

PROGRAMACIÓN

DE E.F PARA

4ºE.S.O

CURSO: 2015-2016

ÍNDICE PROGRAMACIÓN

INTRODUCCIÓN -----	páx. 4
1. CONTRIBUCIÓN DA EDUCACIÓN FÍSICA AO LOGRO DAS COMPETENCIAS BÁSICAS -----	páx. 5
1.1. Coñecemento e a interacción co mundo físico -----	páx. 5
1.2. Competencia social e cidadá -----	páx. 5
1.3. Competencia cultural e artística -----	páx. 6
1.4. Autonomía e iniciativa personal -----	páx. 6
1.5. Competencia de aprender a aprender -----	páx. 6
1.6. Tratamento da información e a competencia dixital -----	páx. 7
1.7. Competencia en comunicación lingüística -----	páx. 7
1.8. Competencia matemática -----	páx. 7
2. OBXECTIVOS POR CURSO -----	páx. 7
- Obxectivos para 4º E.S.O -----	páx. 7
3. CONTIDOS -----	páx. 9
3.4.- Contidos de 4º E.S.O -----	páx. 9
3.5.- Sección Bilingüe -----	páx. 17
4. CRITERIOS DE AVALIACIÓN -----	páx 18
4.4.- Criterios de avaliación para 4º E.S.O -----	páx. 18
5. METODOLOXÍA DIDÁCTICA DA ÁREA -----	páx. 19
6. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS -----	páx. 21
6.1-Materiais impresos -----	páx. 21
6.2-Recursos materiais -----	páx. 21
6.3-Medios audiovisuais -----	páx. 21
7. PROCEDEMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN -----	páx. 22
8. INSTRUMENTOS E CRITERIOS DE CUALIFICACION -----	páx. 23
9. MÍNIMOS ESIXIBLES PARA A PROMOCIÓN DE CURSO -----	páx. 27

- Contidos mínimos para 4º ESO -----	páx. 27
10. TEMAS TRANSVERSAIS -----	páx. 28
11. MEDIDAS CONCRETAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE NA AULA-	páx. 29
12. ACCIÓNS PREVISTAS DE ACORDO CO PLAN LECTOR -----	páx. 30
13. ACCIÓNS PREVISTAS DO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA AS NOVAS TECNOLOXÍAS (TICS) -----	páx. 31
14. CRITERIOS PARA AVALIAR A PROPIA PROGRAMACIÓN -----	páx. 33
14.1. Avaliación do proceso de ensinanza -----	páx. 33
14.2 Avaliación da programación -----	páx. 34
15. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES -----	páx. 35
15.1-Actividades extraescolares -----	páx. 35
15.2-Actividades complementarias -----	páx. 35
15.3-Actividades complementarias (en horas de educación física, recreos ou días lúdicos) -----	páx. 35

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE E.S.O

INTRODUCCIÓN

As distintas áreas de secundaria tratan de contribuír á consecución das finalidades educativas e dos obxectivos xerais de cada etapa, que reflicten as necesidades que a sociedade demanda ó sistema educativo. Así, desde a nosa área de educación física, propóñense unha serie de obxectivos relacionados cos de cada Etapa, formulados en termos das capacidades que os alumnos e as alumnas deben acadar mediante as ensinanzas correspondentes. Estas ensinanzas baséanse nuns contidos de aprendizaxe e nunha metodoloxía que debe cumprir con aquelas condicións facilitadoras da aprendizaxe significativa dos contidos.

A importancia da educación física na formación do alumnado fundamentase entre outras cousas no feito de que a promoción da saúde, da hixiene e da condición física favorece a autoestima, ó mellora-la propia imaxe corporal. O coñecemento, dominio e participación nas distintas actividades físicas, xa sexan de tipo expresivo, estético e comunicativo, de tipo lúdico ou de tipo deportivo propician o desenvolvemento persoal, a ocupación do tempo libre, a liberación das tensións, etc, contribuíndo a palia-las actitudes sedentarias características das sociedades postindustriais. A práctica regular de actividades físicas, individuais e colectivas, adaptadas ás posibilidades e gustos persoais das alumnas e dos alumnos, facilita a consolidación de actitudes de interese, goce, respecto, solidariedade e cooperación, favorecendo a progresiva acción do alumnado no seu entorno. A participación en actividades baseadas nas composicións corporais constrúe unha vía máis para potencia-las posibilidades de expresión e comunicación dos alumnos e das alumnas, así como para profundar no coñecemento dos aspectos culturais autóctonos como son as danzas e xogos populares.

Todos estes parámetros configuran unha visión da Educación Física como unha materia que favorece o desenvolvemento persoal e a consolidación da madurez persoal, social

e moral dos alumnos e das alumnas desta Etapa, contribuíndo así á consecución dos obxectivos xerais da E.S.O.

1-CONTRIBUCIÓN DA EDUCACIÓN FÍSICA AO LOGRO DAS COMPETENCIAS BÁSICAS

A área de Educación física contribúe esencialmente a desenvolver a competencia en:

1.1-COÑECEMENTO E A INTERACCIÓN CO MUNDO FÍSICO, mediante:

A percepción e interacción apropiada do propio corpo, en movemento o en repouso, nun espazo determinado mellorando a súas posibilidades motrices.

O coñecemento, a práctica e a valoración da actividade física como elemento indispensable para preservar a saúde. Esta área é clave para que nenas e nenos adquiran hábitos saudables e de mellora e mantemento da condición física que lles acompañen durante a escolaridade e, o que é máis importante, a o longo da vida.

A práctica da educación física faise imprescindible na práctica da actividade física pero, sobre todo, o seu aprendizaxe e valoración como medio de equilibrio psicofísico, como factor de prevención de riscos derivados do sedentarismo e, tamén, como alternativa da ocupación do tempo de ocio.

1. 2-COMPETENCIA SOCIAL E CIDADÁ:

-Grazas ao contorno no que se desenvolve a dinámica das clases, fana propicia para a educación de habilidades sociais.

-As actividades físicas e en especial as que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar a relación, a integración e o respecto, á vez que contribúen ao desenvolvemento da cooperación e a solidariedade

-Grazas á elaboración e aceptación das regras para o funcionamento colectivo, desde o respecto á autonomía persoal, a participación e a valoración da diversidade.

-A adquisición das habilidades motrices requiren a capacidade de asumir as diferenzas así como as posibilidades e limitacións propias e alleas.

-O cumprimento das normas que rexen os xogos colabora na aceptación de códigos de conduta para a convivencia.

-As actividades físicas competitivas poden xerar conflitos nos que é necesaria a negociación, baseada no diálogo, como medio para a súa resolución.

-Contribúese a coñecer a riqueza cultural, a través da práctica de diferentes xogos e danzas.

1.3-COMPETENCIA CULTURAL E ARTÍSTICA.

-A expresión de ideas ou sentimentos de forma creativa contribúe mediante a exploración e a utilización das posibilidades e recursos do corpo e do movemento.

-A apreciación e comprensión do feito cultural, e a valoración da súa diversidade, faino mediante o recoñecemento á apreciación das manifestacións culturais específicas da motricidade humana, tales como os deportes, os xogos tradicionais, as actividades expresivas ou a danza e a súa consideración como patrimonio dos pobos.

-Favorece a un acercamento do fenómeno deportivo como espectáculo mediante a análise e a reflexión crítica ante a violencia no deporte ou outras situacións contrarias á dignidade humana que nel se producen.

1.4-AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL

-Na medida na que empraza ao alumnado a tomar decisións con progresiva autonomía en situacións nas que debe manifestar autosuperación, perseveranza e actitude positiva.

-O dar protagonismo ao alumnado en aspectos de organización individual e colectiva das actividades físicas, deportivas e expresivas.

1.5-COMPETENCIA DE APRENDER A APRENDER

-O coñecemento de si mesmo e das propias posibilidades e carencias como punto de partida da aprendizaxe motora desenvolvendo un repertorio variado que facilite a súa transferencia a tarefas motrices máis complexas. Isto permite o establecemento de metas alcanzables cuxa consecución xera autoconfianza.

-Ao mesmo tempo, os proxectos comúns en actividades físicas colectivas facilitan adquirir recursos de cooperación.

1.6- TRATAMENTO DA INFORMACIÓN E A COMPETENCIA DIXITAL

-Mediante a valoración crítica das mensaxes referidas ao corpo, procedentes dos medios de información e comunicación, que poden danar a propia imaxe corporal.

1.7-COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA,

-Ao ofrecer gran variedade de intercambios comunicativos do uso das normas que os rexen e do vocabulario específico da área.

1.8-COMPETENCIA MATEMÁTICA

-A utilización para a resolución de problemas nas situacións cotiás propias da nosa materia.

- Podemos desenvolvela, realizando e analizando cálculos; utilizando números; interpretando informacións, datos e argumentacións; realizando razoamentos de lóxica matemática sobre orde, secuencias, cantidades ou outras nocións matemáticas).

2.- OBXECTIVOS POR CURSO

Redactaremos, a continuación, os obxectivos, estruturándoos segundo os diferentes bloques de contidos.

2.4.- Obxectivos para 4º curso

- Condición física:

- Coñecer e valora-la práctica habitual da actividade física na mellora da calidade de vida.

- Aumentar o rendemento motor mediante a planificación e posta en práctica do acondicionamento para a mellora das capacidades físicas e o dominio e control corporal, desenvolvendo actitudes de autoesixencia e superación.

- Realizar de forma autónoma o quecemento xeral ou específico como preparación para a actividade física, concienciándose da importancia de prepara-lo organismo para a realización de actividades máis intensas.

- Respecta-las normas de hixiene, prevención e seguridade na práctica da actividade física.

- Coñecer e levar á práctica nocións básicas de nutrición coa intención de favorecer unha boa saúde.

-Coñecer e valorar os problemas relacionados ca adolescencia como: anorexia, vigorexia, nutrición e actitude postural.

-Recoñecer e valorar os mitos e crenzas erróneas acerca da actividade física e o deporte.

-Utilizar o aeróbic como medio da mellora da condición física.

- Xogos e deportes:

- Utilizar adecuadamente os xestos técnicos en situacións de xogo e/ou actividades deportivas.

- Coordinar as súas accións coas do grupo/equipo, participando no xogo de forma cooperativa e comprendendo a estratexia do xogo/deporte colectivo.

-Coñecer as normas e regras principais do balonman antepoñendo o xogo limpo ao resultado.

- Realizar actividades ximnásticas globais: xiros, equilibrios individuais e en grupos, e saltos utilizando a acroximnasia e a súas figuras como contido conector.

- Participar, con independencia do nivel de destreza alcanzado, en actividades físicas e deportivas, desenrolando actitudes de cooperación e respecto, valorando os aspectos de relación que teñen as actividades físicas

- Coñecer e practicar diversos xogos autóctonos da nosa comunidade

- Expresión corporal:

- Experimentar e valorar a práctica dos diferentes tipos de respiración e das técnicas de relaxación
- Participar en actividades coreográficas tratando de superar os posibles bloqueos e inhibicións.
- Crear pequenas representacións, baseándose na linguaxe do corpo, da expresión da cara e das posturas do corpo.

- Actividades na natureza:

- Practicar e adoptar as medidas de seguridade e protección necesarias na realización de actividades no medio natural.
- Experimentar e disfrutar das habilidades básicas do deporte e xogo no medio natural.

3- CONTIDOS

Contidos de 4º de E.S.O

- Condición física

- Conceptos

- Sistemas para o desenvolvemento da condición física:
- A resistencia: Sistemas de adestramento (continuo e fraccionados).
- A forza: diferentes formas de traballo (co propio corpo, por parellas, con material diverso, isometría, ..)
- A flexibilidade: stretching e P.N.F.
- Funcións dos aparatos e sistemas orgánicos en relación co exercicio físico e a súa adaptación ó mesmo: locomotor, cardiovascular, respiratorio e nervioso
- Efectos da actividade física sobre o organismo e a saúde: beneficios e riscos.
- Nocións elementais sobre nutrición e saúde.

-Vigorexia, anorexia.

-Mitos e crenzas erróneas acerca da actividade física e deporte.

- Procedementos

- Práctica autónoma de quentamentos específicos según a actividade a practicar

- Exercitación das capacidades condicionais mediante un traballo específico:

- A resistencia aeróbica e anaeróbica : métodos interválicos e fraccionados.

- A forza: isometría, ...

- A flexibilidade: stretching e P.N.F.

- Práctica da relaxación global acompañada da respiración.

- Planificación do traballo de condición física para a mellora das capacidades condicionais para unha sesión.

- Actitudes

1. Toma de conciencia da propia condición física e responsabilidade no desenrolo da mesma.

2. Valoración e toma de conciencia da propia imaxe corporal, dos seus límites e as súas capacidades.

3. Valoración do feito de alcanzar unha boa condición física como base dunhas mellores condicións de saúde.

4. Disposición favorable a utilizar os hábitos de respiración como elementos de recuperación do equilibrio psicofísico.

5. Valoración dos efectos que determinadas prácticas e hábitos teñen sobre a condición física, tanto os positivos (actividade física, hábitos hixiénicos...) como os negativos (tabaco, malos hábitos alimenticios, sedentarismo...).

6. Disposición positiva cara a práctica habitual de actividade física sistemática como medio de mellora das capacidades físicas, a saúde e calidade de vida.
7. Respecto das normas de prevención de diminucións funcionais derivadas de determinadas condutas posturais, actividades habituais e escolares, etc.
8. Respecto das normas de hixiene, prevención e seguridade na práctica da actividade física.
9. Actitude crítica ante os fenómenos socioculturais asociados ás actividades físico-deportivas.-- Valoración do deporte de alta competición.
- 10- Valoración positiva da competición deportiva como medio de relación entre as persoas e de mellora da saúde.
- 11- Desexo por participar activamente en calquera manifestación deportiva.

- Xogos e deportes

- Conceptos

1.Regras e normas básicas do deportes e xogos colectivos: balonmán.

- Técnica e táctica deportiva.

- Principais xestos técnicos dos deportes e xogos colectivos:

Principais xestos técnicos do balonmán: lanzamentos, pases, fintas, posición defensiva..

Principais tácticas do balonmán:

-TCS: cambio de opoñente, deslizamentos, cruces, penetracións sucesivas, pase e vai.

-TCC: sistemas de xogo (6:0-3:3-5:1 en defensa) (3:3 en ataque).

2. Os xogos e deportes autóctonos.

- Definición de xogo popular e deporte tradicional.

- Clasificación e exemplos.

- Xogos e deportes característicos de diferentes comunidades autónomas

3. O deporte como fenómeno cultural e social: aspectos sociolóxicos, culturais e económicos das actividades físico-deportivas.

- Xogo e deporte como elementos culturais.

- O xogo ó longo da historia.

- Os xogos olímpicos e paralímpicos.

- A gran repercusión social do deporte na sociedade actual.

- Relación economía-deporte.

- Procedementos

1. Adquisición e perfeccionamento de habilidades específicas: formación de esquemas de execución.

- Execución da táctica colectiva simple e complexa.

- Execución dos xestos técnicos dos xogos e deportes colectivos con oposición-cooperación, de cooperación, de oposición e os individuais sen oposición.

- Execución dos principais xestos técnicos do balonmán.

2. Práctica de actividades deportivas en competición: individuais e colectivas.

- Investigación e práctica dos xogos e deportes característicos de Galicia e comparación con as doutras comunidades autónomas.

- Actitudes

1. Aprecio da función de integración social que ten a práctica das actividades físicas de carácter deportivo-recreativas.

2. Participación en actividades con independencia do nivel de destreza alcanzado.

3. Valoración dos efectos que, para as condicións de saúde e calidade de vida, ten a práctica habitual de actividades deportivas.
4. Disposición favorable á autoexigencia e a superación dos propios límites.
5. Aceptación do reto que supón competir con outros, sin que elo supoña actitudes de rivalidade, entendendo a oposición como unha estratexia de xogo e non como unha actitude fronte ós demais.
6. Cooperación e aceptación das funcións atribuídas dentro dunha labor de equipo.
7. Valoración obxectiva dos elementos técnicos, tácticos e plásticos do deporte, independentemente da persoa e/o equipo que os realice.
8. Valoración dos xogos e deportes autóctonos como vínculo e parte do patrimonio cultural da comunidade.

- Expresión corporal

Conceptos

1. O corpo expresivo: as posibilidades de expresión e comunicación en distintas manifestacións
2. Técnica e significado do uso de diversos parámetros: intensidade, espacio e tempo.

- Definición e tipos.

- Intensidade (suave/forte).

- Espacio (interior/exterior).

- Tempo (rápido/lento/sostido).

- Ritmo (interno/externo).

3- Posibilidades de expresión do xesto mais a postura.

-Danza moderna (aerobic)

- Procedementos

1. Experimentación coa respiración: o espazo interior.

2. Investigación e práctica de distintas manifestacións expresivas.

- Realización de diferentes pasos, saltos, xiros a diferentes ritmos.

- Execución de movementos disociados con diferentes músicas.

- Execución que favorecen a desinhibición e a superación do ridículo.

- Realización de exercicios de control segmentario.

3. Elaboración e representación de composicións corporais individuais e colectivas.

- Adaptacións de diferentes accións motrices a composicións musicais e rítmicas, en grupo ou individuais.

- Elaboración dun montaxe coreográfico con música e en grupo.

-Execución dos pasos de aerobic.

2. Exploración e utilización do espazo como elemento de expresión e comunicación: traxectorias e direccións, amplitude, recollemento, desprazamentos lineais e curvos, etc.

- Utilización de exercicios que formulen diferentes formas de desprazamento corporais: recta, curva, quebrada, ondulada, etc.

- Utilización de exercicios que formule diferentes percepcións de traxectorias do corpo en desprazamento: horizontais, diagonais, verticais, etc.

3. Exploración e utilización do tempo como elemento de expresión e comunicación: a cadencia de movementos, intensidade suave/forte, a antíteses rápido/lento e os seus significados, etc.

- Exploración e utilización da relación intensidade-velocidade.

- Realización de prácticas onde se combinen os binomios: velocidade e intensidade: movementos en explosión, fundidos, con vibración, ralentí e aceleración.
- Exploración e utilización do ritmo interno (moverse ó ritmo que marca un mesmo) e ritmo externo (moverse segundo o ritmo que marca outro).
- Interiorización da estrutura rítmica.

- Actitudes

1. Valoración do uso expresivo do corpo e do movemento.

- Valoración do propio corpo como medio creativo e de comunicación.
- Aceptación e valoración das propias posibilidades de movemento e de expresión.
- Análises e descubrimento das diferencias constitucionais máis significativas de ambos sexos.
- Potenciación da autoestima persoal e do interese cara a práctica.

2. Valoración de producións culturais que existen no campo da expresión corporal, e en xeral, valoración da expresividade e plasticidade na execución de calquer tipo de movemento.

- Sensibilización e respecto cara as prácticas de expresión.
- Interese polo coñecemento de diversas actividades de expresión fora do ámbito escolar.

3. Desinhibición, apertura e comunicación nas relacións cos outros.

- Superación das inhibicións persoais que impiden ou limitan a fluidez na execución das prácticas expresivas.
- Participación en actividades de comunicación utilizando recursos de desinhibición e de adaptación ó grupo.
- Desexos de colaboración cos demais, para conseguir metas comúns

4. Disposición favorable a utilizar os hábitos de respiración e concentración como elementos de exploración do espacio interior.

- Valoración da utilización correcta das fases e tipos de respiración para favorecer a saúde e a calidade de vida.

- Valoración dos hábitos de relaxación e concentración para conseguir un mellor esquema corporal.

- Actividades na natureza

Conceptos

- Características do medio natural (orientación, topografía...) e adaptación ó mesmo.

- Actividades de inverno na montaña: o esquí, unha actividade interesante e accesible para o tempo libre.

- A acampada.

- Normas, medidas e regulamentos para a realización de actividades. Estudio e valoración de necesidades. Normas básicas de precaución, protección e seguridade.

- Recursos, lugares e instalacións para o desenvolvemento de actividades (refuxios, campamentos, reservas e parques naturais...).

- Organización dunha saída á natureza: itinerario, equipamentos...

- Normas básicas de precaución, protección e seguridade.

- Procedementos

1. Técnicas básicas para o desenvolvemento de actividades (orientación, acampada, ...).

- Utilización de técnicas de orientación nunha carreira, en diferentes espazos.

- Montaxe dunha tenda de campaña.

- O esquí (actividade complementaria)

2.- Planificación e realización de actividades no medio natural

- Planificación e execución de excursións a pe e en bicicleta de maneira autónoma.

- **Actitudes**

1. Valoración do patrimonio natural e das posibilidades que ofrece para actividades recreativas.

- Valoración sobre as posibilidades que ofrece o medio natural en relación á práctica de diferentes actividades físicas.

- Actividades non habituais.

- Actividades con utilización de material alternativo.

2. Aceptación e respecto das normas para a conservación e mellora do medio natural.

- Sensibilización pola conservación do medio natural.

- Aceptación das normas de precaución sobre o lume.

- Concienciación de non ensuciar o entorno co uso indebido de lixos e residuos.

3. Valoración dos efectos que sobre o medio ten a correcta ou a incorrecta utilización do mesmo e a realización de actividades nel.

- Respecto cara o contorno natural durante a práctica de actividade física.

- Respecto cara o contorno urbano durante a práctica de actividade física.

- Sensibilización pola correcta utilización do material e instalacións utilizadas.

3.3-Sección Bilingüe

No grupo con sección bilingüe, seguiranse integramente todos os contidos asignados para este curso en busca da consecución dos obxetivos marcados que tamén serán os mesmos. O único cambio é o idioma utilizado; o Inglés. Por outra parte, si mencionar a entrega ó

alumnado de vocabulario e exercicios escritos para o afianzamento da lingua vehicular que en ningún caso se terá en conta á hora de avaliar.

4- CRITERIOS DE AVALIACIÓN

4.4.- Criterios de avaliación para o 4º E.S.O

- Utilizar as modificacións da frecuencia cardíaca e respiratoria como indicadores da intensidade e/ou adaptación do organismo ó esforzo físico, co fin de regular a propia actividade.
- Realizar de maneira autónoma actividades de quecemento preparando o seu organismo para actividades máis intensas e/ou complexas, xerais ou específicas.
- Analizar o grao de implicación das diferentes capacidades físicas que se están poñendo en xogo en actividades realizadas por sí mesmo o polos demais.
- Planificar unha sesión de acondicionamento físico para incrementar as capacidades físicas de acordo co momento de desenvolvemento motor acercándose ós valores normais do grupo de idade no entorno de referencia.
- Aplicar as habilidades específicas adquiridas a situacións reais de práctica de actividades físico-deportivas, prestando unha atención especial ós elementos perceptivos e de execución.
- Resolver problemas de decisión plantexados pola realización de tarefas motrices deportivas, utilizando habilidades específicas e avaliando a adecuación da execución ó obxectivo previsto.
- Coordinar as accións propias coas do equipo interpretando con eficacia a táctica para lograr a cohesión e eficacia cooperativas.
- Utilizar os diferentes tipos de respiración como medio para recobrar o equilibrio psico-físico e como preparación para o desenvolvemento doutras actividades.
- Realizar diferentes actividades coreográficas, manexando os conceptos de espazo, tempo, intensidade, ...
- Mostrar unha actitude de tolerancia e deportividade por encima da búsqueda desmedida da eficacia, tanto no plano de participante como de espectador.

- Participar de forma desinhibida e construtiva na realización e organización de actividades físico-deportivas en diferentes instalacións e medios (urbano, natural, ...).
- Coñecer os hábitos prexudiciais para a saúde. Prevención.
- Coñecer e valorar os problemas mais importantes no entorno actual para a adolescencia e o modo de previr.
- Realizar coreografía de acroximnasia de forma axeitada.
- Utiliza-las táboas de composición de alimentos e do gasto enerxético para elaborar nha dieta axeitada á realización sistemática dunha actividade física, tendo en conta as variables de idade, sexo e constitución corporal.
- Elaborar, de xeito individual ou colectivo, composicións corporais baseadas nos elementos técnicos das manifestacións expresivas e avaliar se son capaces de elaborar, de forma individual ou en grupo, unha composición motriz, baseada nos coñecementos adquiridos, expresando con ela unha idea, sentimento, mensaxe,...
- Utilizar de forma positiva os hábitos hixiénicos e asearse despois das clases prácticas.

5- METODOLOXÍA DIDÁCTICA DA ÁREA

O I.E.S. “Marco Do Camballón” no seu Proxecto Curricular marca uns criterios metodolóxicos de carácter xeral para todas as áreas: Seguirase unha aprendizaxe significativa e por descubrimento, sen desbotar a aprendizaxe por recepción para determinadas situacións nas que os contidos ou actividades a plantexar sexan moi complexas ou con certo grado de perigosidade se non se fan dunha forma máis controlada e analítica.

Traballaremos os diversos tipos de actividades nas diversas unidades didácticas plantexadas: actividades de introdución- motivación, de coñecementos previos, de desenrolo, de síntese- resumo, de consolidación e de recuperación

A motivación é un aspecto moi importante para conseguir un aprendizaxe eficaz. Para promover esta motivación é necesario que as actividades físico- deportivas conecten directamente cos intereses dos alumnos/as. A utilización de medios audiovisuais, instalacións

deportivas e material adecuado, as saídas programadas, as xornadas deportivas, os xogos e outras actividades son estratexias motivadoras atractivas.

Si se intenta que os alumnos/as desenvolvan unha conduta motriz autónoma e creativa, pódense empregar diversas estratexias metodolóxicas en función dos contidos que se vaian a tratar:

- Fomentar o movemento espontáneo, non considerando determinados automatismos como resposta motriz única e válida para todos.
- Ofrecer a máxima responsabilidade ó alumno
- Garantir a participación dos alumnos/as no proceso de toma de decisións (actividades, planificación, avaliación, etc).
- Propiciar un coñecemento que partindo da experiencia motriz se relacione coa propia acción.
- Presentar o deporte como un feito educativo no que prime a participación activa e se evite a discriminación por razón de sexo, nivel de habilidade ou calquera outra circunstancia persoal.
- Perseguir o desenvolvemento equilibrado. Nos aspectos de imaxe e saúde, evitarase crear un culto excesivo ó corpo conforme a patróns estéticos establecidos.
- Garantir un tratamento integrador, unitario e multifuncional, que evite no posible falsas parcelacións e coñecementos illados que distorsionen a comprensión unitaria do movemento e dos seus compoñentes.
- Propiciar unha actitude favorable cara a disciplina estimulando, orientando, marcando e controlando os tempos de execución, indicando as agrupacións, controlando e minimizando os riscos, establecendo problemas motores etc; e sempre permitindo que os alumnos/as sexan os protagonistas do proceso de ensinanza-aprendizaxe.

En definitiva, a clase de Educación Física permitirá un máximo de participación activa, reducindo ó mínimo os tempos de espera dos alumnos, aproveitando ó máximo os recursos dispoñibles e procurando que o alumno alcance a máxima autonomía.

6-MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS

6.1-MATERIAIS IMPRESOS:

Non se empregará ningún libro de texto para o seguimento da área. Non obstante pode ser que nalgún momento puntual se necesite una bibliografía recomendada para algún traballo monográfico, pero que en calquera caso se atopará na biblioteca do centro ou nos arredores.

Por outra parte o contido teórico da área de E.F. estará baseado nas fotocopias que o profesor considere necesaria para o seguimento correcto da Unidade Didáctica en cuestión, o custo das fotocopias correrá a cargo do alumnado.

6.2-RECURSOS MATERIAIS:

Estes materiais son os dominantes na materia e de uso directo na maioría das sesións de E.F. É o materia co que se conta no departamento da área, entre el podemos atopar: colchoeirás, pelotas, cordas, balóns medicinais...

Canto ós recursos de infraestrutura utilizaranse os espazos do propio centro escolar como o ximnasio e os campos no patio e na medida do posible os espazos do contorno próximo como piscina, parque, pavillóns, etc.

6.3-MEDIOS AUDIOVISUAIS:

Pódese recorrer nalgunha unidade didáctica a algúns dos denominados “Vídeos didácticos” (como introdución a algún deporte), e en menor medida algún documental ou retransmisión deportiva.

Pódese pedir a realización dalgún vídeo para algunha das Unidades Didácticas feitos polos alumnos/as.

A televisión, o ordenador e cámara fotográficas e de vídeo poden ser incluídas igualmente nalgunha das Unidades Didácticas (sobre todo cando se trata de alumnos que non poden realizar a parte práctica da materia).

7- PROCEDIMENTOS E INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Débense avaliar os tres tipos de contidos, tomando como punto de referencia o grao de adquisición das capacidades sinaladas nos criterios de avaliación.

- Os **contidos conceptuais** avaliaranse por medio de actividades de posta en común, debates, discusións en grupos etc, nas que os alumnos/as reflexionen sobre os feitos que dan significado a súa actividade motriz; por medio de probas obxetivas para informarnos da adquisición de feitos e conceptos, dominio do léxico da materia, aplicacións, relacións, recoñecemento, razoamento etc. Os alumnos non deberán mostrar tanto a posesión de coñecementos como a posta en práctica desa información.

- Os **contidos procedimentais** son avaliados nas situacións habituais de clase, na realización de xogos e nas actividades propostas, na execución técnica das distintas habilidades nos diferentes xogos e na progresión do alumno en relación co nivel inicial. Igualmente avaliarase a aplicación e rendemento técnico táctico dun xogo ou deporte en situación de observación dunha situación real.

Para avaliar os contidos procedimentais non motrices realizaremos traballos monográficos sobre temas puntuais que impliquen actividades diversas, manexo de bibliografía , elaboración de fichas de xogos, análise e recompilación de información, deseño de actividades etc. Á vez, avaliaremos estes contidos mediante a asignación de tarefas específicas: axudas e colaboración , organización, planificación, dirección práctica dos diversos xogos e actividades motrices.

- Os **contidos actitudinais** serán avaliados mediante a observación da colaboración e cooperación no grupo ou clase, así como noutras actitudes sociais tales como a tolerancia, o respecto, a solidariedade etc, nas actividades de oferta deportiva do centro e na clase , independentemente do nivel de destreza.

Toda esta información farase constar nun sistema de rexistro claro, suficiente e operativo.

A observación diaria serve para rexistrar o que sucede na clase e o progreso diario. Estes rexistros serán sistemáticos e continuos e reflectiranse en fichas individuais e no diario de clase, polo que servirán ó profesorado e ó alumnado para reconsiderar o seguinte período de

aprendizaxe e para valorar na súa medida o progreso do alumno e a actitude non só ante a nosa área, senón, e sobre todo, como persoa.

No caso de non superar a primeira avaliación dos tres tipos de contidos en cada trimestre, levaremos a cabo unha serie de actividades de recuperación que consistirán no seguinte:

- En relación ós **contidos conceptuais** faremos probas obxectivas e traballos escritos sobre a materia traballada.

- En relación ós **contidos procedimentais** adaptarémonos ó nivel dos alumnos-as sempre que observemos que poñen interese en mellorar e traballan para superar os seu nivel inicial. No caso contrario lles marcaremos uns mínimos individualizados que serán avaliados por medio de probas prácticas

- Con respecto os **contidos actitudinais** seguiremos avaliándoos mediante a observación da colaboración e cooperación no grupo ou clase, así como noutras actitudes sociais tales como a tolerancia, o respecto, a solidariedade etc, nas actividades de oferta deportiva do centro e na clase , independentemente do nivel de destreza.

8-INSTRUMENTOS E CRITERIOS DE CUALIFICACION

Cualificación dos Contidos Procedimentais:

Son todas as actividades e exercicios destinadas a desenvolver as destrezas, habilidades e capacidades propias da materia nos alumnos/as. O alumno/a as realizarán durante as sesións prácticas da materia desenvolvidas no ximnasio o nas pistas do instituto.

Ademais da observación diaria das profesoras sobre o alumno/a que servirá para ir coñecendo os seus niveis de maneira continuada. De forma periódica realizaranse probas e/o test específicos que midan as calidades físicas do alumnado o exames prácticos que relacionen o seu nivel nun deporte concreto ca nota que merecen.

Calificación dos Contidos Conceptuais :

Son todas aquelas probas, exames o exercicios cuxo fin e coñecer o nivel de consolidación e dominio por parte do alumnado dos contidos teóricos da materia explicados na clase oo dado por apuntamentos.

Poderase realizar unha proba escrita ou exame en cada avaliación e/ou pedir un traballo elaborado polo alumnado que complete os apuntamentos da materia, podendo englobar en ambos os casos contidos de avaliacións anteriores. Estes instrumentos (exame, traballo ou caderno) deberán presentarse sempre na data acordada. Para aprobar o curso é imprescindible que as alumnas e alumnos presenten todos e cada un dos traballos propostos en cada unha das avaliacións.

CRITERIO COMÚN ACORDADO NA CCP PARA TER EN CONTA AS FALTAS DE ORTOGRAFÍA

***3º e 4º ESO**

-0'05 por cada dúas faltas de ortografía.

-0'05 por cada falta copiada.

Aplícase o criterio a partir a quinta falta e non se descuentan máis de dous puntos (20% da nota).

Calificación dos Contidos actitudinais:

Son todos os valores, normas e actitudes destinadas á formación integral do alumnado. Neste apartado avaliarase a puntualidade, asistencia, orde nos traslados, coidado do material, interese, esforzo, participación, colaboración, comportamento correcto, respecto aos compañeiros, comportamento no vestiario. . . En cada avaliación o alumnado será cualificado cunha nota.

A cualificación en cada unha das tres avaliacións nas que está dividido o curso xerarase a partir dos resultados obtidos por cada alumno/a ata ese momento mediante os distintos procedementos de avaliación descritos anteriormente, tendo en conta que ao estar desenvolvendo unha avaliación continua, os contidos en cada avaliación van aumentando acumulando os vistos nas avaliacións anteriores. Obtemos polo tanto a nota final en cada avaliación do seguinte xeito:

A **cualificación** na materia de Educación Física é a suma dos tres tipos de avaliación que o departamento establece en:

4º E.S.O:

- Avaliación **práctica** (60-70 %): Valoración da práctica físico-deportiva e/o execución técnica dos movementos específicos.
- Avaliación **teórica** (20-30%): valoración dos contidos teóricos relacionados ca actividade físico-deportiva e de hábitos saudables.
- Avaliación de **actitude** (10 %): valoración do comportamento (actitude positiva e de motivación), traballo (capacidade de esforzo), respecto (a persoas, materiais e instalacións), colaboración, puntualidade, indumentaria deportiva adecuada, traer os neceseres necesarios para a ducha.

Os tantos por centos no terceiro trimestre modificáanse a: 70% de práctica e 30% de actitude.

AVALIACIÓN DE ACTITUDE:

Ademais teranse en conta as seguintes **normas** para as sesións de Educación Física que determinarán en gran medida a nota final da avaliación de actitude.

.As faltas de asistencia deben xustificarse:

As faltas sen xustificar ou calquera outra nota negativa reflectiranse na cualificación da avaliación do seguinte xeito:

Unha falta sen xustificar ou unha nota negativa: descontarase 0,20 puntos da nota.

Dúas faltas sen xustificar ou dúas notas negativa: descontarase 0,40 puntos da nota.

Tres faltas sen xustificar ou tres notas negativas: descontarase 0,80 puntos da nota.

Catro faltas sen xustificar ou catro notas negativas: descontarase 1,60 puntos da nota.

E así sucesivamente, seguindo esta progresión.

Os alumnos/as que non poidan realizar algunha ou varias sesións de Educación Física deben presentar un xustificante médico e/ou familiar. No caso de non presentar ningunha xustificación por escrito esta situación quedará reflectida na cualificación da avaliación seguindo os criterios do punto anterior. Ademais, terán que realizar un traballo complementario, se así o consideran as profesoras da materia.

É obrigatorio a utilización de roupa deportiva e de zapatillas de deporte. O alumnado que non traia estas prendas non poderá asistir á sesión de E.F e realizará un traballo teórico.

Os alumnos/as que veñan a clase sen roupa deportiva, zapatillas deportivas desatadas, leven elementos perigosos para a integridade física propia ou a dos compañeiros/as (aneis, pulseiras, reloxos, colares...), melena longa sen recoller, teñan gomas de mascar ou caramelos na boca durante a clase serán penalizados seguindo os parámetros do apartado 1.

A ducha despois da clase será obrigatoria. Os alumnos que non traian o cambio quedarán facendo carreira continua ata que termine a sesión. Ademais serán penalizados co mesmo criterio do apartado 1 (pode haber unidades didácticas como Expresión Corporal na que non sexa necesaria a ducha, isto quedará a criterio das profesoras).

Seremos moi estritas coa puntualidade (só contamos con 50 minutos de clases, os cales temos que utilizarlos para quentar, facer a sesión práctica, volta á calma e ducha). A falta de puntualidade inxustificada será penalizada cos mesmos criterios do apartado 1.

Se un alumno/a non fai o exame teórico por falta de asistencia sen xustificar terá que esperar á recuperación.

Se un alumno/a non fai o exame práctico por enfermidade, lesión ou falta de asistencia xustificada, a profesora considerará a conveniencia de realizar un exame extraordinario estudando a situación en cada caso.

Se un alumno/a suspende unha avaliación por mala actitude poderá recuperala na seguinte avaliación se corrixe o seu comportamento.

A cualificación final en xuño será a media das tres avaliacións aprobadas (práctica, teoría e actitude). Os alumnos/as que suspendan, terán que examinarse nas probas extraordinarias de setembro de toda a materia teórica que se impartira ao longo do curso.

No departamento de Educación Física non usamos libro de texto, pero si empregamos apuntamentos que o alumnado deberá comprar en conserxaría.

RECUPERACIÓN

Despois de cada avaliación orientarase individualmente a todos aqueles que non chegaran ao 5 na nota final. Con todos eles se planificará a forma de recuperación, que ben pode ser por un lado a realización dun exercicio escrito, a presentación dalgún traballo extra, ou a realización das probas ou exercicios prácticos que a profesora considere oportuno segundo o seu caso particular.

9- MÍNIMOS ESIXIBLES PARA A PROMOCIÓN DE CURSO

-9.4.- Contidos mínimos para o 4º E.S.O

- Participar nas tarefas e actividades de clase tanto individuais como grupais de forma activa, cunha actitude positiva, de respecto cara os demais, de forma solidaria e tolerante.
- Colaborar na realización e organización das actividades, actuando de forma axeitada para o coidado e mantemento do material e instalacións deportivas.
- Traballar cunha actitude de autoesixencia e superación, intentando sempre mellorar o propio nivel nas distintas propostas da clase.
- Realizar de maneira autónoma actividades de quecemento de carácter xeral e específico.
- Identificar as capacidades físicas que se están desenrolando na práctica de distintas actividades físicas.
- Mostrar unha actitude de tolerancia e deportividade por encima da búsqueda desmedida da eficacia, tanto no plano de participante como de espectador.
- Coñecer e experimentar técnicas de respiración e de relaxación.
- Participar intentando superar bloqueos e inhibicións en actividades de ritmo.
- Coñecer e experimentar as diferentes posibilidades que nos ofrece o medio natural para a práctica de actividade física, adoptando unha actitude de respecto e medidas de mantemento e mellora do medio ambiente.
- Coñecer e actuar de forma básica no deporte de balonmán.
- Realizar cun mínimo de destreza unha coreografía de acroximnasia.

- Realizar cun mínimo de destreza unha coreografía de aeróbic.
- Intentar realizar unha representación de “mimo” da mellor forma posible.
- Poñer en práctica os hábitos hixiénicos (como a ducha despois da actividade) e de prevención aprendidos.
- Saber qué e como traballar as diferentes cualidades físicas.
- Coñecer os mitos e crenzas erróneas da actividade física.
- Prevenir problemas no lombo co coñecemento de exercicios e posturas correctas.
- Coñecer posibles problemas relacionados co corpo como vigorexia ou anorexia, obesidade.
- Coñecer a alimentación correcta e sa.

10-TEMAS TRANSVERSAIS

Consideraremos os temas transversais como eixos transversais do currículo e polo tanto deberán ter un tratamento interdisciplinar. Para o tratamento de todos estes temas, a nosa área, a Educación Física, tomará un papel relevante, xa que as súas características e peculiaridades a destacan como posible área organizadora de moitos destes temas. Algunhas achegas que realizaremos concretáanse nos seguintes temas:

- Educación para a saúde: coa práctica motriz, xuntamente con contidos doutras áreas, os alumnos van construindo relacións entre o corpo, a actividade motriz e a saúde. Coñecementos sobre hábitos hixiénicos, posturais e nutricionais correctos, etc... Todo isto contribuirá ó coñecemento do corpo en tódalas súas dimensións.
- Coñecemento e igualdade de oportunidades entre sexos: a través da práctica conxunta de actividades físicas o alumnado conseguirá coñecer as características de cada un deles. Igualmente, a práctica de diversidade de actividades físicas debe contribuír a eliminar estereotipos sexistas tanto da propia práctica deportiva como os da vida cotiá.
- Educación do consumidor: a sociedade actual acósanos cunha chea de marcas, modas, actitudes, modelos, etc., os cales chegan a condicionar os alumnos impedíndolles adoptar

unha actitude crítica e responsable fronte o gasto e o consumo. A desmitificación destes aspectos, a partir das clases de E.F., contribuirá a unha educación do alumno como consumidor.

- Educación ambiental: unha das características da práctica de actividades físicas é a súa constante interacción co medio en que os alumnos viven e en ocasións co medio natural. Desde a área promoveranse actividades de aprendizaxe que axuden a coñecelo entorno e ter actitudes de respecto, mellora, conservación,... do mesmo.

- Educación para a paz: a práctica de actividades físicas e, especialmente a práctica dos deportes de cooperación/ oposición, propician situacións de tensión, enfrontamento, rivalidade, etc., que é necesario resolver cunha actitude de diálogo; á vez son útiles para promover actitudes básicas de convivencia, respecto, solidariedade, participación, ..

- Educación vial: todos aqueles contidos propios da E.F. referidos ó corpo no espazo e o tempo fomentarán esquemas motores que terán unha transferencia positiva a situacións normais do medio urbano ou vial. A inclusión de xogos e actividades que simulen situacións viais serán de gran importancia para que desde a área poda facerse unha relevante aportación a este tipo de educación. As actividades con bicicletas, marchas, recorridos urbanos, etc., poden ser un exemplo destas actividades.

- Educación moral e cívica: fomentaranse todas aquelas actitudes de autoestima e de respecto baseadas no coñecemento e aceptación das propias ou alleas posibilidades e limitacións. Igualmente fomentaranse todas aquelas actitudes de aceptación de diferenzas, de solidariedade, de cooperación, tolerancia, comprensión, de participación activa...

11- MEDIDAS CONCRETAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE NA AULA

Para referirnos ó noso alumnado falaremos de alumnos-as diversos-as, xa que cada un ten necesidades diversas que requiren unha resposta diferente pola nosa parte. Atenderemos as necesidades educativas do noso alumnado no marco dunha ensinanza comprensiva e aberta á diversidade.

Partindo do principio da comprensividade, a atención diversificada ós intereses, capacidades e motivacións do alumnado pode levarse a cabo para a maior parte dos alumnos no ámbito habitual das actuacións pedagóxicas curriculares. Non obstante, a veces, as

necesidades educativas dalgúns alumnos requiren un conxunto de actuacións e recursos que difiren dos habituais. Isto débese a que non todas as necesidades educativas especiais son da mesma natureza nin teñen unha mesma orixe polo tanto necesitan recursos e actuacións similares. Por esta razón, faremos unha entrevista inicial na que trataremos de distinguir entre aquelas necesidades educativas especiais que se manifestan de forma temporal ou transitoria e aquelas outras que teñen carácter de estabilidade ou permanencia ó longo da escolarización. Despois de coñecidas as necesidades dos nosos alumnos intentaremos dar unha resposta diferenciada co obxecto de lograr o máximo desenvolvemento posible das súas potencialidades.

Na nosa área encontrámonos con alumnos con moita diferenza no nivel inicial, xa que algúns teñen unha boa formación deportiva (pertencen a clubes, ..), e outros só fan a actividade física da clase de educación física (pouca experiencia motriz). Faremos actividades, xogos, etc., comúns e outras actividades con niveis adecuados ás diferentes capacidades.

Tamén nos encontramos con alumnos con diversos problemas físicos (lesións, problemas de lombo, alerxias, asma, secuelas de traumatismos anteriores, etc..) ao que lle adaptaremos a práctica para que poidan participar activamente (actividades comúns e actividades alternativas).

O alumnado que lle sea recomendable gardar repouso, poderá: realizar diversos traballos escritos na clase en base a textos que lle ofrecerá o profesor-a, tomar nota e comentar as actividades de clase, axudar ós seus compañeiros en diversas tarefas, etc...

Ó plantexar actividades en base ó nivel inicial de cada alumno, capacidades individuais, intereses, progreso na adquisición das diferentes capacidades, etc... a avaliación farase en base a estes mesmos principios, sen esquecer as actitudes, esforzo e traballo en clase. E dicir, cada alumno-a deberá traballar ó máximo posible, pero sempre en base ás súas posibilidades.

12-ACCIÓN S PREVISTAS DE ACORDO CO PLAN LECTOR

Na medida do posible, este departamento, involucra a lectura, a comprensión e a exposición do aprendido nos contidos que enchen o currículo da materia. Dedicaráselle de 5 a 10 minutos, sempre que o contido da sesión o permita.

Metodoloxía

Comentaremos e analizaremos recortes de xornais, libros e outras formas de comunicación como internet, iconografía, publicidade, etc. O departamento recompilará artigos apropiados referentes á materia tratada na nosa área, especialmente das máis sensibles a estas idades e fundamentalmente referidas ao deporte e saúde, alimentación na idade escolar, hábitos saudables (sono, exercicio, corrección postural etc.), consecuencias de hábitos non saudables na adolescencia e madurez (tabaquismo, alcoholismo, consumo de graxas hidroxenadas ou bebidas con azucre..) e relacionados cos distintos deportes e cualidades xerais básicas tratados no curso. Tanto o alumando con lesións ou enfermidades aos que se lles dean estes artigos para a súa lectura, como o resto do alumnado cando aportamos material relacionado coa materia, teñen que ler e comprender o que se lles da.

13-ACCIÓNS PREVISTAS DO DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA AS NOVAS TECNOLOXÍAS (TICS)

A Educación Física o ser un área eminentemente procedimental permite as tecnoloxías da información e comunicación un amplo uso, que vai ser utilizado para apoiar e ampliar os diferentes coñecementos e aprendizaxes da área.

-Desde os contidos, a nivel conceptual debe estar presente os diferentes conceptos e aplicacións que pode ter cada unha das ferramentas. A nivel procedimental as profesoras deben motivar e propiciar que o alumnado manipule e utilice estás ferramentas. Desde o punto de vista actitudinal, facer fincapé no respecto e a responsabilidade cara ao seu seu uso, a colaboración entre o alumnado, etc.

-As orientaciónes metodolóxicas centraránse na utilización por parte do docente dunha metodoloxía participativa e socializadora

-É na avaliación onde van ter un maior protagonismo as TIC na educación física xa que vai ser unha ferramenta e un instrumento de avaliación.

As profesoras poden utilizar as TIC como ferramenta observacional que vai a permitir emitir uns xuízos sobre a participación do alumnado nas distintas tarefas motrices. O alumnado pode utilizar as TIC para comprobar o seu nivel de execución, os erros cometidos e analizar a forma de corrixilo nun futuro.

Aplicacións prácticas:

(Iremos incluíndo pouco a pouco estas aplicacións na medida que poidamos, xa que algunha delas son totalmente novidosas para nós).

a) Uso de ordenador:

- Para a realización de traballos monográficos.
- Envío de traballos, diarios de clase ou outro material a través do correo electrónico.
- Ampliación de contidos por parte do alumnado exento.
- Deseño de apuntes e recursos didácticos para utilizar na aula.
- Para a exposición de clases teóricas sobre acondicionamento físico, deportes, actividades na natureza, etc.

b) Videocámara:

- Gravación de execucións de movementos a nivel individual para avaliar acción motriz do alumnado e corrixir os posibles erros.
- Rexistrar actuacións, coreografías o movementos no grupo para poder avaliar a sincronización de movementos, a adaptación dos movementos ós elementos musicais.
- Avaliar a actuación docente das profesoras.
- Contribuír á autoavaliación do alumnado.

c) Vídeo / televisión:

- Introducir novos contidos (na primeira sesión das unidades didácticas de deportes, xogos alternativos, exercicios de condición física),
- O traballo actitudinal (reflexións sobre a incidencia da actividade física na saúde e os hábitos perniciosos).
- Visualización das gravacións realizadas ca videocámara.

- Mostrar exemplificacións de distintas tarefas motrices.
- Etc.

d) Blog escolar (para o próximo curso):

- Colgar apuntamentos de cada trimestre sobre condición física, normativa dos deportes, sistemas de adestramento, etc.
- Publicación de baremos das diferentes probas físicas.
- Taboleiro de anuncios no que poñer as cualificacións do alumnado, os horarios e datas dos exames e probas de avaliación, información útil sobre contidos complementarios.
- Mecanismo de comunicación entre os docentes e o alumnado e entre o propio alumnado, creándose foros de opinión.
- Etc.

14-CRITERIOS PARA AVALIAR A PROPIA PROGRAMACIÓN:

Para avaliar a presente programación terase en conta:

O seguimento trimestral da mesma, por parte dos profesores que impartan a materia, valorando os obxectivos acadados, a correcta secuenciación da materia, os propios recursos empregados e a metodoloxía didáctica empregada, así como tamén, o nivel da clase e dificultades atopadas. O profesor poderá introducir as medidas correctoras sempre que o estime oportuno. Periodicamente nas reunións de Departamento tratarase sobre ditas cuestións.

Ao final de Curso, os profesores que impartan a materia, farán un resume global que terá en conta, polo menos, os seguintes aspectos: o grado de cumprimento dos obxectivos acadados e dificultades atopadas. Isto concrétase en:

15.1. Avaliación do proceso de ensinanza:

Datos estadísticos do número de alumnos/as con:

- . Cualificación insuficiente
- . Cualificación suficiente

- . Cualificación ben
- . Cualificación notable
- . Cualificación de sobresaliente

En función do numero de alumnos/as, e da nota media da clase, pódenos dicir moito do traballo levado a cabo como:

- . O nivel esixido.
- . O tratamento dos contidos.
- . A efectividade da metodoloxía utilizada.
- . A capacidade das profesoras para adaptarse o grupo.
- . A capacidade do grupo de adaptarse as novas esixencias das profesoras.

15.2 Avaliación da programación:

b.1)Obxectivos:

- . Traballáronse todos os obxectivos?
- . Afondouse nalgúns especialmente?
- . Obxectivos non alcanzados polos alumnos/as
- . Cales son a razón de que non se alcanzaran estes obxectivos?
- . Grao de consecución de obxectivos.
- . Propostas de mellora

b.2)Contidos:

- . Traballáronse todo os conceptos?
- . Cales desenvolvéronse especialmente?

. Cales foron as razóns para que se puideran desenvolver?

. Propostas de melloras.

.Grao de adquisición de contidos: conceptuais, procedimentais e actitudinais

Con todos estes datos elaborárase a programación da materia para o seguinte ano académico. O informe final permitirá logo introducir as modificacións oportunas para os vindeiros Cursos.

15-ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES Educación

Física

15.1-ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES:

15.2-ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

-4º curso: TORNEO DE BALONMÁN: para cuarto curso xa que son os que traballarán unha unidade didáctica completa de balonmán. Debido á imposibilidade de xogar un partido no noso pavillón do instituto (por no ter as medidas mínimas) propoñemos un día utilizar as instalacións exteriores e realizar competicións por equipos entre os alumnos/as de cuarto.

-Custo da actividade: Nulo

-Lugar: Pistas exteriores.

-Data: Segundo trimestre.

-Tempo da actividade: Dúas horas.

