

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

| Código | Centro | Concello | Ano académico |
|----------|-----------------------------|-----------|---------------|
| 36015007 | CEIP Plurilingüe de Cedeira | Redondela | 2024/2025 |

Área/materia/ámbito

| Ensinanza | Nome da área/materia/ámbito | Curso | Sesións semanais | Sesións anuais |
|--------------------|-----------------------------|---------|------------------|----------------|
| Educación primaria | Educación física | 5º Pri. | 2 | 70 |

Réxime

Réxime xeral-ordinario

| Contido | Páxina |
|---|---------------|
| 1. Introducción | 3 |
| 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias | 4 |
| 3.1. Relación de unidades didácticas | 5 |
| 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas | 7 |
| 4.1. Concrecións metodolóxicas | 50 |
| 4.2. Materiais e recursos didácticos | 51 |
| 5.1. Procedemento para a avaliación inicial | 53 |
| 5.2. Criterios de cualificación e recuperación | 54 |
| 6. Medidas de atención á diversidade | 56 |
| 7.1. Concreción dos elementos transversais | 57 |
| 7.2. Actividades complementarias | 59 |
| 8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro | 59 |
| 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora | 61 |
| 9. Outros apartados | 62 |

1. Introducción

1. INTRODUCCIÓN

A programación responde ó intento de racionalizar a práctica didáctica, co obxecto de que ésta non se leve a cabo de forma arbitraria senón que resposte a un plan preconcebido; representando polo tanto o nexa entre a teoría pedagóxica e a práctica docente (Gimeno e Pérez, 1989).

É pois un instrumento básico na práctica educativa, que o profesorado debe elaborar adaptando as indicacións aportadas polo currículo oficial ás necesidades e condicións propias de cada contexto de intervención. En ningún caso debe entenderse como un proceso mecánico ou sistemático, senón que debe ser froito dun profundo análise dunha situación concreta e consecuencia da actual concepción curricular da educación.

O presente documento desenvolve unha programación didáctica para a área de Educación Física en 5º curso de Educación Primaria, realizada en base ao Proxecto Curricular do centro e tendo en conta o currículo de Educación Primaria.

A área de Educación física ten como finalidade principal a competencia motriz, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e sentimentos que interveñen nas múltiples interaccións que realiza un individuo no seu medio e cos demais e que permite que o alumnado supere os diferentes problemas motrices propostos tanto nas sesións de Educación física como na súa vida cotiá.

Ademais de esta competencia motriz debemos, desde esta área, traballar outras como a socialización, autonomía, aprendizaxes básicas e mellora das posibilidades expresivas, cognitivas, comunicativas...

Pero a Educación Física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento, de organización perceptiva, anatómico-funcional, estético-comunicativa, de relación persoal coas demais persoas, agonística, hixiénica, hedonista, de compensación e catártica.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á Atención á Diversidade. Debe incidirse na Coeducación e na Igualdade de oportunidades para ambos sexos.

Nesta proposta teranse en conta os diferentes ritmos de maduración, preténdese desenvolver as capacidades e habilidades instrumentais que melloran e aumentan as posibilidades de movemento dos alumnos/as, a través de patróns motores básicos que constitúan unha sólida base para o futuro.

* CARACTERÍSTICAS PSICOEVOLUTIVAS ALUMNADO DE 5º CURSO

- Ámbito cognitivo: están no período de operacións concretas (Piaget), diminución do pensamento egocéntrico e aumento da capacidade de centrarse en máis dun estímulo.

- Ámbito motor: comezan a consolidar o seu esquema corporal e a tomar conciencia do seu corpo e do ton muscular. Teñen certa torpeza motora, debido a un rápido crecemento óseo, pode producirse un desaxuste entre a altura e a Forza muscular.

- Ámbito afectivo-social: comeza a etapa xenital do desenvolvemento psicosexual. O grupo de iguais comeza a desempeñar un papel moi importante

CONTEXTUALIZACIÓN.

A presente programación foi elaborada para ser levada a cabo no CEIP plurilingüe de Cedeira no curso 24/25.

O Centro de Educación Infantil e Primaria, encóntrase en Cedeira, que é unha parroquia do concello de Redondela (Pontevedra) que se atopa ao oeste da capital municipal, lindando con esta. Está a menos de 2 quilómetros da mesma e conta con máis de 2000 habitantes.

O CEIP de Cedeira ten na actualidade 3 unidades de Educación Infantil e 6 unidades de Educación Primaria e formar parte da rede de centros plurilingües.

O curso de 5º de Educación Primaria conta con 15 alumnos/as, dos cales 7 son nenos e 9 nenas.

O número de mestres/as é de 17, dos cales 3 son itinerantes, tamén contamos cun un auxiliar de conversa que compartimos a súa labor con outros centros.

Conta cun edificio onde, na planta baixa están as aulas de Infantil, a biblioteca, a aula de inglés, orientación, a sala de mestres e o despacho de dirección. Na primeira planta atopamos as aulas de Educación Primaria, o espazo adicado

aos polos creativos e as aulas de PT e AL.

No exterior do edificio existe unha pista cuberta de fútbol sala e cunha cancha descuberta de baloncesto. A aula de Música/Psicomotricidade e o Comedor atópanse nun bloque anexo construído recentemente.

Hai un pequeno patio cuberto na parte traseira, e unha zona verde á entrada do colexio que utiliza o alumnado de Educación Infantil para xogar nos seus períodos de lecer.

Nos arredores do centro ademais atópase unha pista deportiva (descuberta) e un parque anexo a esta, que pode servir para facer algún tipo de actividade ou sesión nela xa que non implica ningún risco no desprazamento.

Ademais a xornada escolar terá carácter continuado en horario de 09:00 a 14:00.

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, practicando regularmente actividades físicas e deportivas e adoptando comportamentos que potencien a saúde física, mental e social, así como medidas de responsabilidade individual e colectiva durante a práctica motriz para interiorizar e integrar hábitos de actividade física sistemática que contribúan ao benestar. | | | 2-5 | | 2-5 | | 3 | |
| OBX2 - Adaptar os elementos propios do esquema corporal, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e as destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións, para dar resposta ás demandas de proxectos motores e de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria. | | | 1 | 3 | 4-5 | | | |
| OBX3 - Desenvolver procesos de autorregulación e interacción no marco da práctica motriz, con actitude empática e inclusiva, facendo uso de habilidades sociais e actitudes de cooperación, respecto, traballo en equipo e deportividade, con independencia das diferenzas etnoculturais, sociais, de xénero e de habilidade dos participantes, para contribuír á convivencia social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa. | 1-5 | | | | 1-3-5 | 2-3 | | |
| OBX4 - Recoñecer e practicar diferentes manifestacións lúdicas, físico-deportivas e artístico-expresivas propias da cultura motriz, valorando a súa influencia e as súas achegas estéticas e creativas á cultura tradicional e contemporánea, para integralas nas situacións motrices que se utilizan regularmente na vida cotiá. | | 3 | | | | 3 | | 1-2-3-4 |

| Obxectivos | CCL | CP | STEM | CD | CPSAA | CC | CE | CCEC |
|--|-----|----|------|----|-------|-----|-----|------|
| OBX5 - Valorar diferentes medios naturais e urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con eles, comprendendo a importancia da súa conservación desde un enfoque sustentable e adoptando medidas de responsabilidade individual durante a práctica de xogos, de actividades físico-deportivas e de ocio, para realizar unha práctica eficiente e respectuosa coa contorna e participar no seu coidado e mellora. | | | 5 | | | 2-4 | 1-3 | |

Descrición:
3.1. Relación de unidades didácticas

| UD | Título | Descrición | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|----------------------|--|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 1 | Xa estamos de volta! | Primeira unidade do curso, que servirá pra presentar a materia así como para sentar as bases do que será o traballo a desenvolver durante o presente curso. Preténdese consensuar as normas de comportamento, hábitos de hixiene... Ademais de levar a cabo xogos de coñecemento grupal e de desinibición. | 6 | 4 | X | | |
| 2 | Coñezo o meu corpo | Traballaremos aspectos relacionados co esquema corporal así coma de saúde | 7 | 5 | X | | |
| 3 | Pásaa! | Traballaremos as Habilidades Motrices Básicas incidindo nos lanzamentos, recepcións, golpes e conduccións a través de situacións xogadas. | 7 | 5 | X | | |
| 4 | Son resistente! | Iniciámonos no traballo das diferentes Capacidades Físicas básicas, neste caso na resistencia "capacidade física que permite manter un esforzo físico de forma prolongada no tempo" pero sempre respectando uns principios básicos (non resistencia anaeróbica por exemplo) e a través de formas xogadas. | 8 | 5 | X | | |
| 5 | Mira como brinco | Continuamos co traballo das Habilidades Motrices Básicas (neste caso saltos e desprazamentos variados). Empregaremos para eso a comba así como o parkour (contido que se vincula de forma directa cos seus intereses, garantindo desta forma a súa implicación cara o aprendizaxe. | 7 | 5 | X | | |

| UD | Título | Descrición | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|-------------------------------|---|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 5 | Mira como brinco | | 7 | 5 | X | | |
| 6 | Ábrese o telón | Pretendemos achegar o noso alumnado á expresión corporal. Que sexan conscientes das posibilidades expresivas e comunicativas do propio corpo como vehículo de comunicación. Así como desterrar aspectos negativos vinculados moitas veces con este contido | 7 | 5 | X | | |
| 7 | Con todos uds. don Usain Bolt | Continuamos co traballo das diferentes Capacidades Físicas Básicas (Velocidade neste caso) sempre dende unha perspectiva lúdica e incidindo no respecto ás diferentes posibilidades de cada quen. | 8 | 5 | | X | |
| 8 | Coñecemos o Bádminton | Aproveitando a presenza de plumas e raquetas de bádminton no centro, introduciremos o alumnado no coñecemento deste deporte. Continuamos deste xeito co traballo iniciado na 3ª unidade (pásaaa) introducindo nas habilidades básicas o traballo con implemento. | 7 | 5 | | X | |
| 9 | Mira cómo encesto! | Iniciaremos ó alumnado no traballo do baloncesto. Esta unidade vincúlase con anteriores xa que afondamos nos lanzamentos, peses, recepcións... introducindo un novo factor a ter en conta (o rival). | 7 | 5 | | X | |
| 10 | Balonmán | Seguiremos traballando a iniciación de deportes de cooperación oposición, neste caso centrarémonos no balonmán. | 7 | 5 | | X | |
| 11 | Voleibol | Seguiremos traballando a iniciación de deportes de cooperación oposición, neste caso centrarémonos no voleibol. | 7 | 5 | | | X |
| 12 | Xogos alternativo. | Nesta unidade trataremos novas actividades, cada vez máis arraigadas na sociedade, polo que dende a nosa área debemos interesarnos pola súa incorporación ó bagaxe do alumnado: son os xogos alternativos, é dicir, toda actividade física que se refire a modalidades lúdico-deportivas non habituais nin estandarizadas. Introducirémonos no traballo do floorbal e lacrosse. | 8 | 6 | | | X |
| 13 | Xogos de onte e de hoxe | O xogo é unha actividade que facilita a práctica do exercicio físico, axustándose ós intereses do alumnado, así como posibilitando o seu desenvolvemento social, afectivo, motriz e intelectual. Os xogos populares/tradicionais deben servir para que o alumnado adquira conciencia das | 7 | 5 | | | X |

| UD | Título | Descrición | % Peso materia | Nº sesións | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|----|-------------------------|---|----------------|------------|----------|----------|----------|
| 13 | Xogos de onte e de hoxe | posibilidades que éstes lles poden brindar como medio de relación e de disfrute. Ademais de despertar o interese polo coñecemento e realización destes xogos ós que xogaban os seus avós e avoas. | 7 | 5 | | | X |
| 14 | Saimos fora!! | O eixe desta unidade serán xogos levados a cabo o longo do curso, pero ca salvedade de que levaranse a cabo no medio natural. Nun entorno próximo o centro. Pretendemos inculcar o respecto polo medio natural. | 7 | 5 | | | X |

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

| UD | Título da UD | Duración |
|----|----------------------|----------|
| 1 | Xa estamos de volta! | 4 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | TI | 100 |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | | |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria | | |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |

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">- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.- Educación postural en accións motrices específicas.- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.- Saúde social:<ul style="list-style-type: none">- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.- Saúde mental:<ul style="list-style-type: none">- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.- Toma de decisións:<ul style="list-style-type: none">- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.- Esquema corporal:<ul style="list-style-type: none">- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz. |

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de fairplay ou xogo limpo. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia). - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas. - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos. |

| UD | Título da UD | Duración |
|-----------|---------------------|-----------------|
| 2 | Coñezo o meu corpo | 5 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|-----------|----------|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | TI | 100 |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles. | Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|--|-----------|----------|
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición. | | |

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

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Impacto dos alimentos ultraprocesados e das bebidas pouco saudables. |

Contidos

- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
 - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
 - Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física.
 - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
 - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
 - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
 - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
 - Respetto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
 - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
 - Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
 - Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
 - Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
 - Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer).
- Toma de decisións:
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
 - Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
 - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
 - Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
 - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
 - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia). - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas. - Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva. - Transporte activo e sustentable: bicicletas, patíns, patinetes. - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos. |

| UD | Título da UD | Duración |
|-----------|---------------------|-----------------|
| 3 | Pásaa! | 5 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|--|-----------|----------|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | TI | 100 |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa | | |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|-----------|----------|
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: |

Contidos

- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|-----------------|----------|
| 4 | Son resistente! | 5 |

| Craterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|-----|
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | TI | 100 |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | | |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | | |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|-----------|----------|
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: |

Contidos

- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
 - Estruturação temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
 - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
 - Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
 - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
 - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
 - Concepto de fairplay ou xogo limpo.
 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
 - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
 - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|------------------|----------|
| 5 | Mira como brinco | 5 |

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

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|-----|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | | |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas. | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | TI | 100 |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|-----------|----------|
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. |

Contidos

- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
 - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estrutura espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estrutura temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|----------------|----------|
| 6 | Ábrese o telón | 5 |

| Cráterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|-----|
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | TI | 100 |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | | |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | | |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA3.4 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade. | Reproducir composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|-----------|----------|
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva | | |
| CA5.3 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación. | Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas. | | |
| CA5.5 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade. | Reproducir composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. |

Contidos

- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respetto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural.
- Coñecemento e execución de bailes e danzas populares de Galicia, de España e do mundo.
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.

| Contidos |
|---|
| <p>- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.</p> <p>- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.</p> |

| UD | Título da UD | Duración |
|-----------|-------------------------------|-----------------|
| 7 | Con todos uds. don Usain Bolt | 5 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|--|-----------|----------|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | TI | 100 |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable | | |
| CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|--|-----------|----------|
| CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición. | | |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva | | |
| CA5.4 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición. | | |

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

Contidos

Contidos

- Saúde física:
- Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
- Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
- Deporte profesional: dimensión social.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas. - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade). - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais. - Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz. - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión. - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz. - Concepto de fairplay ou xogo limpo. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia). - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas. - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos. |

| UD | Título da UD | Duración |
|-----------|-----------------------|-----------------|
| 8 | Coñecemos o Bádminton | 5 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|-----------|----------|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | TI | 100 |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|---|
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais. | | |

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"> - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: <ul style="list-style-type: none"> - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. - Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física. - Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás. - Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado. - Uso de ferramentas ou plataformas dixitais. - Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais. - Toma de decisións: <ul style="list-style-type: none"> - Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais. |

Contidos

- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estrutura espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estrutura temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|--------------------|----------|
| 9 | Mira cómo encesto! | 5 |

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

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|----|-----|
| CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | | |
| CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero e os comportamentos sexistas. | | |
| CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física. | TI | 100 |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|----|---|
| CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |

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

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. - Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva. |

Contidos

- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|--------------|----------|
| 10 | Balonmán | 5 |

| Cráterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|----|-----|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | TI | 100 |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|--|----|---|
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. |

Contidos

- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
 - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
 - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
 - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
 - Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de

| Contidos |
|-------------|
| - residuos. |

| UD | Título da UD | Duración |
|----|--------------|----------|
| 11 | Voleibol | 5 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|--|----|-----|
| CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | TI | 100 |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|--|-----------|----------|
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | | |
| CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |

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

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. |

Contidos

- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia). - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas. - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos. |

| UD | Título da UD | Duración |
|-----------|---------------------|-----------------|
| 12 | Xogos alternativo. | 6 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|--|-----------|----------|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | TI | 100 |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|---|-----------|----------|
| CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro. | Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos e os comportamentos sexistas. | | |
| CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Deporte profesional: dimensión social. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: |

Contidos

- Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
- Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
- Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
- Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
- Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista;

| Contidos |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - abuso sexual ou calquera forma de violencia). - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas. - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos. |

| UD | Título da UD | Duración |
|----|-------------------------|----------|
| 13 | Xogos de onte e de hoxe | 5 |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|-----|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | TI | 100 |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia. | | |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, | | |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|-----------|----------|
| CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA5.3 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación. | Participar activamente en xogos motores e manifestacións artístico-expresivas da cultura propia ou doutras culturas, recoñecendo o seu valor como espazo xerador de interaccións. | | |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. |

Contidos

- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
 - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
 - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
 - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
 - Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural.
- Coñecemento e execución de bailes e danzas populares de Galicia, de España e do mundo.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.

| UD | Título da UD | Duración |
|----|---------------|----------|
| 14 | Saimos fora!! | 5 |

| Craterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|--|---|----|-----|
| CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | Adquirir hábitos de vida saudables e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida. | | |
| CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable. | Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices. | | |
| CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial. | Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa. | | |
| CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosustentable da contorna e comunitaria. | Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano de forma eficiente, segura e ecosostible. | | |
| CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución. | Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, | TI | 100 |
| CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais. | Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo. | | |
| CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero. | Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade. | | |
| CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido. | Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xerando producións motrices de calidade. | | |

| Criterios de avaliación | Mínimos de consecución | IA | % |
|---|--|-----------|----------|
| CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva. | Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación. | | |
| CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria. | Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, | | |
| CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas. | Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas. | | |
| CA6.3 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva perspectiva ecosustentable da contorna e comunitaria. | Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano de forma eficiente, segura e ecosostible. | | |

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

| Contidos |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Consolidación e axuste realista do autoconceito tendo en conta a perspectiva de xénero. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. |

Contidos

- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
 - Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
 - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
 - Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.
 - Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade).
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que exixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.

Contidos

- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A organización dos contidos para esta etapa fíxose de forma globalizadora e integradora, proporcionando, de xeito continuo, procesos significativos para o alumno, con obxecto de abordar os problemas, as situacións e os acontecementos nun contexto próximo aos seus intereses.

Partindo do que xa sabe, unha motricidade básica, do seu nivel de desenvolvemento e da súa competencia iniciaremos o camiño de novas aprendizaxes, entendendo estes como a adquisición de novos coñecementos, dotarlles de significado a través da comprensión e a posibilidade de aplicalos en diferentes actividades.

Desta forma, preténdese mellorar de forma substancial os mecanismos empregados para levar a cabo as mencionadas modificacións, o que lle outorgará progresivamente aos nosos nenos e nenas certa autonomía na súa aprendizaxe, e posteriormente, chegar a aprender por si mesmos.

Para conseguilo utilizaremos metodoloxías activas, co alumno como protagonista e centro do proceso de ensino. O neno convértese en axente activo da súa propia aprendizaxe, xerador dunha fonte inesgotable de experiencias motrices. Aproveitaremos, xa que logo, a motivación natural presente no neno que emerxe da realización das actividades e os seus retos por conseguir facer as cousas ben.

A necesidade de movemento, que fai ao neno estar moi predisposto a todo tipo de actividade física, e a súa vivencia son a base das experiencias educativas organizadas nesta área. O principal medio do proceso será o xogo, «método» e «medio» de ensino sintetizador tanto de finalidades como de contidos, e que xera unha gran motivación nos nenos e nenas, produto da súa natureza lúdica.

O tratamento práctico en torno a estes eixes será global. En cada experiencia están presentes aspectos de todos eles con relevancia dalgún en particular. Isto responde ao principio aludido anteriormente e fundamental da Educación Primaria: a integración de contidos para adaptarse así, no posible, aos esquemas de coñecementos do alumno desta idade de forma individualizada.

Xa que logo, este tratamento global non se refire soamente a un principio de interdisciplinariedade entre as diferentes áreas. Ademais, dentro dos seus contidos, e a través das relacións que se establecen entre feitos, conceptos, principios, procedementos, actitudes e valores, posibilitase o uso das transferencias verticais e horizontais.

O proceso de ensino que propoñemos busca o desenvolvemento de habilidades e destrezas para regular a propia actividade de aprendizaxe, é dicir, unha aprendizaxe autónoma. Potenciarase no alumnado o interese por mellorar e o dominio progresivo das habilidades adquiridas, impulsaremos as relacións entre iguais, a coordinación de intereses, a toma de decisións individuais e colectivas, a organización de grupos de traballo, a distribución de responsabilidades e tarefas, a axuda mutua e a superación dos conflitos mediante o diálogo e a cooperación nas actividades de equipo. Propoñemos unha forma de ensino mediante a cal imos conseguir que os alumnos vivencien a actividade física e consigan aprendizaxes significativas. Baseámonos nestes principios básicos:

- Partir do nivel de desenvolvemento do alumno.
- Construír aprendizaxes significativas
- Lograr unha aprendizaxe autónoma.
- Desenvolver e modificar as capacidades e os esquemas de coñecemento.
- Lograr unha actividade intensa protagonizada polos alumnos. Débese buscar sempre o equilibrio no proceso de ensino-aprendizaxe: entre os resultados de tipo formativo e a consecución de mecanismos instrumentais, co desenvolvemento de valores, actitudes e hábitos relacionados coa saúde, a práctica de actividades físicas, a participación e a relación cos demais. A partir de aquí, establecemos as seguinte pautas metodolóxicas:
- Téñense en conta as calidades e capacidades individuais dos alumnos para programar actividades de acordo coas súas capacidades. O profesor deberá contextualizar a ensinanza ás características dos seus alumnos.
- A formulación da Educación Primaria é integrada; a iso responde a Educación física cunha interrelación entre os contidos propios, intradisciplinariedade, e cos doutras áreas, interdisciplinariedade.
- A secuenciación dos contidos e a progresión nas actividades obedecerán á lóxica interna propia da área de Educación Física, en consonancia cos principios pedagóxicos básicos e en función das dificultades de asimilación e comprensión que atopan os alumnos.
- O alumnado ten unha motivación intrínseca cara á aprendizaxe; xa que logo, hai que favorecerla e aumentala desde a actividade e a vivencia persoal, suscitando novos retos que manteñan a predisposición para aprender.
- Favorecerase unha práctica intensa, pero tamén unha actividade reflexiva sobre os coñecementos e actitudes que

se derivan do exercicio da mesma.

- Utilizaremos o xogo como principal medio didáctico no proceso de ensino aprendizaxe. A través do a actividade lúdica pódense desenvolver todos os contidos dunha forma motivadora, integralos e garantir a participación activa e intensa dos nosos alumnos e alumnas.
- O xogo admite un gran número de modificacións e variables que permite a súa adaptación segundo o fin que se pretenda, polarizando en cada momento a actividade cara aos aspectos máis relevantes dos contidos.
- A relación do profesor co alumno é de orientación e guía, pero tamén de afectividade. É difícil levar a cabo a nosa tarefa formativa se antes non establecemos o clima adecuado de clase, baseado no respecto mutuo, a comunicación e o cumprimento das normas de convivencia.
- O profesor debe reducir ao mínimo os conflitos e afrontalos de xeito construtivo cando estes xurdan, que impliquen novas aprendizaxes para os alumnos.
- Para iso, a información que o profesor facilite aos alumnos antes, durante e logo das tarefas son importantes. Deben ser indicacións que faciliten o labor do alumno, que reforcen os comportamentos positivos e corrixan os non apropiados, tanto relacionados co obxecto das tarefas como coas formas e actitudes coas cales as afronta.
- Atopar este “clima ideal” antes aludido tamén depende doutros aspectos. Debemos aproveitar ao máximo as posibilidades espaciais e de uso do material para facer máis rica e variada a actividade.
- Igualmente será importante valorar continuamente o posible risco físico dalgunhas actividades que reduzan posibles accidentes e introducir factores de corrección que os limiten.
- É importante que valoremos e potenciemos o pensamento creativo, fuxindo das respostas estereotipadas. As propostas de actividades que realizamos favorecen estilos de ensinanza baseados no descubrimento e na resolución de situacións motrices abertas, con múltiples e variadas respostas, que favorecen un pensamento diverxente.
- Ademais da atracción e curiosidade que xeran sobre o neno as nosas propostas, motivaremos aos nosos alumnos pola excelencia, é dicir, polos logros persoais, por mellorar o seu rendemento motriz en relación consigo mesmo.
- Tamén aproveitaremos outras posibilidades como a que brinda o elemento competitivo presente no xogo e nos deportes adaptados, como medio educativo e non como o seu fin primordial.

4.2. Materiais e recursos didácticos

| Denominación |
|---|
| CLASIFICACIÓN MATERIAL E RECURSOS: |
| A) Convencional pequeno tamaño: aros, cordas, picas, conos, pelotas,... |
| B) Convencional gran tamaño: porterías, canastras, bancos, colchonetas, pelotas grandes,... |
| C) Non convencional: globos, toallas, sacos, teas, panos,... |

| |
|---|
| D) Non convencional refutable: xornais, botellas e bolsas de plástico, botes suavizante, vasos iogur,... |
| E) Informático e audiovisual: proxector, pizarra dixital, ordenador, altofalantes, equipo de música,... Pero non se atopan na pista cuberta onde dou clase. |
| F) Instalacións: patio exterior, gimnasio, pavillón,... |

Poderíamos definir os recursos e materiais didácticos como os instrumentos e medios que suministran información ao docente sobre futuras pautas ou decisións acerca de todo o proceso ensino - aprendizaxe. Os diferentes materiais e recursos didácticos que utilizaremos deberán cumprir as seguintes funcións:

1. Función de apoio á aprendizaxe: os materiais favorecen a interiorización dos contidos dunha maneira eficaz e significativa dentro do proceso de adquisición de aprendizaxe. Os materiais xogan un papel esencial ao ser os canalizadores na selección e almacenamento da información.
2. Función estruturadora: axudan á hora de ordenar e estruturar toda a información que reciben, de maneira que o abstracto verase transformado en coñecementos máis concretos e accesibles, conseguindo con iso, que os alumnos obteñan unhas aprendizaxes máis específicas e concretos.
3. Función motivadora: todo recurso material ten que ser chamativo, fonte de interacción e favorecedora da aprendizaxe de forma agradable, divertida e pracenteira, onde o neno non conciba en si mesmo o obxectivo principal que persegue, que é a aprendizaxe, senón que considere toda actividade educativa como unha ampliación máis da súa vida diaria.

Con base no sinalado, Bautista (2010) establece unha serie de características que deben ter os materiais en relación á función complementaria que realiza na actividade educativa, como:

- Carácter motivador; xa que, segundo a forma, textura, cor e características particulares do material, espertase o interese e curiosidade para a súa utilización.
- Carácter polivalente; os materiais poden ser utilizados como elementos en varias actividades escolares e como elementos de diferentes xogos.
- Carácter colectividade; a súa utilización pode ser individual ou colectiva.
- Carácter de accesibilidade; estar organizado e dispoñible para a libre elección dos alumnos.

A importancia do material, os recursos e estímulos aplicados como xogo na Actividade Física son fundamentais xa que permiten realizar experiencias múltiples, mediante os cales se vai acadando a comprensión concreta e precisa dos obxectivos nas metas propostas, así como tamén o proporcionar a capacidade de poder crear, relacionar, e transformar o que se quere alcanzar en coñecemento, cun ambiente cheo de emocións, sensacións e experiencias propias do ser humano mediante actividades lúdicas.

Á hora de falar sobre os recursos e materiais de Educación Física é necesario establecer as diferenzas que existen entre un e outro. Para moitos autores sinónimos, pero para outros hai unha diferenza entre os materiais e os recursos.

Trujillo (2010), menciona que por materiais defínense aqueles materiais curriculares que foron elaborados cunha finalidade explícita, mentres que os recursos didácticos toman o seu verdadeiro valor pedagóxico no momento no que os docentes deciden, desde a metodoloxía, integralos no currículo.

Os recursos e materiais utilizados nas sesións de Educación Física cumpren distintas finalidades, sendo as máis relevantes as seguintes:

- Son un medio entre a teoría impartida e a práctica deportiva.
- Motivan ao alumnado á hora de realizar as tarefas.
- Favorecer a comunicación e comprensión entre o alumnado.
- Son un elemento auxiliar eficaz.
- Posibilita a autoinstrucción.
- Son unha guía para as aprendizaxes.
- Permiten avaliar ao alumnado.

En función da unidade didáctica e sesión a impartir, empregaranse uns materiais e recursos diferentes. Deben estar acordados ás actividades para realizar. O material dependerá do propósito co cal se vai a traballar, polo que será preciso analizar: a idade, as capacidades, a contorna, entre outras.

Tamén teremos en conta para a impartición da área os recursos que nos ofrece a comunidade e o entorno (parques, ríos, praias, bosques, camiños, piscinas, pistas de tenis e outras instalacións) e que igualmente serán empregados cando así se considere.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Os aspectos normativos que fan referencia á avaliación en Galicia, quedan reflectidos na Orde do 25 de xaneiro de 2022 pola que se regula a avaliación e promoción do alumnado de educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia. Dita orde establece que a avaliación do proceso de aprendizaxe do alumnado será continua e global, e terá en conta o progreso no conxunto das áreas e a adquisición das competencias clave.

Utilizaranse os tipos de avaliación que o actual sistema educativo recomenda:

Avaliación Inicial: ao inicio do proceso é necesario saber as posibilidades de cada alumno para adaptar os programas ás necesidades individuais e dos grupos. Esta avaliación prolóngase durante as primeiras sesións co fin de non adoptar falsas expectativas e estereotipos.

Avaliación Contínua: permite detectar os acertos e erros e en consecuencia, orientar, manter e ou modificar plans. Realízase por medio dos datos recollidos a través dos diferentes instrumentos de avaliación. Estes datos proceden da observación sistemática por parte do profesor durante o desenvolvemento das sesións, tanto a nivel afectivo-actitudinal como motora. As probas periódicas confeccionadas polo profesor ao final de cada unidade didáctica a nivel motora, cognitivo e de detección de erros.

Autoavaliación, como factor básico de motivación, de cooperación profesor-alumno e coñecemento inmediato do seu propio proceso educativo.

Avaliación Final e Sumativa: para comprobar se se conseguiu o desenvolvemento de capacidades e as finalidades previstas, constatando como incidiu a intervención pedagóxica e como se realizou todo o proceso determinando aquilo que se podería mellorar no futuro.

Procedementos e instrumentos de avaliación:

Procedementos de avaliación:

1. Observación sistemática

Instrumentos de avaliación:

a) Escalas de observación

Permite establecer estimacións

- Categorias: identifica a frecuencia (exemplo: sempre, ás veces, nunca) ou caracterización (exemplo: Iniciado, En proceso, Consolidado) da conduta para observar.

- Numérica : Determina o logro e a intensidade do feito avaliado. Pódese utilizar a gradación de 1 a 4, de 1 a 5, de 1 a 6, ou a máis tradicional de 1 a 10

- Descritiva: Incorpora frases descritivas. Exemplo: Traballa e trae o material pero non toma iniciativas?, ou ben ¿Suxire ideas e traballa adecuadamente?...

b) Listas de control

Rexistra a ausencia ou presenza dun determinado trazo, condutas ou secuencia de accións. Caracterízase por aceptar soamente dúas características: si ou non, lógrao ou non o logra, presente ou ausente, etc.

c) Rexistro anecdótico

Fichas na que se recollen comportamentos non previsibles de antemán e que poden achegar información significativa para valorar carencias ou actitudes positivas.

2. Probas específicas Obxectivas

Exposicións dun tema

Resolución de ejercicios e problemas motrices.
 Probos de capacidade motriz

3. Rúbricas Os elementos básicos dunha rúbrica serán:

- Aspectos a avaliar
- Escala de cualificación: categorías que definen a calidade do traballo do estudante.
- Criterios: breve explicación da evidencia que permite xulgar o traballo particular dun estudante ao longo das distintas dimensións ou criterios e asignalo a un nivel de desempeño concreto.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

| Unidade didáctica | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 | UD 9 | UD 10 |
|-----------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
| Peso UD/ Tipo Ins. | 6 | 7 | 7 | 8 | 7 | 7 | 8 | 7 | 7 | 7 |
| Táboa de indicadores | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |

| Unidade didáctica | UD 11 | UD 12 | UD 13 | UD 14 | Total |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Peso UD/ Tipo Ins. | 7 | 8 | 7 | 7 | 100 |
| Táboa de indicadores | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |

Criterios de cualificación:

Para determinar a nota do alumnado, débense establecer uns criterios de cualificación que se relacionen directamente cos criterios de avaliación. Estes criterios permitirán identificar se o alumnado progresa adecuadamente, é dicir, se desenvolven as capacidades de diferentes ámbitos ou se necesita mellorar nalgúns aspectos.

Todo alumnado ten dereito a unha avaliación o máis obxectiva posible e debe coñecer claramente o sistema de avaliación de forma que o/a alumno/a teña control sobre a aprendizaxe e a avaliación.

Débense variar os instrumentos de avaliación para obter información desde diferentes fontes, e desta forma orientar o proceso e realizar axustes sempre que sexa necesario.

A avaliación ideal debe estar centrada no alumnado. E isto significa que non vale a mesma avaliación para todos porque non todos aprenden da mesma forma. Algúns poden pensar que temos que facer unha avaliación para cada neno/a, pero se traballas por niveis poderemos identificar o nivel do alumnado e a partir de aí preparar a avaliación.

COMO AVALIAR AO NOSO ALUMNADO?

A avaliación será Criterial, interpretando os resultados en función do alumno/a e avaliando o seu propio progreso, é dicir, o resultado obtido do individuo comparárase con outros resultados obtidos polo mesmo nas mesmas actividades ou probas.

Ao ser unha programación didáctica para 3º Ciclo empregaremos Instrumentos Cualitativos, sendo polo tanto unha avaliación baseada en técnicas de observación.

Rexistraremos diariamente o que acontece nas sesións, empregando diferentes Instrumentos de Avaliación:

- ESCALAS DE VALORACIÓN: cada U.D. inclúe a escala que se aplicará nela.
- REXISTRO ANECDÓTICO: reflectíranse acontecementos que sexan significativos a efectos de avaliación do alumnado, así como calquera feito ou incidencia da sesión que nos poida servir como autoavaliación.
- LISTAS DE CONTROL: consiste nunha serie de ítems referidos a características, accións e actividades, nas que se

indicará simplemente se se realizan ou non.

- RÚBRICAS: instrumento de medición no que a través dos CA prescritos se establecen uns estándares por niveis, mediante a disposición de escalas, que permiten determinar a calidade da execución en tarefas específicas.

- TEST MOTORES: miden as cualidades físicas básicas que posúe o alumnado para realizar unha actividade física.

AVALIACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliarase cada unha das Unidades Didácticas sobre 10, empregando diversos instrumentos de avaliación. Para isto, tomaremos de referencia os criterios de avaliación xunto cos seus mínimos de consecución establecidos para cada unha das UD do apartado 3.3. Avaliación das Unidades Didácticas desta programación.

2- AVALIACIÓN DO TRIMESTRE:

Para avaliar cada trimestres teremos en conta as Unidades Didácticas levadas a cabo en cada un dos trimestres.

A nota do trimestre será o resultado da nota ponderada acadada polo alumno/a en cada UD, sempre tendo en conta a % de peso que ten esa UD no punto 3.1. Relación das Unidades Didácticas desta programación.

1º TRMESTRE (6 UD - 42,84%):

- UD. 1: 15% = equivalente a un 1,5 da nota 1º trimestre.

- UD. 2: 17% = equivalente a un 1,8 da nota 1º trimestre.

- UD. 3: 17% = equivalente a un 1,8 da nota 1º trimestre.

- UD. 4: 17% = equivalente a un 1,7 da nota 1º trimestre.

- UD. 5: 17% = equivalente a un 1,7 da nota 1º trimestre.

- UD. 6: 17% = equivalente a un 1,7 da nota 1º trimestre.

Nota do 1º trimestre (suma das UD da 1 á 6)= 10

2º TRMESTRE (5 UD - 28,58%):

- UD. 7: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 2º trimestre.

- UD. 8: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 2º trimestre.

- UD. 9: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 2º trimestre.

- UD. 10: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 2º trimestre.

Nota do 2º trimestre (suma das UD da 7 á 10)= 10

3º TRMESTRE (4 UD - 28,58%):

- UD. 11: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 3º trimestre.

- UD. 12: 25% = equivalente a un 3,5 da nota 3º trimestre.

- UD. 13: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 3º trimestre.

- UD. 14: 25% = equivalente a un 2,5 da nota 3º trimestre.

Nota do 3º trimestre (suma das UD da 12 á 14)= 10

AVALIACIÓN FINAL DO CURSO.

A nota da avaliación final será a media das notas obtidas en cada un dos trimestre. Para poder aprobar a materia, a media da suma das notas ten que dar un 5.

Criterios de recuperación:

Para o alumnado que non superen o grao de consecución mínima dos CA estableceremos as seguintes premisas:

1.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito progresivo quedarán superados cando na seguinte avaliación sexan acadados.

2.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito non progresivo proporánselle actividades ao longo do curso nas distintas UD para que o alumnado supere ditos Criterios de Avaliación.

6. Medidas de atención á diversidade

O Decreto 229/2011 do 7 de decembro, desenvolvido pola Orde do 8 de setembro do 2021, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, no seu artigo 3, fai referencia a atención a diversidade como o conxunto de medidas e accións que teñen como finalidade adecuar a resposta educativa ás diferentes características e necesidades, ritmos e estilos de aprendizaxe, motivacións, intereses e situacións sociais e culturais de todo o alumnado.

O Programa de E. Física deberá adaptarse ademais ás condicións dos alumnos con Necesidades Educativas Especiais. En función da minusvalía destes alumnos, os contidos desta área deberán modificarse, así como a súa avaliación, coordinando o traballo co Departamento de Orientación, o Equipo de Orientación Específico (no seu caso) e coa mestra de Pedagogía Terapéutica do centro. En calquera caso deberá reflectirse no currículo e realizar un seguimento do alumnado para asegurar a súa progresión.

O programa sufrirá as modificacións precisas que garantan, na medida dos posible, a continuidade na aprendizaxe paralela ao resto do grupo, cremos que o alumno pode realizar, con adaptacións como veremos, máis ou menos importantes, as actividades propostas no plano procedimental, cognitivo e actitudinal, (salvo os alumnos con deficiencias psíquicas ou motrices importantes aos que se lles procurará unha atención máis especializada). En definitiva o noso deseño deberá atenderlos en función da súa minusvalía e modificando as seguintes cuestións:

A) Adaptacións no medio de aprendizaxe

- Variar e multiplicar o material: balóns de diferentes tamaños e texturas, con cores vivas, etc. que en definitiva faciliten a percepción e aumenten as experiencias sensoriais.
- Reducir a altura da rede para os xogos: facilítase e simplifícase o xesto
- Reducir distancias en desprazamentos ou lanzamentos.
- Eliminar fontes de distracción.

B) Adaptacións/modificacións na metodoloxía

- Utilizar apoios verbais.
- Palabras xustas en número, axeitadas e destacando as importantes.
- Explicacións concretas e breves.
- Explicacións colocadas segundo a sucesión natural no tempo.
- A maior complexidade da tarefa menor cantidade de explicación previa.
- Palabras de ánimo que reforcen o éxito.
- Recorrer aos apoios visuais.
- Demostración do movemento para a súa imitación: modelos.
- Demostración do movemento adaptado para a súa imitación: modelos. Prestar apoios físicos.
- Situar ao neno/a na posición ideal de partida para realizar o movemento.
- Opoñerlle forza de resistencia para facelo interiorizar o movemento.
- Conducilo da man polo espazo.
- Progresión adaptada nos xogos con balón:
- Rodar-botar-lanzar.
- A altura nos pases (máis doado baixos que altos. Ex: altura do ventre, logo altura da cabeza).
- Estruturação axeitada das fases de aprendizaxe.
- Andar ou rodar en lugar de correr.
- Descompoñer en fases, exemplo: coller balón, parar, executar lanzamento, etc.
- Relación entre explicación e execución. Conceder tempo de asimilación e comprensión.
- Modificación do número de decisións: Serán máis reducidas as súas posibilidades.

C) Adaptacións/modificacións na tarefa

- En relación coas regras: Exemplos:
- Que o balón poida rodar en lugar de ser lanzado, botar máis veces antes de ser recollido ou devolto, etc.
- Que se poida coller cunha ou as dúas mans, en lugar de ser devolto con golpeo.
- Redución do número de puntos ou de tantos para gañar.
- Reducir o tempo de xogo.
- Prohibir devolver o balón ao que pasou, para fomentar o número de participantes no xogo.

- Aumentar ou diminuír o número de xogadores en función do espazo.
- Permitir axudas externas: permitir máis tempo de retención.

SITUACIÓN ACTUAL DO GRUPO - AULA DE 5º NIVEL DO 3º CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.
Neste grupo non hai ningún alumno que presenta ningunha NEAE.

7.1. Concreción dos elementos transversais

| | UD 1 | UD 2 | UD 3 | UD 4 | UD 5 | UD 6 | UD 7 | UD 8 |
|--|------|------|------|------|------|------|------|------|
| ET.1 - Comprensión Lectora | X | X | | | | | | |
| ET.2 - Expresión Oral e Escrita | X | X | | | | | | |
| ET.3 - Educación emocional e en Valores | X | X | X | X | X | X | X | X |
| ET.4 - Igualdade entre Homes e Mulleres | X | X | X | X | X | X | X | X |
| ET.5 - Educación Vial | | X | | | | | | |
| ET.6 - Educación Ambiental | | X | X | | | X | | |
| ET.7 - Educación Para a Saúde | X | X | X | X | X | X | X | X |
| ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico | X | X | X | X | X | X | X | X |
| ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia. | X | X | X | X | X | X | X | X |

| | UD 9 | UD 10 | UD 11 | UD 12 | UD 13 | UD 14 |
|---------------------------------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ET.1 - Comprensión Lectora | | X | X | | X | X |
| ET.2 - Expresión Oral e Escrita | | X | X | | X | X |

| | UD 9 | UD 10 | UD 11 | UD 12 | UD 13 | UD 14 |
|--|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ET.3 - Educación emocional e en Valores | X | X | X | X | X | X |
| ET.4 - Igualdade entre Homes e Mulleres | X | X | X | X | X | X |
| ET.5 - Educación Vial | | | | | | X |
| ET.6 - Educación Ambiental | | | | | X | X |
| ET.7 - Educación Para a Saúde | X | X | X | X | X | X |
| ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico | X | X | X | X | X | X |
| ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia. | X | X | X | X | X | X |

Observacións:

A Educación Primaria, pretende proporcionar ao alumnado unha educación que lle permita afianzar o seu desenvolvemento persoal e o seu propio benestar; desenvolver as habilidades sociais, a creatividade e a afectividade; lograr que adquiran os elementos básicos da cultura, e formalo para o exercicio dos seus dereitos e das súas obrigacións na vida como cidadáns.

Desta forma, tanto en Educación Infantil como en Educación Primaria, a actuación do profesor e a relación que se establece entre el e o alumno reviste unha gran relevancia; por iso, os principios nos que se fundamentan os temas transversais deben inspirar en toda a actividade docente e, do mesmo xeito deben ser traballados conxuntamente coas familias para que os nenos e nenas non vivan actuacións contraditorias entre o ámbito escolar e familiar. Para conseguir o anteriormente exposto, faise necesaria a presenza dos temas transversais no currículo.

Hai que sinalar, que os temas transversais impregnan gran parte dos contidos das áreas. Son prescritivos e non aparecen no currículo como disciplinas separadas senón impregnado todo o labor educativo na que todo o profesorado de todos os niveis e etapas educativos está involucrado.

Ditos temas poden definirse como contidos basicamente actitudinais, que exercen influencia no comportamento conductual do noso alumnado. Son valores importantes tanto para o desenvolvemento integral e persoal dos alumnos, como para o desenvolvemento dunha sociedade democrática, respectuosa co medio e tolerante.

Baseándonos na lei educativa actual e na concreción no Decreto de Currículo de Ed. Primaria traballaremos os elementos transversais presentados a continuación:

7.2. Actividades complementarias

| Actividade | Descrición | 1º trim. | 2º trim. | 3º trim. |
|-----------------------------|--|----------|----------|----------|
| Roteiro pola contorna | Saída para realizar unha breve andaina pola contorna do centro | X | | |
| O Magosto | Realización de diferentes xogos populares levados a cabo polo alumnado de 6º de EP para os demais alumnos/as do centro | X | | |
| Gymkhana das Letras Galegas | Para festexar esta data faranse unha serie de xogos en forma de gymkhana, relacionados co tema e nos que participará todo o alumnado do centro | | | X |
| Semana da Inclusión | Realizarase unha xornada de xogos nos que se traballe a inclusión e a aceptación das propias posibilidades. Ademais contaremos ca visita dunha deportista de élite en cadeira de rodas | X | | |
| Día da Paz | Realizarase unha carreira solidaria pola contorna do centro onde participará toda a comunidade educativa | X | | |
| Programa XOGADE | Participaremos en diversas actividades (aínda por pechar) que se ofertan dende este programa dependente da Xunta de Galicia | | | X |

Observacións:

Con relación as actividades complementarias e extraescolares remitímonos ao especificado no apartado de actividades complementarias e extraescolares da PXA do noso centro para este curso 2022-23. Sen prexuízo de que, ao longo do curso, poidan aparecer outras actividades que nos parezan interesantes para o noso alumnado e que decidamos levalas a cabo.

As actividades complementarias planificadas para este curso buscan proporcionar ao alumnado unhas aprendizaxes vivenciadas, empregando recursos distintos aos que atopamos nas aulas.

O feito de realizar actividades fora do entorno habitual de aprendizaxe ou mesmo con outras persoas implicadas, resultan moi motivadoras para o alumnado e serven de catalizador para a consolidación das aprendizaxes e para reforzar os elementos transversais que traballamos co noso alumnado.

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

| Indicadores de logro |
|--|
| Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico |
| Planificación: axeitada en número e duración das actividades, nivel de dificultade, interese para o alumnado, significatividade no proceso de ensino-aprendizaxe, obxectivos ben definidos,... |
| Contidos: secuenciación, estruturación e organización dando unha visión xeral de cada tema (que teñen que aprender, que é importante, etc.). |
| Interdisciplinidade: Planificación da propia área de forma coordinada co resto do profesorado (xa sexa por nivel, ciclo, equipos educativos e profesorado de apoio). |
| Elementos Transversais: as sesións traballan implicitamente temas transversais (comprensión lectora; resolución de problemas; igualdade; educación ambiental, para a saúde, para a paz, cívica e moral,...) |

| |
|--|
| Metodoloxía empregada |
| Metodoloxía: aberta e flexible; agrupamentos; métodos e estilos de aprendizaxe, adaptada ás características do alumnado e as circunstancias que xordan durante a práctica educativa. |
| Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos |
| Materiais: foron atractivos, suficientes, accesibles para todo o alumnado,... |
| Medidas de atención á diversidade |
| Alumnado: conseguíuse motivalo, espertar a súa curiosidade, participación activa,... |
| Atención á diversidade: pártese do nivel de desenvolvemento do alumnado e respéctanse as súas características individuais. |

Descrición:

Para medir a adecuación do proceso de ensino e a práctica docente utilizaremos os seguintes indicadores e, así analizar os aspectos a mellorar:

1. Planificación do traballo docente

Como mestre (Si Non)

Realizo unha planificación das miñas clases.

Consulto a normativa vixente para ter presentes os programas de cada área

Consulto materiais para actualizar os contidos e novos enfoques de ensinanza.

Realizo os axustes necesarios do currículo para atender á diversidade do alumnado.

No plan de clase: (Si Non)

Establezo o que ensinar, os exercicios, actividades e tarefas a realizar e as formas de participación.

A orde e os momentos nos que se levarán a cabo cada unha das ¿actividades¿

Os recursos a empregar.

Estratexias e momentos de avaliación das aprendizaxes (rexistros, probas, observacións, etc)

2. Aproveitamento do tempo e os recursos materiais para o desenvolvemento das clases:

Ao desenvolver as miñas clases utilizo: (Si Non)

O tempo nas actividades segundo o estimado ou planeado.

A meirande parte do tempo nunha ensinanza activa e participativa.

Exercicios e actividades variadas que reforcen ou amplíen os distintos ritmos de aprendizaxe.

Material informativo visual para favorecer a adquisición de coñecementos.

As TICs para reforzar e ampliar coñecementos.

Xogos didácticos para motivar e reforzar as aprendizaxes dentro da aula.

3. Estratexias e actividades para promover aprendizaxes significativos:

Ao desenvolver as miñas clases: (Si Non)

Dou instrucións completas para que os alumnos realicen o traballo (materiais, recursos, forma de organizarse e tempo do que dispoñen)

Verifico que os alumnos comprendan o que teñen que facer.

Promovo traballos cooperativos.

Promovo o traballo colaborativo entre o alumnado para que interactúen e se axuden entre si.

Apoio individualmente, na medida do posible, ós alumnos con dificultades á hora de realizar as actividades pola súa conta.

Promovo que os meus alumnos realicen actividades nas que desenvolvan a creatividade e a orixinalidade.

Promovo cos meus alumnos participen por iniciativa propia.

Promovo que os meus alumnos expresen as súas ideas e opinión comparándoas e respectando ás dos demais.

4. Estratexias e acción para avaliar ao alumnado:

Para avaliar ós meus alumnos/as: (Si Non)
Emprego instrumentos variados de avaliación.
Emprego instrumentos variados de avaliación oral (entrevistas, escalas de observación directa e indirecta...)
Elaboro rexistros que me axuden a identificar os avances e progresos.
Promovo actividades de autoavaliación
Para asignar as calificacións dos meus alumnos segundo as porcentaxes establecidas:
Teño en conta os resultados das probas
Considero os rexistros dos exercicios
Considero os rexistros da participación oral.
Mido o grao de consecución das actividades.

5. Uso dos resultados da avaliación:

Utilizo os resultados da avaliación para: (Si Non)
Propoñer actividades de retroalimentación.
Identificar necesidades de apoio do alumnado.
Axustar o meu traballo docente na planificación das clases segundo os resultados obtidos en cada unidade.
Informar ó alumnado dos avances e progresos.

6. Clima da aula:

Como mestre: (Si Non)
Trato a todos os meus alumnos/as equitativamente segundo as súas características sen ter favoritismos.
Animo e motivo ó alumnado para que traballen e participen en todas as actividades.
Promovo que se resolvan a tempo as situacións conflitivas que se presentan.
Manteño a calma ante situacións conflitivas.
Promovo que na clase exista un ambiente de compañeirismo e respecto entre o alumnado.
Preocúpome por coñecer os intereses gustos e necesidades do meu alumnado.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

Neste apartado pretendemos promover a reflexión docente e a autoavaliación da realización e o desenvolvemento de programacións didácticas. Para iso, ao rematar cada unidade didáctica propónse unha secuencia de preguntas que lle permitan ao docente avaliar o funcionamento do programado na aula e establecer estratexias de mellora para a propia unidade.

De igual xeito, propoñemos unha ferramenta para a avaliación da programación didáctica no seu conxunto, pódese realizar ao final de cada trimestre para recoller as melloras no seguinte.

ESCALA DE VALORACIÓN (5 4 3 2 1)

INDICADORES

1. PROGRAMACIÓN

As actividades seleccionadas son adecuados ás características do alumnado
Os obxectivos didácticos programados en cada clase son alcanzables ou se axustan ás necesidades e intereses do alumnado.
Os contidos se adecúan aos obxectivos didácticos seleccionados.
O grao de complexidade dos contidos axústanse ás características psicoevolutivas.
Os contidos secuenciados e temporalizados seguen unha organización de complexidade crecente.
Os contidos cumpren o principio de globalidade e son integrais.
As unidades formativas cumpren o principio de especificidade.
As unidades didácticas réxense por unha temporalización lóxica.

MEDIA

2. METODOLOXÍA

A metodoloxía empregada axústase ás necesidades e intereses do alumnado.
É válida nosa metodoloxía para alcanzar os nosos obxectivos e contidos.
A información inicial é suficiente. É clara e precisa.
O coñecemento de resultados é explicativo e resolve os problemas de maneira efectiva.
As estratexias son adecuadas para que o alumno asimile o que vai realizar.
A motivación é adecuada para a execución das tarefas.
Os reforzos que se dan son positivos máis que negativos.

MEDIA

3. ORGANIZACIÓN

A posición da mestra é adecuada tanto na información inicial como no coñecemento de resultados.
A organización de grupos facilita o desenvolvemento do proceso de Ensino - Aprendizaxe.
A organización adáptase ás necesidades específicas dos recursos.
As tarefas axústase ao desenvolvemento dos nosos contidos.
Aproveitamento do tempo real de clase en tempo efectivo ou activo sobre o desactivo.
O clima socioafectivo é adecuado entre mestre, alumno e grupo.
A organización permite a individualización.

MEDIA TOTAL

ESCALA DE VALORACIÓN: 5 4 3 2 1 (5= excelente. 4= adecuado. 3= posiblemente. 2= en ocasións. 1= poucas veces.).

9. Outros apartados