), sendo avaliado só dos contidos conceptuais (a través de exercicios de carácter teórico) e procedimentais (verificación da realización de exercicios prácticos mediante rúbrica ou lista de cotexo). A parte teórica suporá o 60 % da cualificación e a parte práctica un 40%. Para poder sumar os dous apartados da proba, é condición indispensable obter como mínimo o 50% da nota máxima posible en cada apartado. De non ser así, daráse por non superada a materia.

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

Con arranxo a:

- Os Decreto polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia.

• Aos acordos acadados na Comisión de Coordinación Pedagóxica do 8 de marzo de 2013, O departamento de Educación Física establece as seguintes medidas para a atención a alumnos con materias pendentes.

A recuperación das materias pendentes, tanto de ESO (1º, 2º e 3º) como de bacharelato (1º) farase por medio de probas escritas ou práctica e/ou a presentación de traballos sobre os contidos da materia. En todo caso, os criterios de avaliación e contidos mínimos serán os da programación de Educación Física para o curso actual.

A. Plan de recuperación para os alumnos que cursan educación física (ESO)

- Na primeira reunión cos alumnos con materias pendentes explicaráselle o programa de recuperación que van a ter que seguir e faráselles entrega da axenda de traballo se a houber e o calendario de exames ordinarios.

• De non superar a materia pendente a través das actividades propostas durante o curso actual o alumno terá dereito a unha proba de recuperación final durante o periodo de recuperación que abrangue entre a terceira avaliación e a avaliación final.

B. Atención ao alumnado:

- No caso de non ter clase co alumno no curso actual, o profesor estará disposición do alumno durante o recreo dos mércores no departamento de educación física e durante a hora semanal de atención a pais e alumnos.

• Se o profesor lle da clase ao alumno neste curso as consultas poderanse facer ao remate da clase.

C. Profesor responsable do seguimento do alumno.

- Os alumnos con materia pendente serán atendidos polo xefe de departamento.

D. Exames.

As datas dos exames serán as seguintes:

- 1ª avaliación: na sesión de educación física (do curso pendente) inmediatamente anterior á sesión de avaliación da primeira avaliación.
- 2ª avaliación: na sesión de educación física (do curso pendente) inmediatamente anterior á sesión de avaliación da segunda avaliación.
- 3ª avaliación: na sesión de educación física (do curso pendente) inmediatamente anterior á sesión de avaliación da terceira avaliación.
- Final: durante o periodo de recuperación.

F. Avaliación e entrega de notas

- As sesións de avaliación e a entrega de notas quedan establecidas conforme ao acordado na Comisión de Coordinación Pedagóxica e ao aprobado no claustro.

6. Medidas de atención á diversidade

Partindo do presuposto de que tódolos alumnos teñen necesidades educativas, algúns terán unhas necesidades educativas especiais (NEE). As NEE son o conxunto de medidas, axudas e recursos personais e materiais que se poñen a disposición para dar resposta adecuada ás necesidades que poideran presenta-los alumnos (discapacidade, sobredotación ou situación socio-cultural desfavorecida).

Os alumnos soen ser moi participativos e cunha condición física similar. Os grupos están moi cohesionados polo feito de compartiren grupo dende fai 1 ou 2 anos e non existiren problemas de disciplina graves. Os repetidores distribúense polos distintos grupos a razón de 3/4 por grupo e nivel. Nembargantes, compre non descoidar as medidas para o control da clase no segundo curso por mor dunha serie de alumnos que soen impedir o normal desenvolvemento da sesión.

6.1.- Medidas de atención á diversidade.

A atención á diversidade esixe unha planificación coidadosa da intervención pedagóxica. Nesta planificación deberemos, entre outras consideración:

- Rexistra-los procedementos para a avaliación e detección das NEE.
 - Establecer las líñas básicas de actuación e definir as formas de organización
 - Determinar a responsabilidade das personas implicadas.
 - Marcar os criterios metodolóxicos y propoñer actuacións singulares.
 - Desenvolver os reforzos educativos e as adaptacións curriculares.
 - Ou sexa, toda unha serie de medidas a tomar a nivel de centro para, despois, tomar outras a nivel de aula (P.A., R.E. e A.C.I.), co obxectivo final de conseguir o máximo progreso del alumno.
- As medidas de atención á diversidade poden ser de dous tipos:

- Medidas curriculares: desenvolven un currículo diferente en función das posibilidades e necesidades do alumnado. Poden ser de carácter individual (adaptacións curriculares e reforzo educativo) ou grupal (tutoría e optatividad).

- Medidas organizativas: Cando exista algún tipo de agrupamento falaremos de agrupamentos específicos, PMAR. Cando non exista agrupamento falaremos de permanencia dun ano máis e de apoio ós ANEE.

6.2. Atención á diversidade en función dos bloques de contidos.

As características específicas dos distintos contidos deben terse en conta no momento de plantexar un ensino adaptado ás características do alumno. Neste sentido, pode resultar adecuado ter en conta as seguintes consideracións.

6.2.1. Condición física e saúde.

A homoxeneización do ensino supón condenar irremediamente ó fracaso a aqueles alumnos con dificultades motrices ou desenvolvemento evolutivo máis lento. Para evitar o menoscabo da diversidade poderemos:

- Programar contidos e actividades adaptadas ós distintos niveis dentro dunhas márxes de acción (distinto número de repetición, non probas submáximas).
- Evitar, na medida do posible, as probas de execución con carácter normativo. Empregalas como elemento orientador en non segregador ou discriminador.

- Establecer probas con un carácter criterial que valoren o nivel de progresión do alumno en función da práctica e do esforzo individual realizado.

- Utiliza-los compoñentes da carga (volumen/intensidad) como un factor diferenciador e un elemento de atención á diversidade. Valorar o grao de autonomía.

6.2.2. Xogos e deportes.

- Nas aprendizaxes con certo nivel de risco (habilidades ximnásticas, escalada), débense establecer axudas á progresión para disminuí-lo nivel de incertidumbre.

- Na ensinanza da técnica deportiva hai que plantexar problemas motrices con múltiples solucións.

- Nos deportes colectivos deberemos valorar o nivel de participación nas tarefas e inicia-la ensinanza da táctica colectiva buscando distintos niveis de resolución.

- Deberemos evita-los agrupamentos naturais por niveis variando as formas de agrupación o agrupando nós mesmos.

- Deberemos valorar a cooperación e o traballo colectivo como un elemento importante, así como o respecto ós demais.

6.2.3. Actividades no medio natural.

- Axudas á progresión para disminuí-lo nivel de risco (escalada).

- Evitar a reprodución de estereotipos sexistas (masculinización das actividades).

6.2.4. Ritmo e expresión.

Nestas idades estas actividades non sempre gozarán do interese dos alumnos, sobretodo varóns, debido ós conflitos psico-sociais propios da etapa. Resulta adecuado:

- Propoñer actividades motivantes ó comenzo da UD, respetando as respostas individuais, e fundamentar o traballo no respecto ós demais.

- Abordar os contidos fundamentalmente a través de traballos grupais sen necesidade de forzar-los agrupamentos.

- Valora-la orixinalidade e a creatividade por encima do rendimento.

- Evita-los estilos directivos e a imposición de tarefas.

- Material adecuado para o alumno con deficiencia auditiva (amplificador).

6.3. Atención á diversidade en función das necesidades educativas especiais.

Creemos que é posible integrar os debanditos alumnos na marcha xeral do curso, facendoos sentirse máis útiles e conseguindo unha maior motivación e nivel de aprendizaxe. Por elo, deberemos considerar estes casos dentro da programación, establecendo programas específicos a través dun desenvolvemento curricular ó seu alcance.

6.3.1. Alumnos con discapacidade grave e permanente.

A atención á diversidade debe centrarse tanto nos contidos adaptados (especialmente orientados cara os conceptos e as actitudes) como nos recursos didácticos que se van a empregar para integra-los alumnos. Propoñemos as seguintes suxerencias:

- Realización de traballos teóricos e participar como árbitros.

- Elaboración de apuntes e dirección de actividades (quecemento, estiramientos, ...)

- Colaborar na avaliación dos compañeiros (co-avaliación).

6.3.2. Alumnos con incapacidade transitoria.

Para os alumnos que padezan unha incapacidade transitoria, propoñeremos un programa de traballo individualizado no que realicen as actividades que sexan compatibles. Por exemplo, xogar ó badminton sentado, participar na cronometraxe dalgún exercicio, recoller de forma escrita a sesión práctica ou cumprimentando as follas de observación sistemática do profesor (participación, colaboración, compromiso físico, ...).

6.4. Programa de reforzo e plan de traballo para os alumnos pendentes.

Co obxecto de facilitar a superación de materias pendentes o departamento propondrá un programa de reforzo onde se indiquen os contidos esixibles e as actividades de avaliación relativas ó curso non superado. A coordinación e seguimento da avaliación é responsabilidade do xefe de departamento. No caso de existiren alumnos pendentes o profesor encargado contará cunha hora lectiva máis á semana para a realización dun plan de recuperación.

6.5. Programa de preparación da probas extraordinarias.

Con arranxo ao establecido nas instrucións da Administración educativa a última semana de clase dedicárase á preparación e realización das probas de recuperación e a actividades de apoio, reforzo, recuperación, ampliación e titorización.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6
ET.1 - Comprensión de lectura, expresión oral e escrita, comunicación audiovisual, competencia dixital e emprendemento social.	X	X	X	X	X	X
ET.2 - Fomento do espírito crítico e científico, educación emocional e en valores e igualdade de xénero.	X	X	X	X	X	X
ET.3 - Fomento da educación para a saúde, incluída a afectivo-sexual e a formación estética.	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Formación sobre o cambio climático, o consumo responsable e cooperación entre iguais.	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Promoverase a resolución pacífica de conflitos, os valores democráticos, os dereitos humanos e o rexeitamento da violencia.	X	X	X	X	X	X
ET.6 - Evitar os comportamentos e estereotipos sexistas e a discriminación por calquera razón.	X	X	X	X	X	X

Observacións:

O artigo 18 do Decreto 156/2022 establece que a EF, ó igual que o resto das materias do currículo, debe contribuir ó desenvolvemento dos contidos transversais. Os temas transversais son contidos educativos valiosos, dirixidos á formación integral do individuo, que nace da consideración de certos problemas e a súa relevancia social (violencia, saúde, consumismo, discriminación, drogodependencias, desigualdade entre sexos). Os temas transversais foron considerados erróneamente como contidos engadidos que xeneran intervencións especiais e puntuais. Desde o departamento, consideramos que a abordaxe destes contidos debe ser asumida de forma continuada por todos, pero en especial, polo equipo docente que xa os considerou no Proxecto de Centro.

O papel educativo dos temas transversais é máis forte que calquera outro tipo de contido posto que implica ó alumno dentro dunha problemática social próxima a él e faino participar activamente. Para Contreras (1998), as características pedagóxicas dos temas transversais son:

- Forman parte do currículo educativo e impregnan o currículo na súa totalidade.
- Desenvolve os tres tipos de contidos (conceptuais, procedimentais e actitudinais).
- Son responsabilidade da comunidade educativa e do equipo docente.
- Teñen, coma o currículo, un carácter aberto e flexible.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1. Programa de froita	Reparto de froita fresca durante os recreos (EDUsaúde)			
2. Recreos activos	Organización de competicións deportivas durante os recreos e emprego das instalacións deportivas (EDUexcelencia)			
3. Senderismo e kayak	Realización dunha xornada de actividades no medio natural co alumnado.			

Observacións:

No decreto 156/2022, do 15 de setembro, polo que se establecen a ordenación e o currículo da educación secundaria obrigatoria na Comunidade Autónoma de Galicia, o artigo 38. Promoción de estilos de vida saudables establece que:

1. Os centros docentes deberán incluír dentro do seu proxecto educativo e funcional un plan de actividades físicas e hábitos saudables coa finalidade da práctica diaria de deporte e exercicio físico durante a xornada escolar e da promoción dunha vida activa, saudable e autónoma, por parte das alumnas e dos alumnos, e que se concretará anualmente na programación xeral anual a través das correspondentes actuacións.

2. O deseño, a coordinación e a supervisión das medidas que se adopten serán asumidas polo profesorado coa cualificación ou especialización adecuada, e de acordo cos recursos dispoñibles.

O departamento de EF adquiriu o compromiso de organizar e coordinar actividades complementarias e competicións durante tódolos recreos, quedando exento, se for posible, de facer gardas de pasillo, biblioteca ou recreo. Cada trimestre organizarase unha competición e as instalacións deportivas estarán a disposición dos alumnos durante os recreos para que poidan practicar actividade físico-deportiva.

Programa Recreos Activos:

O IES Espiñeira desenvolverá durante os recreos, e baixo a supervisión do departamento de educación física, un programa de actividade física orientado á práctica deportiva. O obxectivo principal deste plan é fomentar a práctica de actividade física durante os períodos de lecer favorecendo socialización do alumnado fora da aula. Este curso os recreos activos serán levados a cabo e cofinanciados a través dun Contrato-Programa (EDUexcelencia)

Programa de consumo de froita:

Fomentar o consumo de froita a través do reparto diario de froita ao alumnado de ESO e FPB. Este programa será cofinanciado a través dun Contrato-Programa (EDUsaúde) e o IES Espiñeira.

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

Indicadores de logro
Enquisa de valoración do profesor de educación física

Descrición:

INFORMACIÓN INICIAL A PRINCIPIO DE CURSO-PRESENTACIÓN DA MATERIA.

- O profesor informa sobre os obxectivos e contidos da materia ao comezo de curso.
- O profesor informa sobre a maneira de avaliar e os criterios de cualificación.
- O profesor informa sobre o horario de atención ao alumnado e familias.

CUMPRIMENTO DAS OBRIGAS COMO PROFESOR E APTITUDES PROFESIONAIS.

- É cercano e trata de conectar co alumnado.
- Favorece un clima adecuado de traballo na clase.
- É puntual para comezar e rematar a clase.
- É correcto e respectuoso co alumnado
- Asiste a clase regularmente e procura recuperar o tempo perdido.
- Ten unha actitude receptiva e amósase aberto ao diálogo.
- Ten coñecementos suficientes e demostra que preparou as clases.
- Amosa interese pola materia que imparte.
- Fala con expresividade e varía o ton de voz.

DESENVOLVEMENTO DAS CLASES.

- Explica de maneira clara e ordenada.
- Relaciona uns temas da materia con outros.
- Fomenta a participación e interese do estudante pola materia.
- As clases son fáciles de seguir e manteño ben a atención.
- Os materiais e apuntes facilitados son bos e de calidade.
- Na clase síntome motivado para traballar.
- O profesor axúdame a resolver as dificultades que se me presentan.
- O profesor resolve a dúbidas con exactitude.
- O profesor verifica que entendemos o que explica.
- O profesor emprega e domina as novas tecnoloxías.
- O profesor favorece o razoamento e a reflexión do alumnado.

AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN.

- Os enunciados dos exames son claros.
- A corrección dos exames é adecuada.
- Os exames correspóndense co explicado na clase.
- A cualificación obtida axústase ao coñecementos adquiridos
- Estou satisfeito co traballo e esforzo realizados na clase.
- O profesor avalía de forma xusta valorando adecuadamente o meu esforzo e traballo.
- O grao de dificultade da materia é adecuado.

VALORACIÓN XERAL DO PROFESOR.

- En xeral penso que é un bo profesor.
- Gustaríame que o profesor me dera clase o próximo curso.
- Indica os puntos fortes do profesor e como podería potencialos máis.
- Indica os puntos débiles do profesor e propostas para a súa mellora.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O establecido na aplicación PROENS e nas instrución da administración educativa.

9. Outros apartados