

CENTRO: CPI PLURILINGÜE CABO DA  
AREA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

---

**EDUCACIÓN FÍSICA**

DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO: 4º DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA

ANO ACADÉMICO: 2022/23

# ÍNDICE

1. GLOSARIO .....	3
2. CONTEXTUALIZACIÓN.....	4
3. OBXECTIVOS DE CURSO .....	5
4. SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN .....	5
5. RELACIÓN DE ASPECTOS CURRICULARES PARA CADA UNIDADE DIDÁCTICA .....	8
6. CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE.....	11
7. METODOLOXÍA .....	12
7.1.Aspectos xerais.....	12
7.2. Estratexias metodolóxicas .....	13
7.3. Outras decisións metodolóxicas .....	13
7.4. Contribución aos plans e proxectos do centro: .....	14
7.5. Materiais e recursos didácticos.....	14
8. AVALIACIÓN.....	15
Avaliación inicial .....	15
Avaliación continua .....	15
Avaliación final.....	16
Metodoloxía e actividades para o período comprendido entre a 3º avaliación e a avaliación final na ESO .....	16
Organización das actividades de recuperación e avaliación de pendentos .....	16
9. AVALIACIÓN DO PROCESO DE ENSINO E DA PRÁCTICA DOCENTE .....	17
Indicadores de logro do proceso de ensino .....	17
Indicadores de logro da práctica docente .....	17
10. AVALIACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.....	18
11. ATENCIÓN Á DIVERSIDADE .....	19
11.1. Medidas ordinarias e extraordinarias.....	19
11.2. Aspectos xerais .....	20
12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES .....	20
13. DATOS DO DEPARTAMENTO .....	20

# 1. GLOSARIO

Desenvolvemento curricular	2ª nivel de planificación curricular. Inclúese no PE.
Programacións didácticas	3º nivel de planificación. Realizada polos departamentos didácticos.
Programación de aula	4º nivel de planificación. Realizada polo profesorado.
Programación didáctica	Instrumento de planificación curricular específico de cada área que pretende ordenar o proceso de ensino - aprendizaxe do alumnado. Debe responder a estas cuestións: 1. Que, cando e como ensinar / 2. Que, cando e como avaliar / 3. Como atender á diversidade.
Criterios de avaliación	Referente específico para avaliar a aprendizaxe do alumnado. Describen aquilo que se quere valorar e que o alumnado debe lograr, tanto en coñecementos coma en competencias. Responden ao que se pretende conseguir en cada disciplina (art. 2.3. do Decreto 86/2015).
Estándares de aprendizaxe	Especificacións dos criterios de avaliación que permiten definir os resultados de aprendizaxe e que concretan o que o alumnado debe saber, comprender e saber facer en cada disciplina. Deben ser observables, medibles e avaliábeis, e permitir graduar o rendemento ou o logro alcanzado.
<b>Criterios de cualificación</b>	
Indicadores de logro	Son especificacións dos estándares para graduar o seu nivel de adquisición. Forman parte dos criterios de cualificación de dito estándar. O instrumento máis idóneo para identificar esa graduación sería a rúbrica (art. 7.4 da Orde ECD 65/2015, BOE 29/1/2015). <b>O docente é o responsable da súa definición e posta en práctica.</b>
Grao de consecución dun estándar	Serve para sinalar o <b>grao mínimo de consecución</b> esixible dun estándar para superar a materia (art. 13.3d da Resolución 27/7/2015). Canto maior sexa o grao esixido de consecución, máis importante se considera o estándar.
Criterios de cualificación e instrumentos	Serven para ponderar “o valor” que se dá a cada estándar e a proporción que cada instrumento utilizado para avaliálo achega a ese valor.
<b>Procedementos e instrumentos</b>	Os procedementos de avaliación utilizábeis, como a observación sistemática do traballo do alumnado, as probas orais e escritas, o portfolio, os protocolos de rexistro ou os traballos de clase, permitirán a <b>integración de todas as competencias nun marco de avaliación coherente</b> (art. 7.6, terceiro parágrafo, da Orde ECD 65/2015).
<b>OUTROS ASPECTOS</b>	
Graduación dos estándares	Para identificar o progreso dos estándares ao longo dunha etapa.
Perfil de área	Conxunto de estándares de aprendizaxe avaliábeis que ten unha área ou materia. Dado que os estándares de aprendizaxe avaliábeis pónense en relación coas competencias, este perfil permitirá identificar aquelas competencias que se desenvolven a través desa área ou materia (art. 5.6 Orde ECD 65/2015). Son a referencia para a programación, a avaliación e o reforzo.
Perfil competencial	Conxunto de estándares de diferentes áreas relacionados coa mesma competencia clave (art. 5.7 Orde ECD 65/2015).
Avaliación das competencias	A <b>avaliación do grao de adquisición das competencias debe estar integrada coa avaliación dos contidos</b> , na medida en que ser competente supón mobilizar os coñecementos, destrezas, actitudes e valores (art. 7.3 da Orde ECD 65/2015).
Nivel de desempeño das competencias	<b>Poderanse medir a través dos indicadores de logro, tales como rúbricas ou escalas de avaliación [...] que teñan en conta á atención á diversidade</b> (art. 7.4 da Orde ECD/65/2015).
Identificación de contidos e criterios	<b>Exemplo: B1.1: B1:</b> Bloque de contido / 1: Número de contido dun bloque.
Identificación de estándares	<b>Exemplo: EFB1.1.2</b> <b>EF:</b> Abreviatura da área: Educación Física <b>B1.</b> Bloque de contidos do que xorde o estándar. 1. Número do criterio de avaliación que orixina o estándar. 2. Número de estándar dun determinado criterio de avaliación.

## 2. CONTEXTUALIZACIÓN

### Centro:

#### Situación:

O CPI Plurilingüe Cabo da Area está situado no exterior do núcleo urbano de Laxe (aproximadamente 3000 habitantes), concretamente ao final da praia, nunha paisaxe privilexiada. Tanto pola súa ubicación como pola súa economía trátase dun centro de marcado carácter marítimo.

#### Ensinanzas que oferta o centro:

- Educación Infantil
- Educación Primaria
- Educación Secundaria Obrigatoria (E.S.O.)

#### Características singulares

O centro está situado na vila mariñeira de Laxe e o alumnado procede da propia vila e das parroquias dos arredores polo que trátase dun centro eminentemente rural, dunha contorna dedicada ao mar ou ás labores da terra e o gando, polo que o nivel socio-económico das familias é, maioritariamente, medio-baixo así como o nivel socio-cultural. Este feito condiciona moitas das decisións pedagóxicas do centro e os seus departamentos didácticos, que é en moitos casos a vía que ten o alumnado de acceder a determinadas experiencias culturais ou medios para acadalas.

### Alumnado:

En canto ó alumnado destinatario desta programación hai que ter en conta a diversidade dos alumnos, podendo presentar nalgún momento ritmos diferentes. Realizaremos, deste modo, apoios puntuais modificando as actividades (ampliándoas ou simplificándoas), ou facendo traballos individuais que lles faga sentir que avanza da mesma forma que os demais compañeiros.

Para unha correcta secuenciación dos obxectivos, concreción dos contidos, concreción dos criterios de avaliación e concreción dos estándares de aprendizaxe teremos en conta o estudo do desenvolvemento evolutivo e das características dos alumnos/as ós que van dirixidos, neste caso concreto do alumnado de Educación Secundaria Obrigatoria, con idades que abranguen entre os 12 e os 16 anos. Neste período prodúcese unha transición fisiolóxica e psicolóxica dende a infancia á idade madura, supón un gradual proceso de medre e desenvolvemento no que as características do neno son reemplazadas polas do adulto.

### 3. OBXECTIVOS DE CURSO

Planificar e levar a cabo quecementos autónomos respectando as pautas básicas para a súa elaboración e adecuándoos ás características de cada actividade física.
Coñecer os efectos beneficiosos e preventivos que ten para a saúde a constancia no traballo de resistencia, flexibilidade e de forza.
Aplicar sistemas e métodos de adestramento para deseñar e levar á práctica un plan de traballo progresivo sobre unha capacidade física relacionada coa saúde.
Analizar e resolver supostos prácticos sobre o tratamento dalgunhas lesións producidas durante a práctica de actividades físicas.
Desenvolver unha actitude crítica ante as prácticas e valoracións que fan os medios de comunicación sobre as actividades deportivas e o tratamento do corpo.
Fomentar a organización, posta en marcha e participación en torneos e eventos deportivos no contorno habitual do alumnado.
Coñecer as posibilidades que ofrece o contorno natural para a práctica de actividades físicas e deportivas, e a necesidade de actuar de forma respectuosa para garantir a súa conservación.
Manifestar actitudes de cooperación, tolerancia e deportividade, tanto na faceta de participante como na de espectador dun acontecemento deportivo.
Participar de forma activa na creación e realización de actividades expresivas de carácter colectivo con soporte musical.
Coñecer e utilizar os tipos de respiración e as técnicas de relaxación como medio para reducir as tensións e os desequilibrios producidos na vida cotiá.

### 4. SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN

	UNIDADES DIDÁCTICAS 1º TRIMESTRE			Material de ref. (libro de texto, outros...)	Temporalización	
	UD	Bloques	CONTIDO		Mes	Sesións
1ª A V A L I A C I Ó N	1	B1.1	Deseña e realiza as fases de activación e recuperación, logo da análise da actividade física que se vaia realizar.	Apuntame nos,materi al específico EF	Set./ Out.	6
		B1.2	Fases de activación e recuperación como medio de prevención de lesións.			
		B1.4	Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.			
		B1.8	Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.			
		B1.9	Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo.			
	2	B1.5	Primeiras actuacións ante as lesións máis comúns que poden manifestarse na práctica deportiva.	Apuntame nos,materi al específico EF	Out. / Nov.	6
		B1.6	Protocolos básicos de primeiros auxilios.			
		B1.7	Medidas preventivas sobre os riscos ou as lesións na realización de actividades físico-deportivas.			
		B1.8	Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.			
		B1.9	Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo.			
3	B3.1	Efectos negativos que determinados hábitos de vida e consumo teñen sobre a condición física e a saúde.	Apuntame nos,materi	Nov.	4	

4	B3.2	Actividade física e saúde.	al específico EF	Nov. / Dec	9
	B3.3	Realización de exercicios para a consecución dunha óptima hixiene postural.			
	B3.4	Alimentación: repercusión na saúde e na actividade física.			
	B1.13	Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas actividades físico-deportivas e as relacionadas coa saúde.			
	B3.5	Valoración e toma de conciencia da propia condición física e da predisposición a melloralas.	Apuntamentos, material específico EF		
	B3.6	Elaboración e posta en práctica dun plano de traballo que integre as capacidades físicas relacionadas coa saúde			
	B3.7	Valoración e aplicación de técnicas e métodos de relaxación e respiración de xeito autónomo, co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.			
	B3.8	Métodos de avaliación da condición física en relación coa saúde.			

2ª A V A L I A C I O N	UNIDADES DIDÁCTICAS 2º TRIMESTRE			Material de ref. (libro de texto, outros...)	Temporalización	
	UD	Bloques	CONTIDO		Mes	Sesións
	5	B2.1		Creación de composicións artístico-expresivas individuais ou colectivas, con ou sen apoio dunha estrutura musical, incluíndo os elementos para a súa sistematización: espazo, tempo e intensidade.	Apuntamentos, material específico EF	Xan./ Feb.
B1.4			Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.			
B1.8			Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.			
B1.9			Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo.			
B1.10			Técnicas de traballo en equipo.			
B1.11			Técnicas de traballo colaborativo.			
6	B4.1		Traballo dos fundamentos técnicos das actividades físico-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica	Apuntamentos, material específico EF	Feb.	9
	B1.3		Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.			
	B1.4		Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.			
	B1.8		Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.			
	B1.12		Xogo limpo como actitude social responsable.			
7	B4.2		Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.	Apuntamentos, material específico EF	Feb/ Marz.	8
	B1.3		Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.			
	B1.4		Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.			
	B1.12		Xogo limpo como actitude social responsable.			

3ª A V A L I A C I O N	UNIDADES DIDÁCTICAS 3º TRIMESTRE			Material de ref. (libro de texto, outros...)	Temporalización	
	UD	Bloques	CONTIDO		Mes	Sesiões
	8	B4.3	Coñecemento e práctica de xogos e de deportes tradicionais de Galicia e da propia zona, así como do seu regulamento. Procura de información sobre variacións locais.	Apuntame nos,materi al específico EF	Abril	7
B1.4		Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.				
B1.8		Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.				
B1.12		Xogo limpo como actitude social responsable.				
9	B1.13	Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas actividades físico-deportivas e as relacionas coa saúde.	Apuntame nos,materi al específico EF	Abril/ Maio	7	
	B4.4	Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural.				
	B4.5	Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas actividades físico-deportivas no medio natural.				
	B4.6	Realización de actividades deportivas e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural.				
10	B1.4	Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	Apuntame nos,materi al específico EF	Maio/ Xuño	8	
	B1.8	Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.				
	B1.3	Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións				
	B1.4	Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.				
	B1.12	Xogo limpo como actitude social responsable.				
B4.1	Traballo dos fundamentos técnicos das actividades físico-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.					
B4.2	Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.					

## 5. RELACIÓN DE ASPECTOS CURRICULARES PARA CADA UNIDADE DIDÁCTICA

Temporalización: 1ª avaliación				Estándares de aprendizaxe avaliados		Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación				Elementos transversais								
UD	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Grao mínimo consec.	Peso cualific.	Instrumentos				Elementos transversais						
								Proba práct.	Trab. grupo	Trab. ind.	Obs. aula	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV
1	B1.1	B1.1	EFB1.1.1.	CSC	Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma	50%	20%			80%	20%		X		X	X		
	B1.1	B1.1	EFB1.1.2.	CSC	Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.	50%	25%			80%	20%	x						
	B1.2	B1.1	EFB1.1.3.	CSC	Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.	50%	25%	100%								X		
	B1.4	B1.3	EFB1.3.1.	CSC	Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100%	10%				100%					X	X	
	B1.8	B1.4	EFB1.4.1.	CSIEE	Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100%	10%				100%					X		
	B1.9	B1.5	EFB1.5.1.	CSC	Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	100%	10%				100%					X	X	
2	B1.5	B1.4	EFB1.4.2.	CSIEE	Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	50%	20%			100%		X	X			X		
	B1.6	B1.4	EFB1.4.3.	CSIEE	Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	50%	20%			100%		X	X					
	B1.7	B1.4	EFB1.4.3.	CSIEE	Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	50%	20%			100%		X	X		X			
	B1.8	B1.4	EFB1.4.1.	CSIEE	Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	25%	5%				100%					X		
	B1.9	B1.5	EFB1.5.1.	CSC	Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	25%	5%				100%					X	X	
3	B3.1	B3.1	EFB3.1.1.	CMCCT	Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	50%	20%		100%							X		
	B3.3	B3.1	EFB3.1.2.	CMCCT	Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	50%	20%		100%							X		
	B3.4	B3.1	EFB3.1.3.	CMCCT	Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	50%	20%		100%							X		
	B3.5	B3.1	EFB3.1.4.	CMCCT	Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.	50%	15%		100%							X		
	B1.13	B1.6	EFB1.6.1.	CD/CCL	Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	50%	5%		100%					X		X		
			EFB1.6.2.	CD/CCL	Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.	50%	5%		100%					X				
EFB1.6.3.			CD/CCL	Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.	50%	5%		100%			X		X	X				
4	B3.5	B3.2	EFB3.2.1.	CMCCT	Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	50%	15%			100%						X		
	B3.6	B3.2	EFB3.2.2.	CMCCT	Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	75%	40%	50%			50%					X		
	B3.7	B3.2	EFB3.2.3.	CMCCT	Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.	50%	30%	50%			50%				X			
	B3.8	B3.2	EFB3.2.4.	CMCCT	Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	50%	15%			100%						X		

Temporalización: 2ª avaliación				Estándares de aprendizaxe avaliados		Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación				Elementos transversais									
UD	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Grao mínimo consec.	Peso cualific.	Instrumentos				Elementos transversais							
								Proba práct.	Trab. grupo	Trab. ind.	Obs. aula	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV	EV
5	B2.1	B2.1	EFB2.1.1.	CCEC	Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.	50%	20%	100%							X	X	X		
	B2.1	B2.1	EFB2.1.2.	CCEC	Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.	50%	20%	100%							X	X	X		
	B2.1	B2.1	EFB2.1.3.	CCEC	Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.	50%	10%		100%						X	X	X		
	B1.10	B1.5	EFB1.5.1.	CSC	Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	100%	10%				100%				X	X	X		
	B1.11	B1.5	EFB1.5.2.	CSC	Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.	100%	10%				100%				X	X	X		
	B1.13	B1.6	EFB1.6.1.	CD/CCL	Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	50%	10%		100%					X		X			
EFB1.6.2.			Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.		50%	10%		100%				X							
EFB1.6.3.			Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.		50%	10%		100%			X		X	X					
6	B4.1	B4.1	EFB4.1.1.	CAA/CSIEE	Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.	50%	20%	60%			40%			X	X	X			
			EFB4.1.2.		Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	50%	20%	60%			40%			X	X	X			
			EFB4.1.3.		Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	25%	10%			100%			X	X	X				
	B1.3	B1.2	EFB1.2.1	CSC	Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100%	10%				100%					X	X		
			EFB1.2.2		Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	50%	10%				100%				X	X			
			EFB1.2.3		Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	25%	10%				100%				X	X			
B1.4	B1.3	EFB1.3.3.	CSC/CCEC	Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100%	10%				100%				X	X				
B1.8	B1.4	EFB1.4.1.	CSIEE	Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100%	10%				100%					X				
7	B4.2	B4.2	EFB4.2.1	CAA/CSIEE	Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.	50%	20%	50%			50%			X	X				
			EFB4.2.2		Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.	50%	20%	50%			50%			X	X				
			EFB4.2.3		Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	50%	20%	50%			50%			X	X				
	B1.3	B1.2	EFB1.2.1	CSC	Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	50%	10%				100%				X	X			
			EFB1.2.2		Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	50%	10%				100%			X	X	X			
	B1.4	B1.3	EFB1.3.3.	CSC/CCEC	Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100%	10%				100%				X	X			
B1.12	B1.5	EFB1.5.2.	CSC	Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.	100%	10%				100%				X	X				

Temporalización: 3ª avaliación				Estándares de aprendizaxe avaliados		Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación				Elementos transversais										
UD	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Grao mínimo consec.	Peso cualific.	Instrumentos				Elementos transversais								
								Proba práct.	Trab. grupo	Trab. ind.	Obs. aula	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV	EV	
8	B4.3	B4.2	EFB4.2.4.	CAA/CSIEE	Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	50%	20%			50%	50%					X	X	X		
			EFB4.2.5.		Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.	50%	20%				100%						X	X		
			EFB4.2.6.		Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	50%	20%				100%						X	X	X	
	B1.4.	B1.3	EFB1.3.2.	CSC/CCEC	Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	50%	10%				100%						X	X		
	B1.8	B1.4	EFB1.4.1.	CSIEE	Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100%	5%				100%							X	X	
	B1.12	B1.5	EFB1.5.2.	CSC	Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.	100%	10%				100%							X		
	B1.13	B1.6	EFB1.6.1.	CD/CCL	Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	50%	5%		100%						X		X			
EFB1.6.2.			Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.		50%	5%		100%						X						
EFB1.6.3.			Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.		50%	5%		100%			X		X	X						
9	B4.4	B4.3	EFB4.3.1.	CSC/CMCCT	Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	50%	25%			50%	50%					X	X	X	X	
	B4.5		EFB4.3.2.		Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.	50%	20%			50%	50%						X	X	X	
	B4.6		EFB4.3.3.		Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.	50%	25%			50%	50%						X	X	X	X
	B1.4	B1.3	EFB1.3.1.	CSC	Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100%	15%				100%						X	X		
	B1.8	B1.4	EFB1.4.1.	CSIEE	Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100%	15%				100%							X	X	
10	B1.3	B1.2	EFB1.2.1	CSC	Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100%	10%				100%					X	X			
			EFB1.2.2		Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	50%	10%				100%						X	X	X	
			EFB1.2.3		Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	50%	10%				100%						X	X		
	B1.4	B1.3	EFB1.3.1.	CSC	Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100%	10%				100%					X	X	X		
			EFB1.3.3.		Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100%	10%				100%							X	X	
	B1.12	B1.5	EFB1.5.1.	CSC	Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.	50%	10%				100%					X	X	X		
	B4.1	B4.1	EFB4.1.2.	CAA/CSIEE	Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	50%	20%	50%			50%					X	X			
B4.2	B4.2.	EFB4.2.3.	CAA/CSIEE	Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	50%	20%	50%			50%					X	X				

#### COMPETENCIAS

CCL	Comunicación lingüística.
CMCCT	Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía.
CD	Competencia dixital.
CAA	Competencia aprender a aprender.
CSC	Competencias sociais e cívicas.
CSIEE	Sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
CCEC	Conciencia e expresións culturais.

#### LENDA TRANSVERSAIS

CL	Comprensión lectora.
EOE	Expresión oral e escrita.
CA	Comunicación audiovisual.
TIC	Tecnoloxías da información e da comunicación.
EMP	Emprendemento.
EC	Educación cívica.
PV	Prevención da violencia.
EV	Educación e seguridade viaria.

## 6. CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE

<b>PERFIL COMPETENCIAL EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO</b>	
<b>CCL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> <li>- Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</li> <li>- Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.</li> </ul>
<b>CMCCT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</li> <li>- Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.</li> <li>- Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</li> <li>- Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.</li> <li>- Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.</li> <li>- Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.</li> <li>- Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.</li> <li>- Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.</li> <li>- Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.</li> <li>- Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.</li> <li>- Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.</li> </ul>
<b>CD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> <li>- Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</li> <li>- Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.</li> </ul>
<b>CAA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.</li> <li>- Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.</li> <li>- Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.</li> <li>- Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.</li> <li>- Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.</li> <li>- Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.</li> <li>- Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</li> <li>- Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.</li> <li>- Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.</li> </ul>
<b>CSC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.</li> <li>- Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.</li> <li>- Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.</li> <li>- Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.</li> <li>- Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.</li> <li>- Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilízalos na súa práctica de maneira autónoma.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.</li> <li>- Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.</li> <li>- Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</li> <li>- Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.</li> <li>- Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeiras nos traballos en grupo.</li> <li>- Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.</li> <li>- Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.</li> <li>- Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.</li> </ul>
<b>CFEC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.</li> <li>- Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.</li> <li>- Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.</li> <li>- Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.</li> </ul>
<b>CSIEE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.</li> <li>- Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.</li> <li>- Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.</li> <li>- Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.</li> <li>- Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.</li> <li>- Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.</li> <li>- Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.</li> <li>- Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.</li> <li>- Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</li> <li>- Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e recoñece os procesos que están implicados nelas.</li> <li>- Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.</li> </ul>

## 7. METODOLOXÍA

### 7.1.Aspectos xerais

- A idea fundamental da metodoloxía é a consideración do alumno/a coma o principal protagonista da súa propia aprendizaxe; deste xeito o profesor/a convértese nun mediador dese proceso e debe ter en conta que a metodoloxía debe ser:
  - o ACTIVA: permita a máxima participación do alumnado no proceso.
  - o FLEXIBLE: os métodos didácticos están subordinados ás características do alumnado, estrutura da actividade, medios a dispoñer...
  - o PARTICIPATIVA: fomentar a cooperación, o compañerismo e as actitudes sociais.

- INTEGRADORA: contribuirá á mellora das capacidades físicas, psíquicas e sociais de cada alumno/a en función das súas posibilidades, sen distinción de sexo ou calquera outra connotación.

## 7.2. Estratexias metodolóxicas

- Como estratexias metodolóxicas empregaremos:
  - A REPRODUCCIÓN DE MODELOS naquelas actividades nas que a aprendizaxe precise dun rendemento mecánico de eficacia probada ou por razóns de seguridade (Condición Física, Xogos e Deportes e Actividades no Medio Natural).
  - Os MÉTODOS DE PROCURA naquelas actividades nas que o alumnado desenvolva os procesos dedutivos e de enriquecemento. En canto os estilos de ensinanza, non existe ningún perfecto e aplicable a todas as situacións e, polo tanto, empregaremos o máis axeitado a cadansúa situación desde os máis reprodutivos como o Mando Directo ou a Asignación de Tarefas ata os máis creativos como o Descubrimento Guiado ou a Resolución de Problemas.
- Na **estratexia na práctica** empregaremos tarefas globais cando sexa posible e as analíticas cando o contido o precise. Non podemos olvidarnos das estratexias sintéticas (global con modificación da situación real ou de polarización da atención).<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>

## 7.3. Outras decisións metodolóxicas

### → AGRUPAMENTOS:

- Ao longo das sesións utilizaremos todo tipo de formas de organización, en gran grupo, masiva, en grupos reducidos, por parellas, tríos ou individual.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>
- As formas de agrupamento serán preferentemente en grupos reducidos ou por parellas, para fomentar as relacións e variarán segundo o contido, o material, etc.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>
- Os grupos serán homoxéneos ou heteroxéneos en función do obxectivo buscado.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>
- Os criterios de elección poderán ser: ao azar, por afinidade, polas características físicas, etc.
- A composición será decidida polo profesor, polo alumnado ou de forma conxunta.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>

### → TEMPOS:

- Hai dúas clases semanais de Educación Física por grupo.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>
- O tempo total da sesión é de 50 minutos, pero o tempo real de actividade verase reducido a aproximadamente 45 minutos, debido aos traslados e á práctica dos hábitos de hixiene.
- O tempo distribúese do seguinte xeito, de forma xeral, en todas as sesións:
  - 8 ou 10 min → Inicio: posta en acción, motivación, información inicial, quecemento específico.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>
  - 30 minutos → Parte principal: (actividades, tarefas...)<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>
  - 5 ou 6 minutos → Parte final: volta á calma, análise de resultados.<sup>[1][2]</sup><sub>[SEP]</sub>

### → ESPAZOS:

- O centro conta con:
  - Anexo ao edificio principal atópase o polideportivo cuberto, que será a aula principal do departamento de Educación Física.
  - A maiores dispónse por parte do departamento da posibilidade de empregar o polideportivo municipal que está contiguo ao centro así como o campo de fútbol que se atopa o seu carón.
- Isto non quere dicir que só se usen esas instalacións para E.F. xa que haberá momentos nos que poderemos impartir clase nas aulas ou na biblioteca.

## 7.4. Contribución aos plans e proxectos do centro:

- **Contribución ao Proxecto Lector:** desde o Departamento de Educación Física propondremos diferentes lecturas, artigos ou textos vinculados a: biografías de deportistas, nutrición, superación persoal, actividade física e saúde...
- **Contribución ao Plan de Convivencia:** aprender a convivir desde a responsabilidade, saber compartir, superar o conflito con diálogo ou a reconciliación; son intencións formalizadas que conlevan a aplicación dos seguintes principios metodolóxicos:
  - A delegación de responsabilidade aos alumnos e alumnas.
  - A aprendizaxe cooperativa e compartida.
  - A atención á diversidade de intereses e posibilidades motrices.
  - A aposta por unha Educación Física coincidente cun enfoque participativo.
- **Contribución ao Plan TIC,** realizaranse actividades como: a visualización de vídeos en diferentes formatos, gravacións feitas na aula sobre as tarefas realizadas, vídeos explicativos sobre as materias tratadas, consulta e procura de información en páxinas web ou ligazóns a páxinas relacionadas cos contidos conceptuais.

## 7.5. Materiais e recursos didácticos

### ➔ MATERIAIS:

- O material empregado dependerá fundamentalmente do tipo de contido que se esté a traballar:
  - Condición física: balóns medicinais de 3 e 4 kg, bancos suecos, colchonetas, cronómetros, picas, aros, etc.
  - Actividades na natureza: mapas, compases, cordas, arneses, mosquetóns, descensores...
  - Coordinación, axilidade e equilibrio: colchonetas, bancos suecos, quitamedos, poldro, plinto, aros, espaldeiras, cordas, etc.
  - Expresión corporal: equipo de música, cordas, bancos, balóns de psicomotricidade, etc.
  - Xogos e deportes: balóns de cada un dos deportes, raquetas, volantes, redes, aros, porterías, materiais de xogos tradicionais, etc.

### ➔ RECURSOS DIDÁCTICOS:

- Materiais impresos:
  - Necesitaranse materiais como soporte dos contidos teóricos e prácticos, é por iso que tomaremos como referencia o libro de texto.
  - Instrumentos de avaliación como: listas de control, escalas de cualificación, exames... <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
- Medios audiovisuais e informáticos: <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>
  - Pódese solicitar a aula TIC do centro con acceso a internet para o traballo de investigación nalgunhas unidades didácticas.
  - Contamos cun equipo de música para as UD de ritmo e expresión. <sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>

## 8. AVALIACIÓN

### Avaliación inicial

- **Obxectivo:** identificar o nivel de partida dos alumnos/as para plantexar a unidade didáctica adaptada a este.
- **En que data se realizará?** Realizarase ao comezo de curso e ao inicio das diferentes unidades didácticas.
- **En que consistirá?** Probas tipo test, preguntas e respostas, fichas de observación ou rúbricas para valorar o nivel de partida.
- **Consecuencias dos resultados das probas e información ás familias:** Mediante estas probas detectaranse as dificultades de cada alumno/a para darlle unha atención individualizada e tomar desde o principio as medidas precisas de atención á diversidade e informar ás familias se é preciso.

### Avaliación continua

- **Periodicidade coa que se farán probas:**
  - o En cada unidade didáctica realizarase polo menos unha proba teórico-práctica.
- **Como se cualifican as probas teórico-prácticas, os traballos individuais ou colectivos e a observación do traballo na aula?**
  - o Todas as probas cualifícanse de 0 a 10, redondeando á alza a partir de 0,6 puntos.
- **Aspectos que se van valorar dentro da observación do traballo na aula e instrumentos para a recollida desta información:**
  - a. Ao longo do curso utilizaremos como instrumento un rexistro anecdótico a través dunha aplicación informática. Os aspectos que valoraremos no **traballo diario** estarán incluídos naqueles estándares de aprendizaxe do Bloque 1. “Contidos comúns en E.F.” (o aseo persoal, a participación nas actividades físicas independentemente do propio nivel de execución, o control de riscos, o desenvolvemento da iniciativa individual e de hábitos de esforzo, respecto das normas de grupo, de seguridade na práctica e de xogo limpo, colaboración nas actividades grupais, etc.)
  - b. Ademais da observación de aula, realizaranse **probos específicos** nas unidades didácticas desenvolvidas. Os procedementos e instrumentos de avaliación que utilizaremos nas unidades didácticas serán:
    - i. En relación aos estándares de aprendizaxe de carácter conceptual realizaranse traballos individuais e/ou grupais, probas teóricas ou exposicións orais.
    - i. En relación aos estándares de aprendizaxe de carácter procedimental (posta en práctica de habilidades) realizaranse test de condición física, probas de execución ou circuitos motrices.
- **Como se CALCULA A CUALIFICACIÓN de cada unha das avaliacións?** Os criterios de cualificación responderán ás seguintes porcentaxes:
  - a. O **traballo diario** recollido nos estándares de aprendizaxe do Bloque 1. “Contidos comúns en E.F.” terá un valor do 20% da cualificación.
  - b. As **probos específicos** permitirán a avaliación de:
    - ii. Estándares de aprendizaxe de carácter conceptual (un valor do 20% da cualificación). En relación aos traballos teóricos ou fichas de actividades entregaranse no día prefixado na clase. O retraso dos mesmos considerarase un aspecto que debe ter unha penalización na cualificación, restándolle un punto por cada día que se retrase na entrega do mesmo.
    - iii. Estándares de aprendizaxe de carácter procedimental (posta en práctica de habilidades): un valor do 60% da cualificación.
  - o Para superar cada avaliación haberá que acadar un 5 sobre 10 unha vez feita a media de todos os apartados. Redondearase á alza a partir de 0,6 puntos.
  - o **Avaliación dos alumnos/as lesionados/as** → Aquel alumnado lesionado de forma temporal ou permanente deberá traer un xustificante médico ou familiar. Será cualificado mediante a entrega e valoración correspondente de todos os traballos que se lles encargue, así como a través das fichas diarias de clase. Tamén deberán realizar os controis teóricos.
  - o En caso de non superar unha avaliación parcial, realizarase unha proba teórico/práctica de recuperación ao comezo do seguinte trimestre.

## Avaliación final

- A avaliación ordinaria de xuño será a media das tres avaliacións, obtendo unha media de 5 sobre 10 para superar a materia. Redondearase á alza a partir de 0,6 puntos.

### Procedemento de recuperación da 3ª avaliación:

- Durante o período comprendido entre o 6 e o 23 de xuño, realizarase actividades de reforzo, apoio e recuperación, relacionadas cos contidos da avaliación non superada. Nestes días o alumnado poderá presentarse a probas prácticas e/ou teóricas, e de entregar, de ser o caso, as tarefas necesarias que lles permitan recuperar a avaliación suspensa.

## Metodoloxía e actividades para o período comprendido entre a 3ª avaliación e a avaliación final na ESO

<b>Metodoloxía</b>	<p>Alumnado cunha ou máis avaliacións suspensas: durante o período comprendido entre o 6 e o 23 de xuño, realizará actividades de reforzo, apoio e recuperación, relacionadas cos contidos das avaliacións non superadas. Nestes días o alumnado poderá presentarse a probas prácticas e/ou teóricas, e de entregar, de ser o caso, as tarefas necesarias que lles permitan recuperar as avaliacións suspensas. A nota final, resultará da media ponderada das tres avaliacións.</p> <p>Alumnado con todas as avaliacións aprobadas: durante o período comprendido entre o 6 e o 23 de xuño, realizarán actividades de ampliación, podendo presentarse tamén, de ser o caso a probas prácticas e/ou teóricas. Estas actividades e probas repercutirán nun incremento da nota de ata un punto sobre a media aritmética das tres avaliacións.</p>
<b>Actividades tipo</b>	<p>As sesións, salvo nalgunha excepción, divídense en tres partes ben diferenciadas:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Quecemento (10'): consta sempre dunha actividade coa que se pretende activar muscular, cognitiva e psicolóxicamente ao alumnado. Son actividades nas que o sistema enerxético aeróbico é o protagonista salvo nas rutinas estáticas. O obxectivo principal é preparar ao alumno e evitar así posibles lesións.</li><li>2. Parte Principal (30'): Actividades variadas a partir das cales se abordan os distintos contidos. Nesta parte principal o alumno xa está preparado para traballar cun esforzo físico e cognitivo maior, podendo desenvolver tarefas de complexidade máis elevada.</li><li>3. Volta á calma (10'): o obxectivo da actividade de volta á calma é preparar ao alumno para o seu regreso á aula. Redúcense pulsacións e abórdanse contidos relacionados coa flexibilidade ou outros que non requiran dun esforzo físico elevado.</li></ol>
<b>Materiais e recursos</b>	<p>O material empregado dependerá fundamentalmente do tipo de contido que se esté a traballar:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>♣ Condición física: balóns medicinais de 3 e 4 kg, bancos suecos, colchonetas, cronómetros, picas, aros, etc.</li><li>♣ Coordinación, axilidade e equilibrio: colchonetas, bancos suecos, quitamedos, poldro, plinto, aros, espaldeiras, cordas, etc.</li><li>♣ Expresión corporal: equipo de música, cordas, bancos, balóns de psicomotricidade, etc.</li><li>♣ Xogos e deportes: balóns de cada un dos deportes, raquetas, volantes, redes, aros, porterías, materiais de xogos tradicionais, etc.</li></ul>

## Organización das actividades de recuperación e avaliación de pendentes

- Realizarase un **programa de reforzo e recuperación** a través dun caderno ou conxunto de traballos teórico-prácticos tendo en conta os estándares do curso académico pendente que deberá entregar de forma periódica.

## 9. AVALIACIÓN DO PROCESO DE ENSINO E DA PRÁCTICA DOCENTE

### Indicadores de logro do proceso de ensino

	Escala			
	1	2	3	4
1. O nivel de dificultade foi adecuado ás características do alumnado.				
2. Conseguiuse crear un conflito cognitivo que favoreceu a aprendizaxe.				
3. Conseguiuse motivar para lograr a actividade intelectual e física do alumnado.				
4. Conseguiuse a participación activa de todo o alumnado.				
5. Contouse co apoio e coa implicación das familias no traballo do alumnado.				
6. Mantívose un contacto periódico coa familia por parte do profesorado.				
7. Adoptáronse as medidas curriculares adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.				
8. Adoptáronse as medidas organizativas adecuadas para atender ao alumnado con NEAE.				
9. Atendeuse adecuadamente á diversidade do alumnado.				
10. Usáronse distintos instrumentos de avaliación.				
11. Dáse un peso real á observación do traballo na aula.				
12. Valorouse adecuadamente o traballo colaborativo do alumnado dentro do grupo.				

### Indicadores de logro da práctica docente

	Escala			
	1	2	3	4
1. Como norma xeral, fanse explicacións xerais para todo o alumnado.				
2. Ofrecense a cada alumno/a as explicacións individualizadas que precisa.				
3. Elabóranse actividades atendendo á diversidade.				
4. Elabóranse probas de avaliación adaptadas ás necesidades do alumnado con NEAE.				
5. Utilízanse distintas estratexias metodolóxicas en función dos temas a tratar.				
6. Combínase o traballo individual e en equipo.				
7. Poténcianse estratexias de animación á lectura.				
8. Poténcianse estratexias tanto de expresión como de comprensión oral e escrita.				
9. Incorporáronse as TIC aos procesos de ensino – aprendizaxe.				
10. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.				
11. Ofrecense ao alumnado de forma rápida os resultados das probas / traballos, etc.				
12. Analízanse e coméntanse co alumnado os aspectos máis significativos derivados da corrección das probas, traballos, etc.				
13. Dáselle ao alumnado a posibilidade de visualizar e comentar os seus acertos e erros.				
14. Grao de implicación do profesorado nas funcións de titoría e orientación.				
15. Adecuación, logo da súa aplicación, das ACS propostas e aprobadas.				
16. As medidas de apoio, reforzo, etc. están claramente vinculadas aos estándares.				
17. Avaliase a eficacia dos programas de apoio, reforzo, recuperación, ampliación...				

# 10. AVALIACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

## Mecanismos de revisión, avaliación e modificación da programación didáctica

- **Periodicidade coa que se revisará:** revisarase oa final de cada avaliación, ao final do curso escolar, así como nas diferentes reunións de departamento que terán lugar ao longo do curso escolar.
- **Medidas que se adoptarán como resultado da revisión:** Adaptarase a secuenciación dos contidos ás circunstancias particulares da práctica docente do presente curso, sen deixar de traballar e avaliar todos os estándares de aprendizaxe.<sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>

### Indicadores

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

Observacións:

## 11. ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

### 11.1. Medidas ordinarias e extraordinarias

Medidas ordinarias	
Organizativas	Curriculares
<ul style="list-style-type: none"><li>• Adecuación para algún alumno/a ou grupo da estrutura organizativa do centro e/ou da aula.<ol style="list-style-type: none"><li>a) Tempos diferenciados: darlle un maior tempo para realizar as probas prácticas.</li><li>b) Espazos diferenciados</li><li>c) Materiais e recursos didácticos diferenciados: utilizar balóns de diferentes dimensións e cores; cambiar a altura e distancia do pase ou o ángulo de recepción do balón.</li></ol></li><li>• Reforzo educativo: adecuar a linguaxe ao nivel de comprensión dos alumnos; buscar actividades alternativas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adaptacións metodolóxicas para algún alumno/a grupo:<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Adaptacións pedagóxicas: apoio verbal, visual, manual.</li><li>➤ División do movemento en secuencias.</li><li>➤ Modificar a traxectoria e a velocidade do móbil.</li><li>➤ Simplificación do xesto: andar en troques de correr.</li><li>➤ Modificar a posición dos xogadores.</li><li>➤ Reducir a distancia e desprazamentos de lanzar ou recoller.</li></ul></li><li>• Adaptación dos tempos e/ou os instrumentos de avaliación para algún alumno/a</li><li>• Programas de reforzo para o alumnado que tivo promoción sen superar todas as materias.</li><li>• Programa específico para alumnado repetidor da materia.</li><li>• Aplicación personalizada dese programa específico para repetidores da materia.</li></ul>

Medidas extraordinarias	
Organizativas	Curriculares
<ul style="list-style-type: none"><li>• Alumnado que recibe apoio por parte do profesorado especialista en PT.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adaptacións curriculares na materia: refírense a aquelas adaptacións que van requirir unha modificación parcial do currículo e que vai vir determinada por aqueles alumnos/as con serias dificultades motrices que lles impiden o seguimento normal das actividades prácticas. Farase tendo en conta o informe médico e as prescricións correspondentes.</li></ul>

## 11.2. Aspectos xerais

Partimos da idea xeral de que cada alumno/a é diferente aos demais; os aprendizaxes previos, o nivel de maduración, a situación persoal e familiar e os factores xenéticos son algúns aspectos que poden marcar diferenzas entre o alumnado á hora de aprender, e de aí que a aprendizaxe se desenvolva de modo individualizado, de maneira que cada cal observe a súa propia progresión.

En relación á atención á diversidade do alumnado terase en conta a organización de actividades de reforzo ou apoio e de ampliación, que lles permitirán o seguimento do ritmo da clase ao igual que o resto dos seus compañeiros/as. En casos máis significativos, poderase establecer unha **adaptación curricular**.

Como medidas xerais estableceremos as seguintes:

- Atención personalizada en función das necesidades de cada un.
- Procurar que todos os alumnos e alumnas alcancen similares obxectivos, partindo da non discriminación e non separación en función das condicións de cada estudante.
- Buscaremos a máxima normalidade con propostas o máis cercanas posibles ao currículo ordinario e a maior atención individual.

Actividades ou estratexias que se utilizan na aula para atender á diversidade:

- Cambio de orde dos contidos.
- Programación de actividades de repaso.
- Flexibilización do tempo.
- Organización no ximnasio: facer grupos heteroxéneos por niveis e con actividades diferentes.
- Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.
- Integración de todo o alumnado na aula.
- Priorizar métodos que favorezan a expresión, a reflexión e a comunicación.
- Ofrecer actividades para que lles permitan conseguir éxito ante o grupo.
- O tratamento destes alumnos e alumnas con dificultades farase sempre en coordinación cos profesores especialistas e o equipo de orientación, co fin de lograr fomentar o desenvolvemento das súas capacidades físicas, cognitivas e, o máis importante: lograr unha integración do alumno na aula e na dinámica do instituto.

## 12. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES

En función da evolución da pandemia intentaremos facer algunha ruta de sendeirismo polos arredores do centro ou actividades na praia anexa, que cumpra as normas de seguridade, sendo unha actividade ao aire libre.

## 13. DATOS DO DEPARTAMENTO

Materia	Curso	Grupo	Profesor/a
Educación Física	4º	A	Sergio Pereira Bendaña