

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
CURSO 2015/16
1º y 3º ESO



Francisco Tenreiro Gavela
Xefe/a do Departamento

INDICE

1.	Concreción, de ser o caso, dos obxectivos para o curso.....	3
1.1	1º ESO.....	3
1.2	3º ESO.....	4
2.	Concreción para cada estándar de aprendizaxe avaliable de:.....	6
2.1	1º Eso.....	6
2.2	3º Eso.....	14
3.	Criterios sobre a avaliación, cualificación e promoción do alumnado.....	23
4.	Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes.....	24
5.	Deseño da avaliación inicial e medidas individuais ou colectivas que se poidan adoptar como consecuencia dos seus resultados.....	24
6.	Medidas de atención á diversidade.....	24
7.	Actividades complementarias e extraescolares programadas por cada departamento didáctico.....	26
8.	Mecanismos de revisión, avaliación e modificación das programacións didácticas en relación cos resultados académicos e procesos de mellora.....	26
8.1	Indicadores.....	27
9.	Referencias normativas.....	28

1. CONCRECIÓN, DE SER O CASO, DOS OBXECTIVOS PARA O CURSO.

1.1 1º ESO

O alumnado, ao remate do presente curso debe de ser capaz de:

-Recoñecer as diferentes fases da sesión de educación física, o seu cometido e a súa importancia e propoñer, por grupos de traballo, actividades que poidan ser axeitadas para as fases de quecemento e volta a calma.

-Empregar a indumentaria axeitada para as clases de educación física, cumprindo aseo persoal e hidratación correcta na realización das sesións de traballo.

-Contribuír á creación dunha coreografía por parellas, baseada en habilidades no chan, aportando ideas ao grupo e combinando o emprego da música coa elaboración dunha secuencia de movementos onde se aprecie un comezo, un desenvolvemento e un final así como ritmo e coordinación grupal.

-Respectar e comprender a importancia da correcta distribución de funcións dentro do grupo, contribuíndo de xeito individual as producións grupais finais, propoñendo ideas e axudando a aqueles alumnos que amosan dificultades.

-Coñecer e practicar actividades que se poden levar a cabo nos contornos naturais e urbanos, respectando ditos contornos e non xerando impacto negativo nos mesmos.

-Identificar e por en práctica as medidas de seguridade máis importantes na realización de diferentes tipos de actividades físicas e deportivas, especialmente aquelas derivadas dun correcto uso do material e aquelas nas que se debe prestar axuda a compañeiros.

-Empregar as tecnoloxías da información e da comunicación para crear, enviar ou recibir información en diferentes soportes (son, vídeo, texto).

- Comprender a importancia que ten unha correcta alimentación así como a realización de actividade física para saúde, coñecendo o concepto de frecuencia cardíaca e sendo capaz de regular a intensidade do esforzo en función do porcentaxe de frecuencia cardíaca máxima ao que esteamos a traballar.

-Participar activamente na realización de xogos e actividades para o desenvolvemento das principais capacidades físicas relacionadas coa saúde mellorando con respecto ao nivel inicial e amosando pautas posturais que eviten que se produzan lesións.

-Coñecer, saber explicar e levar a cabo xogos e actividades para o desenvolvemento da resistencia cardiorrespiratoria, da forza e da resistencia.

-Resolver situacións individuais de malabares, mellorando con respecto ao nivel de partida, comprendendo os elementos técnicos fundamentais e respectando as regras.

-Levar a cabo actividades no medio natural de acordo coas regras básicos de seguridade.

-Resolve situacións de balonmán, baloncesto e fútbol a partires dun dominio básico dos fundamentos técnicos e tácticos, respectando as regras e mantendo unha organización grupal axeitada tanto en fase defensiva como en fase ofensiva.

1.2 3º ESO

-Preparar e presentar, por pequenos grupos (2-3 persoas) actividades de quecemento axeitadas para sesións de forza, resistencia ou deportes colectivos así como actividades para a mellora das habilidades motoras.

-Respectar e comprender a importancia da correcta distribución de funcións dentro do grupo, contribuíndo de xeito individual as producións grupais finais, propoñendo ideas e axudando a aqueles alumnos que amosan dificultades. (DESGLOSAR)

-Coñecer e practicar actividades que se poden levar a cabo nos contornos naturais e urbanos, respectando ditos contornos e non xerando impacto negativo nos mesmos. (EVOLUCIONAR).

-Coñecer os riscos derivados da práctica de actividades físicas adoptando medidas que permitan limitalos e coñecendo protocolos para levar a cabo en caso de emerxencia.

-Contribuír á creación dunha coreografía de aerobio aportando ideas ao grupo e combinando o emprego da música coa elaboración dunha secuencia de movementos onde se aprecie un comezo, un desenvolvemento e un final así como ritmo e coordinación grupal.

-Empregar de xeito creativo as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar traballos en diferentes soportes (texto, imaxe, son), para buscar e seleccionar información, para xerar recursos de apoio á exposición de presentacións e para recibir notificacións e avisos.

-Participar de xeito activo na creación e execución de pasos propios de Aerobio e contribuíndo á creación dunha coreografía a partires da selección de música e da combinación dun conxunto de pasos onde se observe principio, comezo e final, coordinación grupal, ritmo e tratando de transmitir unha mensaxe que concorde coa música.

-Coñecer as principais vías de obtención de enerxía e a súa relación coas capacidades físicas, comprendendo a súa importancia para a saúde, adaptando a intensidade de traballo para a mellora das mesmas en función da frecuencia cardíaca e levando a cabo procedementos de avaliación básicas das mesmas.

-Amosar unha actitude crítica fronte a prácticas que teñen implicacións negativas para a saúde.

-Participar de xeito activo en métodos de adestramento das capacidades físicas de forza, resistencia e flexibilidade, mellorando con respecto ao nivel inicial, analizando os posibles riscos derivados e comprendendo a importancia do desenvolvemento das mesmas para a mellora da nosa saúde.

- Levar a cabo actividades no contorno natural amosando técnicas de progresión que consideren o respecto pola natureza, a seguridade persoal e do grupo e anticipando as posibles variacións que puideren condicionar a práctica.

-Reflexionar, analizar e participar de xeito activo en resolución de situación de xogo de tag-rugby e hockey sobre patíns, dominando os aspectos técnicos básicos, de acordo cunha táctica grupal e mellorando con respecto ao nivel inicial.

2. CONCRECIÓN PARA CADA ESTÁNDAR DE APRENDIZAXE AVAILABLE DE:

2.1 1º ESO

(Contribución ás competencias clave/Unidade didáctica/ Grao mínimo de consecución para superar a materia / Procedementos e instrumentos de avaliación)

	Bloque 1. Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física	
--	---	--

Educación Física. 1º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ g 	B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábito saudable na práctica da actividade física. B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión. B1.3. Atención ao aseo persoal e ao uso adecuado da indumentaria.	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.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CMCCT 	Quecemento CF	Recoñece o quecemento nas sesións de actividade física.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario.
			EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión de acordo cos contidos que se vaian realizar, seguindo as orientacións dadas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CSC ▪ CAA 	Quecemento CF	Recoñece exercicios para a distintas partes da clase e é quen de levarlos a cabo.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario.
			EFB1.1.3. Respecta os hábitos de aseo persoal en relación á saúde e a actividade física.	CSC	Transversal	Trae de forma habitual aseo/roupa as clases de educación física.	Observación sistemática: lista de control
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ n 	B1.4. Respecto e aceptación das	B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión	EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	CSC	Transversal	Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	Observación sistemática: lista de control actitudinal.

Educación Física. 1º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ▪ a ▪ b ▪ c ▪ d ▪ l ▪ g 	<p>reglas 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>	<p>social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.</p>	<p>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.</p>	CSC	Transversal	Participa en actividades grupais, escoita, dialoga e traballa cos compañeiros/as.	Observación sistemática: lista de control actitudinal.
			<p>EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do seu nivel de destreza.</p>	CSC	Transversal	Respecta a todos os compañeiros/as sen discriminar por razón de sexo e de destreza.	Observación sistemática: lista de control actitudinal.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 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>B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.</p>	<p>EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu contorno próximo para a realización de actividades físico-deportivas.</p>	CSC	CF AMN Deporte/ocio	Coñece a oferta deportiva do seu concello e do seu barrio	Enquisa/Cuestionario/Traballo de investigación. Entrevista.
			<p>EFB1.3.2. Respecta o seu conrono e a valora como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</p>	CSC	AMN Deporte/ocio	Coñece as oportunidades da contorno natural próximo.	Enquisa/Cuestionario/Traballo de investigación. Entrevista.

Educación Física. 1º de ESO							
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	<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>		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	CF	Recoñece actitudes positivas na práctica deportiva relacionadas con estilos de vida saudables.	Busca e lectura de artigos. Diario/Debate/Redacción. Portfolio.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ n ▪ g 	<p>B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas</p> <p>B1.12. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</p> <p>B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento</p>	<p>B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.</p>	EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo/a ou para as demais persoas.	CSC CSIEE	Deportes EC	Identifica os elementos de risco que supón o incumprimento das normas (material, calzado, axudas...) e cumpre na práctica para evitalos.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario.
			EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección no seu contorno.	CSIEE	CF	Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia.	Cuestionario.

Educación Física. 1º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	deportivo.						
<ul style="list-style-type: none"> ▪ 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.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CD ▪ CCL 	Transversal	Elabora en formato dixital traballos sobre os temas solicitados.	Rúbrica de presentación de traballos. Traballos. Diario. Portfolio.
			EFB1.5.2. Expón e defende traballos sinxelos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ CD ▪ CCL 	Transversal	Expón o traballo solicitado.	Rúbrica de expresión oral. Traballo/presentación.

Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas

Educación Física. 1º de ESO							
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ▪ n ▪ m ▪ b ▪ g ▪ l ▪ d ▪ ñ 	<p>B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas básicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade.</p> <p>B2.2. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.</p>	<p>B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas sinxelas de expresión corporal.</p>	<p>EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade.</p>	CCEC	EC Habilidades básicas	<p>Realiza unha secuencia libre de movementos (volteos, saltos e equilibrios) seguindo un ritmo. Combas, aerobic, bailes...</p>	<p>Rúbrica de avaliación. Exame práctico. Proxecto. Rúbrica de avaliación.</p>
			<p>EFB2.1.2. Pon en práctica una secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo.</p>	CCEC	EC		
			<p>EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.</p>	CCEC	EC		

Bloque 3. Actividade física e saúde

Educación Física. 1º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ f ▪ b ▪ g 	<p>B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde.</p> <p>B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable.</p> <p>B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.</p>	<p>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.</p>	<p>EFB3.1.1. Distingue de xeito básico o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable.</p>	CMCCT	CF	Identifica hábitos alimenticios incorrectos para un estilo de vida saudable.	Valoración do Caderno de saúde persoal. Debate. Portfolio.
			<p>EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora da condición física.</p>	CMCCT CAA	CF	Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca.	Valoración do Caderno de saúde persoal. Debate. Portfolio.
			<p>EFB3.1.3. Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e lévaas á práctica.</p>	CMCCT	CF	Recoñece as actividades de mellora cardiovascular. Recoñece unha franxa de frecuencia cardíaca saudable de xeito aproximado.	Cuestionario. Exame. Entrevista. Técnica de pregunta.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ m ▪ g ▪ f ▪ b 	<p>B3.4. Métodos básicos para o desenvolvemento das 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 ergonomía e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas e na vida cotiá..</p>	<p>B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexixencia no seu esforzo.</p>	<p>EFB3.2.1. Iníciase na participación activa das actividades para a mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</p>	CAA	CF	Participa activamente na mellora da súa condición física.	Observación sistemática: lista de control de participación activa.
			<p>EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</p>	CAA	CF	Mellora a súa condición física con respecto ao seu nivel inicial respectando o seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Probas físicas iniciais e finais. Traballo. Portfolio dixital con app.
			<p>EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</p>	CMCCT CSIEE	Transversal	Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. Aplica fundamentos "básicos" de hixiene postural.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario. Caderno de saúde persoal. Exame práctico.

Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas

Educación Física. 1º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
a b g m	B4.1 Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.	B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.	EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	CAA CSIEE	Deportes	Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas	Rúbrica
			EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.	CAA CSIEE	Transversal	Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Rúbrica de autoavaliación.
			EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.	CAA CSIEE	Transversal	Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	Redaccións , traballo escrito, presentacións
			EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	CAA CSIEE	Transversal	Mellora o seu nivel de execución con respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.	Rúbrica de avaliación, de autoavaliación, de avaliación entre iguais.
			EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	CAA CSIEE	AMN	Pon en práctica técnicas explicadas en actividades levadas a cabo no medio natural.	Observación. Lista de control. Cartografía.
a b d g m	B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos. B4.5	B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitadas, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos máis 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 facilitadas.	CAA CSIEE	Deportes	Emprega os fundamentos explicados para obter vantaxe inicial no transcurso da acción de xogo.	Exame práctico. Rúbrica de avaliación.
			EFB4.2.2. Describe simplifadamente 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 facilitadas.	CAA CSIEE	Deportes	Amosa certa variedade en canto a esquemas de posición en deportes colectivos.	Traballo. Exame práctico. Rúbrica de avaliación.
			EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en	CAA	Deportes	Actúa en función do adversario e do móbil nas situacións de	Exame práctico. Rúbrica de avaliación.

Educación Física. 1º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.		conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	CSIEE		colaboración, oposición e colaboración-oposición.	
			EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	CAA CSIEE	Deportes	Analiza situacións de xogo propio e rival e propón un plan de acción razoado.	Traballo. Rúbrica de avaliación. Portfolio.

2.2 3º ESO

Bloque 1. Bloque 1. Contidos comúns en Educación Física

Educación Física. 3º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
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	CF Quecemento	Coñece a intensidade dos esforzos a realizar en cada parte da sesión de actividade física.	Cuestionario.
			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	CF Quecemento	Prepara e realiza quecementos de forma autónoma.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario. Rúbrica de avaliación.
			EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades.	CSC	Deportes CF	Preparar e por en práctica actividades para a mellora das súas habilidades motoras seguindo as pautas do profesor considerando seu nivel de habilidade.	Presentación. Rúbrica de avaliación. Portfolio.
m n a b c d l g	B1.3 Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados. B1.4. Papeis e	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	Transversal	Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	Observación sistemática: lista de control actitudinal.
			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	Transversal	Participa en actividades grupais, escoita, dialoga e traballa cos compañeiros/as.	Observación sistemática: lista de control actitudinal. Debate. Traballo grupo. Rúbrica.

Educación Física. 3º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	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.		EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	CSC	Transversal	Respecta a todos os compañeiros/as sen discriminar por razón de sexo e de destreza.	Observación sistemática: lista de control actitudinal.
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 sociedade actual e	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	CF Deporte/ocio AMN	Coñece e a oferta deportiva do seu concello e do seu barrio. Coñece, analiza e practica actividades do seu contorno próximo urbán ou natural.	Enquisa/Cuestionario/Traballo de investigación. Traballo. Portfolio.
			EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórap como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	CSC	AMN Deporte/ocio	Realiza actividades no medio natural sen xerar impacto medioambiental.	Observación: lista de control.
			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	CF	Recoñece actitudes positivas na práctica deportiva relacionadas con estilos de vida saudables. Recoñece actitudes positivas e negativas relacionadas cos estilo de vida e propón cambios para combatelas.	Traballo. Portfolio. Debate. Técnica de preguntas.

Educación Física. 3º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	a súa relación coa saúde.						
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	CF Deportes EC	Identifica os elementos de risco que supón o incumprimento das normas (material, calzado, axudas...) e cumpre na práctica para evitalos.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario. Técnica de preguntas.
			EFB1.4.2. Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	CSIEE	CF AMN Deporte/ocio	Describe os protocolos para activar os servizos de emerxencia. Describe e leva a cabo protocolos básicos de emerxencias.	Cuestionario. Traballo. Exame práctico.
			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	AMN	Aplica as medidas fundamentais de seguridade nas actividades deportivas coñecendo aquelas que poden ser dun maior risco.	Exame práctico.
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.	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	Transversal	Elabora en formato dixital traballos sobre os temas solicitados. Elabora en formato dixital e presenta traballos seguido pautas marcadas polo profesor.	Rúbrica de presentación de traballos.
			EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos	CD CCL	Transversal	Expón o traballo solicitado. Expón traballos e resolve dúbidas.	Rúbrica de expresión oral.

Educación Física. 3º de ESO							
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.		tecnolóxicos.				

Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas

Educación Física. 3º de ESO							
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
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	EC	Utiliza técnicas corporais de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	Rúbrica de expresión corporal. Exame escrito.
			EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado.	CCEC	EC	Realiza unha secuencia libre de movementos (con combas/aerobic etc) axustados a un ritmo prefixado.	Rúbrica de avaliación, de autoavaliación e de avaliación entre iguais.
			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	EC	Fai algunha aportación para o deseño da coreografía... Aporta ideas ao grupo e actúa en función do grupo en bailes e danzas.	Exame practico. Rúbrica de avaliación.
			EFB2.1.4. Realiza improvisacións como medio de comunicación espontánea en parellas ou grupos.	CCEC	EC	Realiza breves improvisacións partindo de elementos básicos estudados previamente.	Representación. Exposición. Pantomima. Rúbrica.

Bloque 3. Actividade física e saúde

Educación Física. 3º de ESO							
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
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>	<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.</p>	EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	CMCCT	CF Deportes/ocio EC	Recoñece as capacidades físicas vinculadas a actividades de expresión corporal.	Exame. Traballo. Debate.
			EFB3.1.2. Asocia os sistemas metabólicos de obtención de enerxía cos tipos de actividade física, a alimentación e a saúde.	CMCCT	CF	Cóñece os xeitos de obtención de enerxías e a súa vinculación coas diferentes capacidades físicas.	Traballo escrito. Exame escrito, debate. Portfolio.
			EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e contraindicacións da práctica deportiva.	CMCCT	CF	Cóñece adaptacións así como riscos a evitar producidos pola práctica sistemática de actividades física.	Traballo. Exame. Debate. Entrevista.
			EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	CMCCT	CF Deportes	Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca para a súa mellora.	Valoración do Caderno de saúde persoal. Ficha.
			EFB3.1.5. Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	CMCCT	CF	Aplica de forma autónoma procedementos para autoavaliar os factores da condición física.	Rúbrica de autoavaliación.
			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	CF Deportes/ocio AMN	Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte as prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	Traballo escrito. Exame. Debate. Técnica de preguntas.

Educación Física. 3º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
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	CF	Participa activamente na mellora da súa condición física. Participa activamente na mellora da súa condición física seguindo os principios dos métodos de adestramento explicados previamente.	Observación sistemática: lista de control de participación activa.
			EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	CAA	CF	Mellora a súa condición física con respecto ao seu nivel inicial respectando o seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	Probas físicas iniciais e finais.
			EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	CAA CSIEE	Transversal	Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	Observación sistemática: lista de control. Cuestionario. Caderno de saúde persoal.
			EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	CAA	Transversal	Cóñece algún dos efectos positivos que ten a práctica de actividade física regular de acordo cos organismos internacionais e nacionais.	Traballo. Entrevista. Técnica de pregunta. Debate. Exame escrito. Técnica de preguntas.

Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas

Educación Física. 3º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
a b g m	B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices de xeito combinado vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos. B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais. B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes ámbitos.	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	Deportes	Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas, das actividades propostas, respectando as regras e normas establecidas	Rúbrica de autoavaliación.
			EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	CAA CSIEE	Transversal	Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Rúbrica de autoavaliación.
			EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos.	CAA CSIEE	Transversal	Autoavalía a súa execución con respecto ao modelo técnico formulado.	Rúbrica de autoavaliación. Relfexión. Exposición oral. Portfolio
			EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo, autoexixencia e superación.	CAA CSIEE	Transversal	Mellora o seu nivel de execución con respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación, adecuado á súa idade.	Rúbrica de avaliación, de autoavaliación, de avaliación entre iguais.
			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	AMN	Pon en práctica técnicas explicadas en actividades levadas a cabo no medio natural.	Observación. Lista de control. Cartografía.
a b d g m	B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os	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	Deportes	Emprega os fundamentos explicados para obter vantaxe inicial no transcurso da acción de xogo.	Exame práctico. Rúbrica de avaliación.
			EFB4.2.2. Describe e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas	CAA CSIEE	Deportes	Amosa certa variedade en canto a esquemas de posición en deportes colectivos.	Traballo. Exame práctico. Rúbrica de avaliación.

Educación Física. 3º de ESO							
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave	UD	Grao mínimo de consecución	Instrumentos de avaliación
	regulamentos específicos. B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.		actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición seleccionadas.				
			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	Deportes	Actúa en función do adversario e do móvil nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición.	Exame práctico. Rúbrica de avaliación.
			EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	CAA CSIEE	Deportes	Analiza situacións de xogo propio e rival e propón un plan de acción razoado.	Traballo. Rúbrica de avaliación. Portfolio.

3. CRITERIOS SOBRE A AVALIACIÓN, CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN DO ALUMNADO.

¿Qué avaliar? Tódolos elementos que interveñen no proceso de ensinanza-aprendizaxe: profesor, alumno, obxetivos, contidos, propostas didácticas, métodos de E-A, proxectos curriculares, e por suposto, a programación de area para o presente curso académico.

¿Cándo avaliar? Durante todo o proceso, farase unha avaliación inicial ou de diagnóstico, unha avaliación formativa, para reaxustar o proceso, e unha avaliación sumativa ou final. Preténdese ter un coñecemento do nivel de partida dos alumnos, tendendo na medida do posible a individualizar o proceso de E-A. Deste xeito será posible ter en conta o progreso do alumno en relación ao seu propio nivel e referenciar o mesmo cos patróns normalizados para a súa etapa.

¿Cómo avaliar? Empregaránse test de probas físicas, listas de control de habilidades e actitudes e rexistros de control das tarefas propostas, axeitadas a cada un dos diferentes contidos a impartir. Naqueles contidos nos que se considere axeitado, requirirase dos alumnos a realización de fichas e/ou elaboración de traballos.

-Conceptos: Suporán un 20% da nota final. Empregaránse algún ou varios dos seguintes recursos:

*Exáme escrito sobre os contidos teóricos da materia. Non se fará media si no exame non se acada 1 punto.

*Traballos de investigación, recopilación ou monográficos dunha parte específica da materia. Poderán ser empregados en lugar do exáme escrito.

*Caderno/fichas de actividades. Poderán substituír aos anteriores.

*Exámes orais. (No caso de non poder realizar por diversos motivos algún dos anteriores).

-Procedementos: 40% da nota final

*Asistencia obligatoria a clase: tres faltas sin xustificar supondrán a perda da opción de superar os contidos prácticos.

*Valoración da práctica: realizarase polo profesor mediante un diario de clase.

*Exáme práctico: probas e test referidos aos os contidos desenvolvidos na clase.

*Non se fará media se non se supera este apartado ou se acada un 50%

-Actitudes: 40%

*Actitude positiva e participativa cara á asignatura e na práctica diaria.

*Aseo diario despois da práctica.

*Coidado e recollida do material.

*Utilización de indumentaria deportiva axeitada.

Non cumprir algún destes puntos supora unha penalización de 0.5 puntos para cada incumprimento. Mínimo para facer media neste apartado 1.5 puntos.

As normas relativas á indumentaria requerida para as clases (ter o pelo recollido, no empregar aneis, cadenas, colgantes o outros elementos decorativos que poidan supor un risco para o propio alumno ou os seus compañeiros, levar calzado deportivo e ben atado, empregar pantalóns e camisetas axeitados para a práctica deportiva) serán tidas en conta de xeito especial de forma que o seu incumprimento dará lugar a non poder realizar a clase con resto dos compañeiros. **O incumprimento desta norma durante máis de 4 períodos lectivos terá como resultado a non superación do trimestre.**

Os alumnos que non superasen a avaliación ordinaria, deberán realizar unha proba extraordinaria de carácter teórico práctico dos contidos conceptuais e procedimentais impartidos ao longo do curso. A cualificación desta proba, ao ser de carácter extraordinario, será o 80% da cualificación final. Un 20% desta cualificación corresponderá á realización dun traballo durante o verán que lles será entregado en Xuño, e que de non ser presentado suporá a non superación da asignatura.

4. ORGANIZACIÓN DAS ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO, RECUPERACIÓN E AVALIACIÓN DAS MATERIAS PENDENTES.

Aqueles alumnos que promocionen coa materia de educación física sen superar, ao ser esta de contidos progresivos, deberán realizar todas as actividades de reforzo que lles sexan indicadas coa finalidade de poder alcanzar os obxectivos previstos. Estas tarefas de reforzo poderán ser realizadas tanto na propia clase de EF do curso ao que promocionou o alumno coma fora dela, sendo suxeitas a una avaliación por parte do profesorado implicado para certificar a consecución dos obxectivos establecidos.

5. DESEÑO DA AVALIACIÓN INICIAL E MEDIDAS INDIVIDUAIS OU COLECTIVAS QUE SE POIDAN ADOPTAR COMO CONSECUENCIA DOS SEUS RESULTADOS.

Realizarase unha avaliación inicial en cada unidade didáctica para coñecer o nivel de partida de cada alumno de xeito que se poida organizar de ser o caso, actividades de aprendizaxe por niveis de dificultade. Deste xeito, propoñemos tamén actividades de autoavaliación por parte do propio alumnado para facilitar a toma de conciencia tanto do seu propio nivel de condición física, coma das súas habilidades técnico-táctica-expresiva, para que poida ser coñecedor das evolucións nas súas propias aprendizaxes. No caso de detectar dificultades de importancia (baixo nivel de condición física, habilidade, postura corporal, pisada, nivel coordinativo, ect.) comunicaráselle tanto ao alumno coma á súa familia, facéndolle as recomendación que seguindo o noso criterio profesional, serían máis axeitadas en cada caso.

6. MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE.

Partimos da idea xeral de que cada alumno é diferente ós demais; os aprendizaxes previos, o nivel de maduración, a situación persoal e familiar e os factores xenéticos son algunos aspectos que poden marcar diferencias entre os alumnos a hora de aprender, e de ahí que o aprendizaxe se desenvolva de modo individualizado, de maneira que cada un observe a súa propia progresión.

Para disminuir as diferencias e acercar o currículo ás características individuais de cada un, sin tratar por iso de disminuir o grado de esixencia senón de flexibilizalo.

Os alumnos con necesidades educativas especiais terán la posibilidade de adaptar os tres tipos de contidos (conceptuais, procedimentais e actitudinais) a súas necesidades específicas coa supervisión do profesor. Prácticamente en tódalas actividades que se propoñen se emplean materiais e reglamentacións adaptadas a idade e a unha concepción menos competitiva e máis lúdica da actividade física, polo que tódolos alumnos poden participar sin 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 súas posibilidades.

De calquer maneira, para os casos concretos nos que o alumno non pode participar de maneira igual que o resto propondránse as seguintes modificacións:

- **AUTOAVALIACIÓN:** Plantear a avaliación como un proceso desde o inicio hasta o final, de maneira que todos poidan marcar seu nivel aínda que sea baixo.

- **ANOTACIÓN DE PUNTOS DÉBILES:** Abrese un espazo para que se anoten as carencias e aqueles aspectos que precisen unha adaptación dos niveis normais para a idade. Os alumnos que teñen algunha necesidade especial aprenden a coñecer mellor e a valorar súas peculiaridades, intentando superalas na medida do posible.

- **ACTIVIDADES DE REFORZO E AMPLIACIÓN:** En cada bloque de contidos se propoñen actividades de reforzo e ampliación para realizar tanto dentro coma fora do horario escolar. Aínda que o ideal sería que as pudiesen realizar co profesor fora da clase, si eso non es posible (polo horario de utilización das instalacións), se poden realizar programas específicos de mellora fora da clase, donde a execución fose parte dos contidos previstos para ese grupo de alumnos.

- **INACTIVIDADE:** Ó non existir as exencións, os alumnos con limitación (temporal o permanentes) realizarán as actividades que non perxudiquen seu problema á vez que complementarán, con traballos prácticos e teóricos, os contidos que non poidan desenvolver e realizarán outros que traten sobre súa doenza ou limitación física; tamén participarán na elaboración de apuntes para os compañeros, participación en actividades deportivas realizando tarefas de arbitraje, dirección de actividades ós compañeros (quentamento, xogos, exercicios de relaxación...).

- **ADAPTACIÓN CURRICULAR:** Faráse a vista dun certificado médico oficial en donde se fagan constar as limitacións que o alumno posee para a realización da práctica de 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 desenrolo.

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

a) Valoración inicial: Estudio inicial de los alumnos para acercarnos a súa realidade en canto a diferentes factores:

*Características constitucionales e de desenrolo motriz: Datos antropométricos (peso, talla, envergadura. .j, y de eficacia en conducta motriz (valoración de la condición física e do nivel de

desenrolo das cualidades motrices habilidades básicas e específicas, así como das habilidades expresivas).

* Experiencias previas: Enquisas combinadas cas probas do apartado anterior para chegar a unha aproximación das distintas actividades realizadas polos alumnos (tanto dentro da Educación Física escolar como na práctica de actividades físicas e deportes fora da escola) e do nivel de progresión alcanzado nelas.

Distinguiremos dous niveles de aplicación, a valoración inicial a principio de curso (especialmente no primeiro curso, xa que nos servirá para o establecemento de obxetivos terminais, metodoloxía, organización avaliación) e súa valoración ó comezo de cada unidade didáctica, o que nos permitirá adecuar o nivel dos contidos.

b) Adaptación dos obxetivos: Establecer obxetivos principais centrados nos aspectos fundamentais que contemplan unos mínimos de referencia obxetivos secundarios que contemplan os anteriores pero que no sean de obrigado cumprimento por parte dos alumnos.

c) Selección e priorización dos contidos: Para la consecución dun obxetivo deben existir distintos camiños, distintos contidos. Tamén aquí debe haber unos mínimos e, a partir deles, outros de maior grado de complexidade. Na selección de contidos establecemos suficiente variedade como para permitir a cada alumno a consecución do obxetivo.

d) Emplear metodoloxías e estratexias centradas no proceso e non no alumno:

Os modelos de ensinanza basados na búsqueda permiten ó alumno unha maior toma de conciencia e de intervención, ó tempo que desenrolan súa motivación.

7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES PROGRAMADAS POR CADA DEPARTAMENTO DIDÁCTICO.

O Departamento de Educación Física propón as seguintes actividades para o próximo curso:

- Patinaxe sobre xeo.
- Xornadas de iniciación á loga dinámico.
- Xorna das de iniciación ao rugby
- Xornadas de iniciación á capoeira
- Xornadas de disfrute da natureza: rotas ciclistas, sendeirismo, orientación, acampada, tirolinas, rapell, etc...
- Competicións deportivas no centro.
- Xornadas de iniciación ós deportes náuticos (rafting, vela, kaiak, piraguismo, remo, surf)

A realización e temporalización destas actividades está supeditada á climatoloxía, grado de aceptación por parte do alumnado, medios materiais, técnicos e humanos dispoñibles.

8. MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DAS PROGRAMACIÓNS DIDÁCTICAS EN RELACIÓN COS RESULTADOS ACADÉMICOS E PROCESOS DE MELLORA.

Durante todo o curso e de xeito periódico, o departamento de educación física fará un seguemento periódico da consecución dos obxetivos propostos e da execución dos contidos a impartir coma xeito de control da propia programación, así como unha análise da mesma ao final do curso que quedará reflectida na memoria final do departamento.

Trataráse ao final de cada trimestre ou no seu defecto ao final de curso de que os alumnos cumprimenten tamén unha enquisa de valoración dos diferentes contidos da programación co fin de coñecer a súa opinión cara a materia e as posibles modificacións ou melloras que puideran ser de aplicación para o vindeiro curso.

8.1 INDICADORES

	Escala			
	1	2	3	4
1. Adecuación do deseño das unidades didácticas, temas ou proxectos a partir dos elementos do currículo.				
2. Adecuación da secuenciación e da temporalización das unidades didácticas / temas / proxectos.				
3. O desenvolvemento da programación respondeu á secuenciación e a temporalización previstas.				
4. Adecuación da secuenciación dos estándares para cada unha das unidades, temas ou proxectos.				
5. Adecuación do grao mínimo de consecución fixado para cada estándar.				
6. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.				
7. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.				
8. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.				
9. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento. [Só para ESO e bach.].				
10. Adecuación da secuencia de traballo na aula.				
11. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.				
12. Adecuación do libro de texto (no caso de que se use).				
13. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado, incluídas as consecuencias da proba.				
14. Adecuación da proba de avaliación inicial, elaborada a partir dos estándares.				
15. Adecuación do procedemento de acreditación de coñecementos previos [Só para determinadas materias de 2º de bacharelato].				
16. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua: probas, traballos, etc.				
17. Adecuación dos criterios establecidos para a recuperación dun exame e dunha avaliación.				
18. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación final. [Só para ESO e bacharelato].				
19. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación extraordinaria. [Só para ESO e bach].				
20. Adecuación dos criterios establecidos para o seguimento de materias pendentes. [Só para ESO e bacharelato]				
21. Adecuación dos criterios establecidos para a avaliación desas materias pendentes.				
22. Adecuación dos exames, tendo en conta o valor de cada estándar.				
23. Adecuación dos programas de apoio, recuperación, etc. vinculados aos estándares.				
24. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.				
25. Grao de desenvolvemento das actividades complementarias e extraescolares previstas.				
26. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre criterios de avaliación, estándares e instrumentos.				
27. Adecuación dos mecanismos para informar ás familias sobre os criterios de promoción.				
28. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.				
29. Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.				
30. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.				

9. REFERENCIAS NORMATIVAS

- Lei Orgánica 2/2006, do 3 de maio, de Educación (LOE), modificada parcialmente pola Lei Orgánica 8/2013, do 9 de decembro, para a mellora da calidade educativa (LOMCE).
- Real Decreto 1105/2014, do 26 de decembro, polo que se establece o currículo básico da Educación Secundaria Obrigatoria e do Bacharelato (BOE do 3 de xaneiro de 2015).
- Orde ECD/65/2015, do 21 de xaneiro, pola que se describen as relacións entre as competencias, os contidos e os criterios de avaliación da educación primaria, a educación secundaria obrigatoria e o bacharelato (BOE do 29).
- Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia (DOG do 29). No caso das programacións didácticas de Educación Primaria, Decreto 105/2014, do 4 de setembro, polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia (DOG do 9).
- Orde do 15 de xullo de 2015 pola que se establece a relación de materias de libre configuración autonómica de elección para os centros docentes nas etapas de educación secundaria obrigatoria e bacharelato, e se regula o seu currículo e a súa oferta (DOG do 21).
- Resolución do 27 de xullo de 2015, da Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa, pola que se ditan instrucións no curso académico 2015/16 para a implantación do currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato nos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia (DOG do 29).

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:

Xefe de Dpto.

Asdo. Francisco Tenreiro Gavela

Asdo. Alvaro García Alvarez