

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36013758	IES Laxeiro	Lalín	2024/2025

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Bacharelato	Educación física	1º Bac.	3	105

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	4
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	16
4.2. Materiais e recursos didácticos	18
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	19
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	19
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	20
6. Medidas de atención á diversidade	20
7.1. Concreción dos elementos transversais	21
7.2. Actividades complementarias	22
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	22
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	23
9. Outros apartados	24

1. Introducción

A presente programación didáctica (PD) está contextualizada na etapa de Bacharelato, na cal a Educación Física está presente unicamente no primeiro curso, cunha carga lectiva de tres horas semanais. Polo tanto, en principio, será o último contacto que terá o alumnado con contidos propios da materia.

As finalidades da EF van orientadas a consolidar un estilo de vida activo no que a práctica de actividade física se faga de forma autónoma e reflexiva, coñecendo os beneficios da mesma, pero tamén, os elementos de risco e as prácticas desaconselladas.

O carácter propedéutico da materia neste nivel favorecerá o achegamento do alumnado a unha serie de profesións vinculadas coa actividade físico-deportiva, e as súas demandas de formación, xa sexa no ámbito universitario, no da Formación Profesional ou no dos Ensinos Deportivos.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Interiorizar o desenvolvemento dun estilo de vida activo e saudable, planificando responsable e conscientemente a súa actividade física a partir da autoavaliación persoal con base en parámetros científicos e avaliábeis, e axustando as prácticas motrices ás súas necesidades e motivacións persoais para satisfacer as súas demandas de lecer activo e de benestar persoal, así como coñecer posibles saídas profesionais asociadas á actividade física.			2-5	1-4	11-12-50		3	
OBX2 - Adaptar autonomamente as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices específicas das modalidades practicadas, a diferentes situacións con distintos niveis de dificultade, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión e execución adecuados á súa lóxica interna para resolver situacións motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas, e consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					12-40		2-3	

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia.	5	3			11-20-50	3		
OBX4 - Analizar criticamente, e investigar, sobre as prácticas e manifestacións culturais vinculadas coa motricidade segundo a súa orixe e evolución, desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económicos, políticos e sociais que condicionasen o seu desenvolvemento, practicándoas e fomentando a súa conservación para ser capaz de defender, desde unha postura ética e contextualizada, os valores que transmiten.		3	5		12	1		1
OBX5 - Implementar un estilo de vida sustentable e comprometido coa conservación e mellora da contorna, organizando e desenvolvendo accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, asumindo responsabilidades na seguridade das prácticas, para contribuír activamente ao mantemento e coidado do medio natural e urbano e dar a coñecer o seu potencial entre os membros da comunidade.			5		12-20	4	1	

Descrición:
3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición física e saúde	Acadar e manter uns niveis mínimos de condición física é imprescindible para ter unha boa saúde e calidade de vida. Esta primeira UD dedicarase a repasar os seus	20	22	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Condición física e saúde	principais métodos de desenvolvemento e a súa relación coa saúde. Faremos fincapé en contidos vencellados a alimentación, a hixiene postural e ós perigos de prácticas motrices que non respeten os principios básicos do adestramento. As aprendizaxes desta UD serán aplicables ao resto do curso.	20	22	X		
2	Organización de eventos deportivos: baloncesto 3X3 - bádminton ou voleibol 3X3	Buscamos nesta UD que o alumnado adquira a desenvolva con iniciativa propia procesos de deseño e organización de eventos, utilizando para elo un marco deportivo adaptado ós seus intereses e as posibilidades do centro. Cada grupo escollerá unha disciplina das tres sinaladas no título. Desta forma, intentaremos conciliar a mellora nunha práctica específica xa coñecida, co traballo de organización dun evento deportivo de carácter recreativo e formativo. .	15	22	X		
3	Deseño e realización dunha montaxe coreográfica: habilidades ximnásticas e ritmo.	O desenvolvemento da expresión corporal é un aspecto clave na educación física. Nesta UD o alumnado utilizará aprendizaxes desenvoltas na ESO para deseñar e executar unha montaxe coreográfica grupal.	12	14		X	
4	Planificación de adestramentos para a mellora da condición física e saúde.	Enlazando cos contidos da UD1, nesta UD o alumnado aprenderá como aplicar os métodos de desenvolvemento e avaliación da condición física nun programa de adestramento individualizado. Desta forma, fomentárase a súa autonomía para que poidan ter un estilo de vida activo e saudable fóra do horario lectivo.	20	20		X	
5	Saídas profesionais no ámbito da actividade física e deporte	Nesta UD, visibilizaranse as diferentes opcións formativas que poden seguir no ámbito da actividade física e do deporte, xunto coas súas respectivas saídas laborais.	3	6		X	
6	Deporte e sociedade (educación, ocio e competición): exemplificación co rugby e o fútbol.	Os deportes colectivos permiten desenvolver a condición física, as habilidades motrices específicas e as relacións sociais a través da colaboración-oposición. Nesta UD aplicarase ao voleibol (deporte de participación alternativa en campo dividido), á diferenza da UD7.	20	16			X
7	Actividades físicas na natureza	As actividades físicas na natureza permiten ao alumnado acadar os obxectivos da materia nun novo contexto, visibilizando outros entornos e alternativas de práctica deportiva e fomentando o respecto á natureza	10	5			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Condición física e saúde	22

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	50%. Incorpora con axuda procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices.	TI	100
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	50%. Actuar ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde.		
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	50%. Empregar aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física.		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50%. Coñecer medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Sistemas de adestramento. - Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física.

Contidos

- Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza.
- Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas.
- Saúde social.
- Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva.
- Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.
- Saúde mental.
- Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.
- Trastornos vinculados coa imaxe corporal.
- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Análise crítica de estratexias publicitarias.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Protocolos ante alertas escolares.
- Actuacións críticas ante accidentes.
- Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer.
- Desprazamentos e transporte de accidentados.
- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).
- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).
- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).
- Contido básico de caixa de primeiros auxilios.

UD	Título da UD	Duración
2	Organización de eventos deportivos: baloncesto 3X3 - bádminton ou voleibol 3X3	22

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50	TI	100
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	50		
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	50		
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	50		
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	50		
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	50		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	50		

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

Contidos

- Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares).
- Selección responsable e sustentable do material deportivo.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices.
- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición.
- Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival.
- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
3	Deseño e realización dunha montaxe coreográfica: habilidades ximnásticas e ritmo.	14

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50	TI	100
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	50		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	50		
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	50		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	50		
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	50		
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	50		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade. - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles. - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. - Técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.

UD	Título da UD	Duración
4	Planificación de adestramentos para a mellora da condición física e saúde.	20

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.	50	TI	100
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	50		
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	50		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración. - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal. - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados. - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares). - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
5	Saídas profesionais no ámbito da actividade física e deporte	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	50	TI	100
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	50		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde. - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade. - Saídas profesionais no ámbito deportivo.

UD	Título da UD	Duración
6	Deporte e sociedade (educación, ocio e competición): exemplificación co rugby e o fútbol.	16

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	50		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	50		
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	50		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	50		
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	50		
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	50		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde social. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde. - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional. - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices.

Contidos

- Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.
- Toma de decisións.
- Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais.
- Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo.
- Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas.
- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles.
- Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias.
- Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas.
- Medidas para fomentar a igualdade no deporte.
- Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.
- Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais.
- Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes.
- Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte.
- Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.
- Mercado, consumismo e deporte.

UD	Título da UD	Duración
7	Actividades físicas na natureza	5

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.	50	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sustentable, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	50		
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	50		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares). - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade. - Protocolos ante alertas escolares. - Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sustentable en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura. - Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades. - Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo. - Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas. - Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física. - Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

A Educación Física na educación secundaria ten un carácter motriz, práctico e vivencial que busca, entre outros obxectivos, incrementar a actividade física efectiva do alumnado.

Os diferentes modelos pedagóxicos constitúen unha ferramenta para materializar un desenvolvemento competencial, polo carácter participativo, creativo e de aprendizaxe que xeran no alumnado.

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

A metodoloxía exposta caracterizarase por ser, flexible, activa, integradora, participativa, lúdica, creativa e

progresiva.

A continuación, abordamos a proposta metodolóxica a través dalgúns dos seus elementos, como son os estilos de ensino, a organización espazo-temporal, o coñecemento dos resultados/execución, as actividades, a estratexia na práctica e as rutinas.

1. ESTILOS DE ENSINO

Os estilos de ensino mostran como se desenvolve a interacción profesor-alumnado no proceso de toma de decisións, e definen o papel de cada un nese proceso.

Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles nos asegura a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F. Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que a elección farase en base aos contidos e obxectivos propios de cada UD e mesmo de cada tarefa.

De maneira xenérica:

- As UDs 1, 2 e 5 (condición física, alimentación, saúde e primeiros auxilios; organización de eventos; e saídas profesionais) teñen unha base teórica que será desenvolva principalmente combinando estilos directivos con estilos productivos.

- As UD 2, 3, 4, 6 e 7 basearanse principalmente na resolución de problemas e no descubrimento guiado; xunto con modelos de ensinanza específicos como o modelo de educación deportiva, a ensinanza cooperativa ou o modelo de responsabilidade social.

2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

2.1. AGRUPAMENTOS

En canto aos agrupamentos, a súa determinación viranos determinada polas tarefas que desenvolvamos. En principio, contemplamos a utilización de todo tipo de agrupamentos, dende o traballo individual (se é que se pode considerar como un agrupamento) xa que permite a individualización do ensino para adaptarse ao ritmo de aprendizaxe do alumnado; ata o traballo en grupo clase, cando a importancia do contido o requira xa que favorecen o proceso de socialización, melloran as relacións persoais, o coñecemento mutuo, o respecto polos demais, tolerar os distintos puntos de vista e dominio motriz e melloran o rendemento. Pasando polo traballo por parellas, tríos e en pequeno grupo cando a actividade busque desenvolver a cohesión do grupo, aprendizaxes específicas de habilidades técnico-tácticas, creacións motrices en actividades expresivas, entre outras.

En xeral os agrupamentos serán colectivos, para fomentar o traballo en grupo e as habilidades sociais, sendo heteroxéneos principalmente (salvo en casos moi puntuais, xustificados).

2.2. UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

Para levar a cabo as nosas intencións educativas non reduciremos o noso espazo de actuación á aula e ás instalacións deportivas que se nos asignen, senón que espremeremos ao máximo a utilización dos espazos dispoñibles no centro, co ánimo de descontextualizar o ensino da E.F. das instalacións deportivas, dando a entender ao alumnado a virtualidade do reduccionismo ao que se adoita someter á nosa materia, circunscibíndoa unicamente aos espazos "tradicionais". Por exemplo, para a realización de traballos en grupo de revisión bibliográfica, poderemos empregar a biblioteca do centro. Cando a busca de información requira un ámbito maior podemos utilizar a aula de informática para realizar buscas en internet e descubrir o tratamento que se lle dá á materia na rede.

Por último tamén destacar instalacións alleas ao centro educativo, para aumentar as posibilidades da materia e adaptalas mellor aos contidos (como por exemplo, para contidos relacionados coa seguridade vial no entorno urbano e/ou na natureza).

2.3. OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

Para aprender unha tarefa e lograr un nivel de execución aceptable, o alumnado debe dispoñer dun tempo razoable para practicar a devandita actividade un número suficiente de veces.

O tempo que o alumnado dedica exclusivamente á práctica de actividade física é o que se coñece como tempo de actividade real. Para intentar incrementar na medida do posible o tempo de actividade real do alumnado vanse ter en conta unha serie de consideracións prácticas:

- Preparación da clase de educación física. Os preparativos previos á sesión adoitan seguir un protocolo cotián e repetitivo: acceder ao vestiario dende a aula, cambiarse de roupa, ir á pista ou ximnasio, pasar lista, regresar, asearse e volver cambiar de roupa. Para evitar a perda de tempo nesta fase motivaremos previamente o alumnado cara ás tarefas da sesión e limitaremos o tempo de estanza no vestiario.

- Eficiencia no tempo dispoñible. O devandito tempo trataremos de optimizalo do seguinte xeito:
 - Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas.
 - Rendibilidade na montaxe e recollida do material.

- Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos.

3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

Na actualidade ninguén dubida de que o coñecemento dos resultados constitúe un dos aspectos clave dentro do proceso de aprendizaxe motor. A súa importancia vén certificada por múltiples traballos de investigación que coinciden en afirmar o seu extraordinario valor dentro do proceso de aprendizaxe.

A progresión ao longo das etapas educativas debe ir dende un coñecemento dos resultados extrínseco cara a un cada vez máis intrínseco.

Nesta proposta de programación, o coñecemento dos resultados abranguerá, en función do momento, tres tipos. Así, en certos contidos, como por exemplo os contidos máis técnicos, trataremos de utilizar o coñecemento dos resultados concorrente. Tanto a través dunha transmisión verbal como táctil, procuraremos que o alumnado modele a súa execución técnica no mesmo momento de realizar a acción.

Naquelas situacións, nas que buscamos que a información teña unha incidencia positiva sobre as execucións posteriores, como no caso dun xesto técnico específico, utilizaremos o Coñecemento dos Resultados Inmediato. Nun principio, mediante unha transmisión verbal, e sempre que sexa necesario, a través dunha transmisión táctil ou visual.

E por último, trataremos de aumentar o protagonismo do Coñecemento dos Resultados Intrínseco, atrasando a administración da información durante un tempo, unha vez finalice a tarefa. Este Coñecemento dos Resultados Diferido, é propio da aprendizaxe dos comportamentos tácticos, onde, combinado con Estilos de Ensino baseados na Busca, pretendese proporcionar un maior protagonismo ao alumnado á hora de analizar a información e tomar decisións.

4. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

A estratexia na práctica que utilizaremos dependerá do tipo de contido e da tarefa que deseñamos, así como do seu obxectivo.

Así por exemplo, para as actividades de avaliación inicial, deseñadas para a primeira sesión de cada U.D., con carácter xeral, a estratexia será de tipo global, onde se implique o maior número de habilidades, fundamentos e coñecementos posible para poder facernos unha idea xeral do nivel de coñecemento inicial do noso alumnado no devandito contido.

Para aquelas tarefas onde o obxectivo perseguido sexa entre outros unha aprendizaxe técnica, a estratexia a utilizar será máis analítica. Por exemplo a aprendizaxe dun xesto técnico, comezará cunha aproximación analítica ao mesmo descompoñéndoo en diferentes partes secuenciadas segundo os segmentos corporais implicados no xesto.

Por último, para os pasos intermedios entre as aprendizaxes máis analíticas e as máis globais, utilizaremos estratexias sintéticas que nos permitan avanzar na aprendizaxe de todo tipo de contidos.

Hai que dicir, que as estratexias utilizadas poden presentarse de forma tanto simultánea como secuencial dentro da mesma sesión. Así mesmo, pódense utilizar en ambos os dous sentidos, é dicir, podemos partir dunha estratexia global para rematar cunha aprendizaxe máis analítica, ou viceversa, podemos partir dunha estratexia máis analítica para rematar cunha máis global.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Material deportivo: inventariado polo departamento de EF (balóns varios, conos, petos, pelotas, aros, equipo de música, canastras, accesorios de deportes alternativos, material de fitness...)
Apuntamentos da materia: facilitados polo profesorado de EF a través da aula virtual.
Referencias bibliográficas e webgráficas: facilitadas polo profesorado de EF a través da aula virtual, buscadores de internet, biblioteca...
Outro material pedagógico: dende material da aula (proxector, pizarra...) ata apps ou plataformas informáticas que axuden a acadar os obxectivos da materia

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A avaliación inicial desenvolverase ao inicio de cada Unidade Didáctica para comprobar os coñecementos previos que posúe o alumnado sobre os contidos da mesma.

Os procedementos de avaliación poderán ser variados, tanto probas escritas, como observación directa de tarefas específicas nas primeiras sesións, ou mediante cuestionarios orais.

O instrumento para a avaliación inicial dependerá do contido da U.D.

Unha vez feita, a persoa docente valorará a necesidade de realizar adaptacións nos diferentes apartados da programación, de ser o caso.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	20	15	12	20	3	20	10	100
Táboa de indicadores	100	100	100	100	100	100	100	100

Criterios de cualificación:

Ao longo do curso avaliaranse tódolos criterios de avaliación, de maneira continuada e repartida nas 7 UDD (avaliación continua). Mediante os procedementos e instrumentos mencionados anteriormente, verificarase que cada alumna e alumno acada o grao mínimo esixible para cada criterio. Para unha cualificación positiva tamén se deberá obter unha puntuación media igual ou superior a 5,00, tanto nas UDD de cada trimestre (no caso da nota de cada trimestre) como na totalidade delas (no caso da nota final). No caso das notas con decimais, aproximarase ao valor enteiro máis próximo.

Para ilo, será indispensable:

- Ter realizado e presentado, dun xeito aceptable, as tarefas e actividades propostos ao longo do curso, na forma e soporte axeitado.
- Ter ao día as tarefas na Aula Virtual de EF e/ou en soporte físico, tendo reflectido as prácticas e anotacións que sinalara o profesorado.
- Ter asistido regularmente as sesións de clase, aínda que non se poida facer a práctica, en cuxo caso terá que realizar o traballo adaptado proposto. Isto é así posto que a consecución dalgunha das aprendizaxes implica a participación activa nas actividades físicas e deportivas e o feito de non asistir implica a non participación nesas tarefas realizadas na aula. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc. Para a avaliación deste alumnado empregaranse rúbricas específicas segundo o papel desempeñado que poderá complementarse con traballos escritos.
- Realizar as probas prácticas das diferentes UD, subliñando que se debe ter acadado unha progresión individual suficiente.
- Cumprir as normas de funcionamento expostas nas primeiras clases en canto a puntualidade, roupa e material axeitado, comportamento, actitude activa e positiva, respecto, superación das probas teóricas e prácticas, etc. Estas normas están directamente relacionadas co desenvolvemento de boa parte dos contidos da Educación Física e co logro das aprendizaxes recollidas na PD.
- Comportamentos e actitudes reiteradas non apropiadas que inciden no desenvolvemento das clases, na práctica segura e saudable de actividades físicas, nos valores sociais, etc. e que se relacionan cos criterios de avaliación, serán rexistrados por medio do instrumento de avaliación correspondente. Os rexistros suporán un desconto na nota vencellada aos aprendizaxes recollidos nos criterios de avaliación específicos.
- Terase en conta a ortografía na presentación das producións escritas, podendo restar ata 0,05 puntos por cada

falta, ata un máximo de 1 punto na cualificación numérica de cada unha delas.

* En canto aos instrumentos de avaliación das unidades didácticas, aclarar que o tipo de instrumento establecido é sempre a táboa de indicadores, que se aplicarán en distintas situacións de avaliación: probas prácticas individuais, grupais, creacións motrices, traballos de aula virtual, presentacións ou fichas de aula.

Criterios de recuperación:

Todo aquel alumnado que non superase algún criterio ou a súa nota media sexa inferior ao 5,00 deberá superar un proceso de recuperación mediante a entrega ou realización dos traballos ou probas pertinentes, con prazo máximo segundo sexa estipulado polo docente (sempre antes da avaliación).

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

Para o alumnado que promociona a 2º de Bacharelato coa materia de Educación Física pendente elaborárase un plan de recuperación personalizado. Neste plan farase constar, ademais dos apartados establecidos normativamente, os mínimos de consecución que o alumnado ten pendentes de superar, e de ser o caso, as UU.DD.

Farase un calendario de titorías, previa cita por parte do alumnado, para desenvolver o seguimento das tarefas propostas no plan de recuperación. Neste calendario estableceranse tamén as datas das probas para superar os contidos, e o tipo das mesmas.

O cálculo numérico da nota farase igual que no procedemento de cualificación do curso.

Unha vez establecido o calendario da ABAU, e de non ter superado a materia fíxase unha proba final extraordinaria. Na dita proba o alumnado deberá superar aqueles contidos das UU.DD. que non superara nas probas anteriores, tendo en conta que todo o superado no curso anterior, mantense como superado coa mesma nota.

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo á Orde do 8 de setembro que desenvolve o Decreto 229/2011, do 7 de decembro, polo que se regula a atención á diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, adoptáranse as medidas de carácter ordinario e extraordinario que se consideren oportunas e axeitadas ao alumnado.

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos. Ademais, facilitarase material didáctico de repaso e de profundización na aula virtual.

Ademais do diferente ritmo de aprendizaxe do alumnado e o nivel de competencia motriz, os casos máis frecuentes na materia de Educación Física que necesitan unha atención á diversidade son:

- Alumnado repetidor (coa materia aprobada / coa materia suspensa). Este alumnado, maioritariamente coa materia superada, pode colaborar co profesorado en actividades de microensinanza participando como alumno avantaxado en determinados contidos. Esa actuación será valorada polo profesorado con táboas de indicadores específicas.

- Alumnado con diferente nivel de competencia motriz. Ao alumnado que teña baixo nivel de competencia motriz nos contidos dalgunha/s unidade/é didáctica/s, realizaránselle apoios e reforzos para favorecer tanto a súa práctica como a súa aprendizaxe. De ser necesario, adaptaráselle os tempos e os procedementos de avaliación.

- Alumnado lesionado ou incapacitado temporalmente para realizar a práctica. No caso deste alumnado, asignárase un rol en función da UD que garanta que participa e logra os obxectivos fixados: avaliador, xuíz/árbitro e axudante serán os roles máis utilizados. A avaliación da súa práctica realizarase a través de táboas de indicadores específicas. A este alumnado, de ser o caso, en función das súas necesidades de atención á diversidade adaptaráselle tanto os tempos como os procedementos de avaliación. En todo caso, evitarase que se limite a tomar nota da sesión.

- Alumnado que promociona coa materia sen superar. Neste caso elaborárase un Plan de reforzo adaptado ás súas particularidades. De todos os apartados do plan, destacamos as tarefas para realizar e a súa temporalización, así como os procedementos de seguimento e avaliación.

Concretamente centrados no alumnado de bacharelato do presente curso e tras unha reunión co departamento de orientación, actualmente non existe ningún tipo de discapacidade que precise dunha adaptación curricular en concreto, máis aló das medidas citadas anteriormente.

No caso de ser necesarias medidas extraordinarias de atención á diversidade unha vez esgotadas as de carácter ordinario, seguiranse as indicacións establecidas na normativa vixente, coa colaboración do departamento de orientación do centro.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7
ET.1 - Compresión da lectura (CL)	X			X	X	X	
ET.2 - Expresión oral e escrita (EOE)	X	X		X		X	X
ET.3 - Comunicación audiovisual (CAV)					X	X	X
ET.4 - Competencia dixital (CD)	X	X		X			
ET.5 - Emprendemento social e empresarial (ESE)		X	X	X			X
ET.6 - Educación emocional (EE)		X	X			X	X
ET.7 - Igualdade de xénero (IX)		X	X			X	
ET.8 - Creatividade (CR)		X	X	X			X

Observacións:

En realidade, a maioría dos elementos transversais serán traballados en todas as unidades didácticas en maior ou menor medida. Neste apartado, quedan reflexados os elementos máis importantes para cada unidade didáctica, en función da súa natureza.

Deste modo:

- A CL abordarase principalmente a través de UDD relacionadas coa CF e a saúde, as disciplinas deportivas, e papel do deporte no marco sociocultural, a través da lectura de recursos que o docente facilitará a través da aula virtual.
- A EOE a través de traballos elaborados de forma individual e grupal nas distintas UD.
- A CAV se traballará en distintas UD nas que o alumnado deberá facer unha exposición e defensa das súas propostas: UD 5, 6 e 7 principalmente.
- A CD traballarase mediante o emprego de apps que contribúan á adquisición dos contidos das UD 1, 2 e 4, para a aplicación de métodos de adestramento, a organización de eventos deportivos (torneos e ligas) e a planificación do adestramento persoal.
- O ESE maioritariamente a través das UD 2, 3, 4 e 7, relacionadas co fomento da autonomía para adquirir un estilo de vida activa e saudable e levar a cabo propostas de actividades físicas de distinta natureza.
- A EE destaca nas UD 2,3, 6 e 7 nas que o traballo se realiza de forma grupal, se utilizan contidos do ámbito afectivo e as metodoloxías permiten fomentar o respecto, a empatía, a escoita e o apoio ós compañeiros/as.
- A IX traballarase nas UDD deportivas, a través da visibilización da desigualdade no deporte profesional, a visibilización de referentes femininos, a importancia da coeducación deportiva e o uso do deporte como ferramenta de fomento da equidade entre homes e mulleres.
- A CR fomentarse en practicamente todas as UDD xa que se busca a autonomía do alumnado, pero destaca sobre todo na UD5 relacionada coa composición musical e coreográfica por parte do alumnado.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Masterclass de actividades de acondicionamento físico con base musical	Aproveitando ao alumnado deste centro que cursa 2º do ciclo superior de acondicionamento físico e en relación á materia impartida nas UD1, 4 e 5 (condición física, adestramento e saídas profesionais), o alumnado de BAC recibirá unha sesión de acondicionamento físico deseñada e impartida polo alumnado do ciclo, baixo a supervisión do profesorado, para experimentar formas de levar á práctica os contidos vistos na clase.	X		
Masterclass de acondicionamiento físico con material específico no Lalín Arena	Aproveitando ao alumnado deste centro que cursa 2º do ciclo superior de acondicionamento físico e en relación á materia impartida nas UD1, 6 e 7 (condición física, adestramento e saídas profesionais), o alumnado de BAC recibirá unha sesión de acondicionamiento físico deseñada e impartida polo alumnado do ciclo, baixo a supervisión do profesorado, para experimentar formas de levar á práctica os contidos vistos na clase.		X	
Actividade física no medio natural	Realizaremos unha AF no medio natural coa organización dunha empresa especializada. A modalidade será escollida polo alumnado a partir do traballo desenvolto na UD específica (UD 7))			X

Observacións:

Queda a criterio do profesorado de EF a posibilidade de propoñer e engadir novas actividades complementarias e/ou extraescolares.

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

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
Rendemento do alumnado e resultados de aprendizaxe.
Metodoloxía empregada
Deseño e desenvolvemento das unidades didácticas.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Temporalización da programación e das unidades didácticas.

Clima de traballo na aula
Motivación do alumnado, ambiente nas sesións e actuación persoal da persoa docente.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Información ao alumnado e ás familias da programación.

Descrición:

O proceso de ensino esixe unha avaliación continua para ir axustando a programación. Esta avaliación permite ir detectando necesidades e buscando o axuste, as correccións precisas e as medidas que se consideren oportunas en cada momento.

Propóñense uns aspectos da programación e do procedemento de ensino-aprendizaxe, e uns indicadores, que a persoa docente pode avaliar, escollendo os instrumentos que considere máis axeitados (cuestionarios, listaxes de control ou rexistro de datos, entrevistas, observador externo ou ben comparar a experiencia con outros compañeiros e compañeiras docentes). Nesta proposta poden surpimirse puntos e engadirse outros que a persoa docente considere.

1. RENDEMENTO DO ALUMNADO E RESULTADOS DE APRENDIZAXE:

Análise dos resultados obtidos na avaliación final.

2. TEMPORALIZACIÓN DA PROGRAMACIÓN E DAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Mediante unha listaxe de control reflectirase si a temporalización foi axustada e houbo tempo de levar a cabo, tanto as UU.DD. como a programación xeral.

3. DESEÑO E DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:

Avaliación de recursos, materiais, actividades, instrumentos de avaliación e criterios de cualificación. Utilizaranse 2 instrumentos de avaliación: unha enquisa ao alumnado de cada grupo, e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase.

4. MOTIVACIÓN DO ALUMNADO, AMBIENTE NAS SESIÓNS E ACTUACIÓN PERSOAL DA PERSOA DOCENTE:

Avaliarase a través dunha enquisa ao alumnado, a través da reflexión persoal da persoa docente baseada no rexistro diario de clase e cun feed-back obtido das entrevistas ou titorías coas familias.

5. INFORMACIÓN AO ALUMNADO E ÁS FAMILIAS DA PROGRAMACIÓN:

Mediante unha listaxe de control avaliarase si alumnado e familias foron informados en tempo e forma do contido desta programación didáctica a través da páxina web do centro. Ademais o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

O seguimento da programación é indispensable para ir avaliando procedementos, as actividades levadas a cabo e os resultados alcanzados polo alumnado, e así ir facendo as modificacións que se consideren oportunas para finalmente reflexionar acerca das posibles propostas de mellora. O coñecemento dos resultados obtidos neste proceso de seguimento e avaliación tamén establecerán un novo punto de partida de cara ao próximo curso e cara a unha nova intervención docente.

O seguimento da programación realizarase a través da sección de "Seguimento" da Aplicación PROENS. Nesta sección indícarase a data de inicio e fin da UD, o número de sesións previstas, o número de sesións realizadas, o grao de cumprimento da programación (baixo-medio-alto), as propostas de mellora e calquera observación que se considere oportuna.

Propónse facer o seguimento e a avaliación da programación nos seguintes prazos:

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidades de medidas de reforzo, os materiais e

recursos empregados, outros instrumentos, etc.

- Unha vez ao mes, na reunión do departamento, realizarase o seguimento da programación didáctica e estableceranse as medidas correctoras que, de ser o caso, se estimen necesarias.

- Ao finalizar o trimestre, onde se analizaran as unidades didácticas levadas a cabo, factores favorables e dificultades atopadas na temporalización das mesmas e resultados acadados polo alumnado. No caso de que quedara sen impartir algunha UD, o seu peso repartirase equitativamente entre o resto de UU.DD. impartidas no trimestre.

- Ao finalizar o curso escolar. As propostas de mellora reorientarán e modificarán a nova programación, se é o caso, e unha vez discutido no seno do departamento (reorientarán as estratexias para desenvolver contidos, reforzarán aspectos varios, variarán procedementos, etc....) sempre buscando a optimización do proceso e o aproveitamento dos recursos. Estas propostas deberán quedar reflectidas na memoria final do departamento.

9. Outros apartados