

**CENTRO: CPI PLURILINGÜE CABO DA  
AREA**

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**  

---

**PROMOCIÓN DE ESTILOS DE  
VIDA SAUDABLES**

**DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA**

**CURSO: 2º DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA**

**ANO ACADÉMICO: 2022/23**

# ÍNDICE

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

# 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 avaliáveis, 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 “ <b>o valor</b> ” 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 utilizables, 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).
Graduación dos estándares	Para identificar o progreso dos estándares ao longo dunha etapa.
Perfil de área	Conxunto de estándares de aprendizaxe avaliáveis que ten unha área ou materia. Dado que os estándares de aprendizaxe avaliáveis 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: PEVSB1.1.2</b> <b>PEVS:</b> Abreviatura da área: Promoción de Estilos de Vida Saudables <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:

Esta programación está deseñada para estudantes de 2ºESO, os cales atópanse (segundo a Meinel e Schnabel) na segunda fase de maduración sexual na que se manifesta a diferenza específica sexual, unha individualización progresiva (da conduta motora e das súas disposicións e intereses individuais) e unha estabilización crecente psíquica e motriz. Pasan a ter unha grande importancia as súas relacións sociais, van adquirindo ideas propias, actitudes e valores, e son capaces de realizar operacións lóxico formais e resolver problemas complexos.

Á vez incrementan o seu interese polo entorno físico-social. Son aspectos de gran importancia a construción da propia identidade, a aceptación das posibilidades e límites do corpo, a elaboración de significados culturais e a consecución dun nivel aceptable de autoestima. Será importante conectar ós alumnos cunha práctica deportiva regular e unha alimentación saudable en coordinación coa clase de Educación Física, así como desconectalos de hábitos perxudiciais para a saúde xa que os hábitos adquiridos nesta etapa persisten durante toda a vida.

### 3. OBXECTIVOS DE CURSO

- Coñecer os efectos da actividade física regular sobre o noso organismo
- Recoñecer aqueles hábitos que son perxudiciais para a saúde
- Saber aplicar de forma axeitada o exercicio físico para a súa contribución a saúde.
- Adquirir hábitos posturais axeitados
- Aumentar a cantidade e calidade da actividade física realizada
- Coñecer os beneficios e riscos para a saúde derivados da dieta
- Analizar as necesidades de hidratación e a súa relación coa saúde
- Ser capaz de elabora propostas dietéticas sinxelas
- Analizar as etiquetas nutricionais presentes en alimentos e bebidas

### 4. SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN

1ª A V A L I A C I O N	UNIDAD DIDÁCTICA 1			Material de ref. (libro de texto, outros...)	Temporalización	
	UD	Bloques	CONTIDO		Mes	Sesi óns
1	B1.1	Actividade física como hábito de vida saudable: como, cando, onde, canta e por que.	Apuntame ntos, presentaci óns (ppt)	Set./Out/ Nov/Dec	12	
	B1.2	Avaliación e análise da postura, da composición corporal e da actividade física saudable realizada.				
	B1.3	Plans e estratexias para o incremento da actividade física diaria e para a redución dos perío-dos de inactividade.				
	B1.4	Organización e promoción da práctica de actividade física diaria.				

2ª A V A L I A C I O N	UNIDAD DIDÁCTICA 2			Material de ref. (libro de texto, outros...)	Temporalización	
	UD	Bloques	CONTIDO		Mes	Sesi óns
2	B2.1	Alimentación como hábito de vida saudable. Beneficios e riscos para a saúde derivados da dieta. Modelos de dieta atlántica e mediterránea como patróns alimentarios saudables	Apuntame ntos, presentaci óns (ppt)	Xan./Feb. /Marzo	12	
	B2.2	Inxestión alimentaria e hidratación segundo as recomendacións saudables máis adecuadas á súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.				
	B2.3	Deseño de propostas dietéticas sinxelas. Estratexias para a incorporación das recomendacións de alimentación e hidratación como hábito de vida saudable				

3ª A V A L I A C I O N	UNIDAD DIDÁCTICA 3			Material de ref. (libro de texto, outros...)	Temporalización	
	UD	Bloques	CONTIDO		Mes	Sesi óns
3	B2.1	Alimentación como hábito de vida saudable. Beneficios e riscos para a saúde derivados da dieta. Modelos de dieta atlántica e mediterránea como patróns alimentarios saudables	Apuntame ntos, presentaci óns (ppt)	Abril/Maio /Xuño	12	
	B2.2	Inxestión alimentaria e hidratación segundo as recomendacións saudables máis adecuadas á súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.				
	B2.4	Estratexias para a selección de alimentos e bebidas, que permitan o cumprimento das recomendacións. Etiquetaxe nutricional dos alimentos e das bebidas				

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

Temporalización: 1ª-2ª-3ª avaliación				Estándares de aprendizaxe avaliáveis				Criterios de cualificación e instrumentos de avaliación				Elementos transversais							
UD	Identif. contidos	Identif. criterios	Identif. estándar	Competencias clave	Estándares de aprendizaxe	Tipo de estand.	Grao mínimo consec.	Peso cualific.	Instrumentos				Elementos transversais						
									Proba esc.	Trab. grupo	Trab. ind.	Obs. aula	CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV
1	B1.1	B1.1	PEVSB1.1.1.	CMCCT	Coñece os beneficios para a saúde da práctica regular de actividade física, así como os efectos adversos da inactividade.	B	50%	5%	100%				x	x	x			x	
	B1.1	B1.1	PEVSB1.1.2.	CMCCT	Identifica os principais parámetros de saúde axeitados para a súa idade, e relaciona a actividade física idónea para a súa mellora	B	50%	5%	100%				x	x				x	
	B1.2	B1.2	PEVSB1.2.1.	CMCCT/CAA	Coñece e avalía a súa postura, a composición corporal (talla, peso, IMC, etc.), a actividade e inactividade física diaria, a tensión arterial, etc., aplicando sistemas sinxelos e as novas tecnoloxías.	A	75%	20%	50%		50%		x		x	x		x	
	B1.2	B1.2	PEVSB1.2.2.	CMCCT	Elabora, analiza e avalía un diario da súa actividade física desenvolvida durante un período de tempo acordado.	B	50%	10%			70%	30%	x	x	x	x	x	x	
	B1.3	B1.3	PEVSB1.3.1..	CMCCT/ CAA/ CSC	Elabora un plan para o incremento da súa act. física diaria, reducindo os tempos de inactividade (televisión, teléfono móbil, etc.) e os desprazamentos con motor, e comprométese a pólo en práctica durante un período de tempo acordado de xeito individual ou en grupo.	A-B	50%	20%			100%		x	x	x	x	x	x	
	B1.3	B1.3	PEVSB1.3.2.	CMCCT/ CD/ CAA	Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.	A	50%	10%			100%		x	x	x	x	x	x	
	B1.4	B1.4	PEVSB1.4.1.	CD/ CAA	Deseña, utiliza e difunde un plan de mobilidade peonil e/ou en bicicleta no seu contorno e/ou a súa localidade.	A	50%	5%			100%		x		x	x	x	x	x
	B1.4	B1.4	PEVSB1.4.2.	CD/ CAA	Deseña, utiliza e difunde unha guía para o incremento da actividade física na vida cotiá.	B	50%	20%			100%		x	x	x	x	x	x	
	B1.4	B1.4	PEVSB1.4.3.	CMCCT/ CAA/ CSA/ CSIEE	Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.)	A-B	25%	5%			50%	50%	x	x	x	x	x	x	x
2	B2.1	B2.1	PEVSB2.1.1	CMCCT	Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.	B	50%	10%	100%				x	x				x	
	B2.1	B2.1	PEVSB2.1.2	CMCCT/CAA	Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios	B	50%	10%	100%				x	x				x	
	B2.2	B2.1	PEVSB2.2.1	CMCCT/CAA	Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.	A	50%	20%			100%		x	x		x	x		
	B2.2	B2.1	PEVSB2.2.2	CMCCT	Coñece as recomendacións de inxestión alimentaria e hidratación adecuadas á súa idade, ao seu sexo e ao seu nivel de actividade física diaria	B	50%	10%	100%				x					x	
	B2.2	B2.1	PEVSB2.2.3	CSC	Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar hábitos tóxicos relacionados coa alimentación (anorexia, drogas, alcohol, tabaco, etc.)	B-C	25%	10%	50%			50%	x	x		x		x	
	B2.3	B2.3	PEVSB2.3.1	CMCCT/ CD/ CAA	Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.	A-B	50%	20%			100%		x	x	x	x		x	
	B2.3	B2.4	PEVSB2.4.1	CMCCT/ CAA/ CSIEE	Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolvela durante un período de tempo acordado.	A-B	50%	20%			100%		x	x	x	x		x	
3	B2.1	B2.1	PEVSB2.1.1	CMCCT	Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.	B	50%	10%	100%				x	x				x	
	B2.1	B2.1	PEVSB2.1.2	CMCCT/ CAA	Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.	B	50%	10%	50%			50%	x	x				x	
	B2.2	B2.1	PEVSB2.2.1	CMCCT/ CAA	Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria	A	100%	20%			100%		x	x	x	x	x	x	
	B2.2	B2.1	PEVSB2.2.2	CMCCT	Coñece as recomendacións de inxestión alimentaria e hidratación adecuadas á súa idade, ao seu sexo e ao seu nivel de actividade física diaria.	B	50%	10%	100%				x	x				x	
	B2.2	B2.1	PEVSB2.2.3	CSC	Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar hábitos tóxicos relacionados coa alimentación (anorexia, drogas, alcohol, tabaco, etc.)	B-C	50%	10%	50%			50%	x	x			x	x	
	B2.4	B2.5	PEVSB2.5.2	CMCCT/ CAA	Elabora unha lista da compra semanal, respectando as recomendacións dietéticas segundo a idade, o sexo e a actividade física diaria	B	100%	20%			100%		x	x	x	x	x	x	
	B2.4	B2.5	PEVSB2.5.2	CMCCT/ CAA	Interpreta correctamente e de xeito básico a etiquetaxe nutricional dos produtos alimenticios, identificando os valores recomendados para a súa saúde.	B	50%	20%			80%	20%	x	x	x	x	x	x	

## 6. CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE

<b>PERFIL COMPETENCIAL PEVS 2º ESO</b>	
<b>CMCCT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coñece os beneficios para a saúde da práctica regular de actividade física, así como os efectos adversos da inactividade.</li> <li>- Identifica os principais parámetros de saúde axeitados para a súa idade, e relaciona a actividade física idónea para a súa mellora.</li> <li>- Coñece e avalía a súa postura, a composición corporal (talla, peso, IMC, etc.), a actividade e inactividade física diaria, a tensión arterial, etc., aplicando sistemas sinxelos e as novas tecnoloxías.</li> <li>- Elabora, analiza e avalía un diario da súa actividade física desenvolvida durante un período de tempo acordado.</li> <li>- Elabora un plan para o incremento da súa actividade física diaria, reducindo os tempos de inactividade (televisión, teléfono móbil, etc.) e os desprazamentos con motor, e comprométese a pólo en práctica durante un período de tempo acordado de xeito individual ou en grupo.</li> <li>- Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.</li> <li>- Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.).</li> <li>- Coñece as recomendacións dietéticas e de hidratación, a importancia para a saúde dunha alimentación sa e equilibrada (variada, suficiente, etc.), e os riscos para a saúde da inxestión desmesurada de produtos azucrados, salgados, etc.</li> <li>- Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.</li> <li>- Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.</li> <li>- Coñece as recomendacións de inxestión alimentaria e hidratación adecuadas á súa idade, ao seu sexo e ao seu nivel de actividade física diaria.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.</li> <li>- Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolve-la durante un período de tempo acordado.</li> <li>- Elabora unha lista da compra semanal, respectando as recomendacións dietéticas segundo a idade, o sexo e a actividade física diaria.</li> <li>- Interpreta correctamente e de xeito básico a etiquetaxe nutricional dos produtos alimenticios, identificando os valores recomendados para a súa saúde.</li> </ul>
<b>CD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde un plan de mobilidade peonil e/ou en bicicleta no seu contorno e/ou a súa localidade.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde unha guía para o incremento da actividade física na vida cotiá.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.</li> </ul>
<b>CAA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coñece e avalía a súa postura, a composición corporal (talla, peso, IMC, etc.), a actividade e inactividade física diaria, a tensión arterial, etc., aplicando sistemas sinxelos e as novas tecnoloxías.</li> <li>- Elabora un plan para o incremento da súa actividade física diaria, reducindo os tempos de inactividade (televisión, teléfono móbil, etc.) e os desprazamentos con motor, e comprométese a pólo en práctica durante un período de tempo acordado de xeito individual ou en grupo.</li> <li>- Localiza e utiliza os recursos dispoñibles no seu contorno para a realización de actividade física saudable.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde un plan de mobilidade peonil e/ou en bicicleta no seu contorno e/ou a súa localidade.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde unha guía para o incremento da actividade física na vida cotiá.</li> <li>- Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.).</li> <li>- Identifica os alimentos e as recomendacións que propoñen os modelos de dieta atlántica e mediterránea, e os seus beneficios.</li> <li>- Rexistra, analiza e avalía a súa propia inxestión durante un período de tempo acordado, tendo en conta as recomendacións para a súa idade, o seu sexo e a súa actividade física diaria.</li> <li>- Deseña, utiliza e difunde unha guía para aplicar as recomendacións dietéticas e de hidratación adaptadas á idade, ao sexo e á actividade física diaria, e comprométese a aplicala durante un período de tempo acordado.</li> <li>- Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolve-la durante un período de tempo acordado.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elabora unha lista da compra semanal, respectando as recomendacións dietéticas segundo a idade, o sexo e a actividade física diaria.</li> <li>- Interpreta correctamente e de xeito básico a etiquetaxe nutricional dos produtos alimenticios, identificando os valores recomendados para a súa saúde.</li> </ul>
<b>CSC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elabora un plan para o incremento da súa actividade física diaria, reducindo os tempos de inactividade (televisión, teléfono móbil, etc.) e os desprazamentos con motor, e comprométese a pólo en práctica durante un período de tempo acordado de xeito individual ou en grupo.</li> <li>- Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar os hábitos tóxicos relacionados coa actividade física (sedentarismo, vigorexia, dopaxe, etc.).</li> <li>- Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.).</li> <li>- Adquire e utiliza estratexias socioemocionais para evitar hábitos tóxicos relacionados coa alimentación (anorexia, drogas, alcohol, tabaco, etc.).</li> </ul>
<b>CSIEE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organiza, nun medio tanto natural como urbano, actividades para a difusión, o fomento e a práctica de actividade física saudable en grupo (familia, grupo clase, centro, amizades, etc.).</li> <li>- Deseña e elabora unha proposta de almorzos e merendas saudables, respectando as recomendacións dietéticas para a súa idade, o seu sexo e o seu nivel de actividade física, e comprométese a desenvolvela durante un período de tempo acordado.</li> </ul>

## 7. METODOLOXÍA PRESENCIAL, SEMIPRESENCIAL E TELEMÁTICA

### 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.
  - o 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:
  - o Memorización comprensiva.
  - o Indagación e investigación sobre documentos, prensa científica,...
  - o Análise de documentos, gráficos, táboas de datos
  - o Elaboración de traballos relacionados coa temática traballada na clase
  - o Realización de actividades nas cales poñan en práctica os contidos estudados
  - o Posta en práctica de pequenas investigacións tomando o rol de verdadeiros científicos.

### 7.3. Outras decisións metodolóxicas

#### ➔ AGRUPAMENTOS:

- o Dadas as características especiais deste curso académico por mor do Covid 19, os agrupamentos serán preferentemente individuais. Se a situación epidemiolóxica mellorara introduciremos grupos reducidos ou parellas, para fomentar as relacións e variarán segundo o contido, o material, etc.

#### ➔ TEMPOS:

- o Hai unha clase semanal de PEVS por grupo. <sup>L</sup><sub>SEP</sub>
- o O tempo total da sesión é de 50 minutos, pero o tempo real de actividade verase reducido a aproximadamente en 45 minutos se acadamos ao polideportivo, debido aos traslados e á práctica dos hábitos de hixiene.
- o En termos xerais, vanse respectar os tempos marcados na secuenciación e temporalización dos contidos das táboas, mais estes poden variar en función das distintas dificultades e necesidades observadas no día a día da aula. Neste caso faríanse as modificacións oportunas.



→ **ESPAZOS:**

- Aula do grupo-clase: adaptable segundo as necesidades das actividades (utilización do encerado dixital, traballo en grupo, etc)
- Aula de informática: a esta recurriríase menos debido á dotación TIC das aulas individuais
- Espazos exteriores: pista exterior e pavillón polideportivo.

#### **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:
  - Libros de consulta na Biblioteca.
  - Material bibliográfico propio do departamento
  - Material manipulable e experimental propio da materia.
  - Prensa diaria.
  - Outros materiais e recursos aportados polos propios alumnos ou polo profesorado.

→ **RECURSOS DIDÁCTICOS:**

- Equipamento da aula de informática: PDI, Canón proxector, ordenador portátil profesor e un Netbook por alumno.
- Biblioteca do centro.
- Uso e-mail para manter a comunicación profesor – alumno/a e alumno/a – alumno/a.
- Aplicacións didácticas online para a realización de actividades e cuestionarios: kahoot, socrative,...

## 8. AVALIACIÓN PRESENCIAL, SEMIPRESENCIAL E TELEMÁTICA

### 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 califícanse 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. Para a observación na aula, ao longo do curso utilizaremos como instrumento un rexistro anecdótico a través dunha aplicación informática.
  - b. Ademais da observación de aula, realizaranse **probas específicas** nas unidades didácticas desenvolvidas. Os procedementos e instrumentos de avaliación que utilizaremos serán traballos individuais, probas teóricas ou exposicións orais.
- **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 de **tipo C** terá un valor do **10% da cualificación**.
  - b. A sumatoria das notas obtidas en tódolos estándares de aprendizaxe, nos que primen aspectos de carácter máis teórico (**Tipo B**): Terá un valor do **45% da cualificación**.
  - c. A sumatoria das nota obtidas en tódolos estándares de aprendizaxe, nos que primen aspectos de carácter máis práctico (**Tipo A**): Terá un valor do **45% 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 En caso de non superar unha avaliación, realizarase unha proba teórico/práctica de recuperación ao comezo do seguinte trimestre. Se a avaliación non superada é a terceira, realizarase unha proba final antes de que remate o curso.

### 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, realizará 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

### Metodoloxía

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

	<p>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>	Análise de documentais e/ou curtos, busca de información en páxinas web relacionadas coa materia, exposicións orais, expresión e producións escritas, entre outras que poidan ser adecuadas ao alumnado.
<b>Materiais e recursos</b>	Apuntes, aula virtual, lecturas adaptadas, vídeos e outros recursos dispoñibles en liña.

## 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. Ofrécense 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. Incorpóranse as TIC aos procesos de ensino – aprendizaxe.				
10. Préstase atención aos elementos transversais vinculados a cada estándar.				
11. Ofrécese 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. Avaliáse 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>

### 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. Asignación a cada estándar do peso correspondente na cualificación.				
7. Vinculación de cada estándar a un ou varios instrumentos para a súa avaliación.				
8. Asociación de cada estándar cos elementos transversais a desenvolver.				
9. Fixación dunha estratexia metodolóxica común para todo o departamento.				
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.</li> <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: Empréganse outros recursos complementarios como fichas de traballo ou exercicios de reforzo.</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>• Faise algunha adaptación metodolóxica para algún alumno/grupo como traballo colaborativo en grupos heteroxéneos, tutoría entre iguais, aprendizaxe por proxectos, etc.? Non hai exemplos concretos, mais dependendo das necesidades e dificultades do alumnado emprégase de xeito habitual a tutoría entre iguais para facilitar o seguimento do ritmo do grupo.</li> <li>• Adáptanse os tempos e/ou os instrumentos de avaliación para algún alumno/a? No caso dun alumno con mobilidade reducida realízanse probas específicas e personalizadas e déixalle máis tempo que para os demais debido ás súas necesidades concretas.</li> </ul>

Medidas extraordinarias	
Organizativas	Curriculares
<ul style="list-style-type: none"> <li>• O profesorado encargado de impartir docencia no grupo de referencia están en permanente contacto coa docente encargada de impartir PT favorecendo así a coordinación entrambos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Non hai alumnado con adaptación curricular neste grupo-clase. En todo caso as 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 cognitivas/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 os 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.
- Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.
- 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
Promoción de estilos de vida saudable	2º	A	Sergio Pereira Bendaña