

IES MARCO DO CABBALLÓN

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

1ºBAC

E.F

CURSO 2015-2016

1-ÍNDICE

1-ÍNDICE	páx 2
2-INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN	páx 3
3-VINCULACIÓN ENTRE OBXECTIVOS, SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN DE CONTIDOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE E GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN, ESTÁNDARES DE APREDIZAXE E GRAO MÍNIMO DE CADA UN, COMPETENCIA CLAVE, ELEMENTOS TRANSVERSAIS, INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN E CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN	páx 4
4-METODOLOXÍA DIDÁCTICA, INCLUÍNDO AS ESTRATEXIAS A DESENVOLVER POLO PROFESORADO, PARA ACADAR OS ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE, ASÍ COMO ADQUISICIÓN DAS COMPETENCIAS CLAVE. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS	páx 19
5-PROCEDEMENTOS PARA A AVALIACIÓN INICIAL	páx 22
6-PROCEDEMENTOS PARA A AVALIACIÓN CONTINUA	páx 24
7-PROCEDEMENTO DE AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA	páx 25
8-PROCEDEMENTO PARA O SEGUIMENTO E AVALIACIÓN DAS MATERIAS PENDENTES	páx 26
9-INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE -	páx 27
10-INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR A PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	páx 27

2-INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN

O IES Marco do Camballón é un instituto situado no concello Vila de Cruces na provincia de Pontevedra. O centro ofrece ensinanzas de ESO, Bacharelato, FP básica 1º e 2º de administrativo, o ciclo formativo de grao medio de técnico de atención a persoas en situación de dependencia e o Ciclo formativo de grao medio de soldadura e caldeiraría. A procedencia do alumnado é moi variada, xa que aos alumnos da vila hai que engadirlle un gran número de rapaces e rapazas das moitas parroquias do concello. En canto ao nivel económico, a zona non presenta grandes desigualdades, cuestión que se transmite ao funcionamento do centro, xa que esta característica actúa como elemento homoxeneizador do alumnado.

Se atendemos ás actuais tendencias pedagóxicas, é cada vez máis preciso organizar a práctica educativa dunha forma sistemática. Isto implica non só o tomar como referentes as bases lexislativas, senón tamén a necesidade de implicar aos diferentes axentes educativos no proceso. Planificar supón prever dun xeito racional as accións necesarias para a consecución duns obxectivos previamente establecidos. A programación debe ser entendida desde unha dobre realidade: como proceso de elaboración e reflexión e como produto, é dicir, a busca de resultados. Agora ben, nunca debe ser entendida como un proceso rematado, senón máis ben de guía e orientación da práctica dos docentes, os cales deberán determinar constantemente a práctica educativa e adecuala ao contexto para a consecución dos obxectivos.

A importancia da educación física na formación do alumnado fundaméntase 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, contribuindo a paliar as 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.

3-VINCULACIÓN ENTRE OBXECTIVOS, SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN DE CONTIDOS, CRITERIOS DE AVALIACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE E GRAO MÍNIMO DE CONSECUCIÓN, ESTÁNDARES DE APREDIZAXE E GRAO MÍNIMO DE CADA UN, COMPETENCIA CLAVE, ELEMENTOS TRANSVERSAIS, INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN E CRETERIOS DE CUALIFICACIÓN

1º TRIMESTRE

U.Ds: HIXIENE POSTURAL (PILATES)

	CONTIDOS	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIX.	GRAO MIN DE CONS. DE CADA DEST.	COMP CLAVE
), l, , n	B3.1.Coñecemento e valoración do método Pilates como unha educación corporal moi completa onde se traballa o corpo como un todo, desde a musculatura máis profunda ata a máis superficial	B3.1.Coñecer e poñer en práctica o método Pilates de educación corporal e tonificación muscular traballando o corpo como un todo, centrado na postura, a respiración e o desenvolvemento da forza e flexibilidade	EFB3.1.Coñece e poñe en práctica o método Pilates de educación corporal e tonificación muscular centrado na postura, a respiración e o desenvolvemento da forza e flexibilidade	Sabe poñer en práctica o método Pilates cun máximo de rigor no traballo intentando seguir as bases e principios do método	CSC CSIEE
	B3.2.Valoración e posta en práctica do método Pilates de tonificación corporal centrado na postura, a respiración e o desenvolvemento da forza e flexibilidade				CSC CSIEE
), l, , n	B3.1.Recoñecemento de posturas incorrectas sabendo buscar alternativas as mesmas.	B3.1.Tomar conciencia da hixiene postural	E.FB3.1.Sabe e utiliza e as posturas correctas durante o estudo, sentado, durmento ou facendo deporte	Sabe cales son as posturas correctas para cada situación e recoñece as perxudiciais	CAA
l, , n	B1.1.Coñecemento dos principios, bases e beneficios do método Pilates	B1.1.Coñecer os principios, bases e beneficios do método Pilates adaptando o traballo a súa idade e condición física	EFB1.1.Coñece os principios, bases e beneficios do método Pilates adaptando o traballo a súa idade e condición física	Coñece os principios, bases e beneficios do método Pilates adaptando a súas características persoais	CAA, CSC
),	B3.2.Respecto polas normas de hixiene, prevención e seguridade na práctica da actividade física	B3.2.Respecto e cumprimento das normas das clases de Educación física	EFB3.2. Mostra respecto mínimo as regras impostas polo departamento de E.F	Sabe estar concentrado/a na clase e participa en todas-las actividades propostas pola profesora	CAA CSC
), l, , n	B1.2.Coñecemento dos mecanismos de control posturais e adquisición de hábitos de boa postura practicando de forma	B1.2.Coñecer e poñer en práctica hábitos de boa postura e de mantemento físico	EFB1.2.Coñece e poñe en práctica os exercicios posturais e de mantemento físico que influen directamente na	Coñece e poñe en práctica exercicios de mellora postural e tonificación muscular valorando a influencia	CAA CSIEE

	B1.2.Coñecemento dos mecanismos de control posturais e adquisición de hábitos de boa postura practicando de forma habitual exercicios de mantemento físico relacionados coa acción postural.	B1.2.Coñecer e poñer en práctica hábitos de boa postura e de mantemento físico	EFB1.2.Coñece e poñe en práctica os exercicios posturais e de mantemento físico que inflúen directamente na hixiene postural	Coñece e poñe en práctica exercicios de mellora postural e tonificación muscular valorando a influencia directa na saúde persoal	
k, m	B1.3.Experimentación e adaptación na búsqueda do fortalecemento da musculatura interna	B1.3.Crear un círculo de forza a ao redor da parte central do tronco	EFB1.3.Valora e é capaz de crear un reforzamento da musculatura interna central para protexer a columna vertebral e os órganos internos	Coñece e distingue e fortalece a musculatura interna central protexendo a columna vertebral e os órganos internos	CAA CSC CSIEE
b, d, g, j, m	B3.3.Elección correcta dos exercicios e actividades de entreno establecendo controis persoais de saúde	B3.3.Planificar e elixir as actividades e exercicios adecuados establecendo controis persoais de saúde	EFB3.3.Coñece os cuidados e atención que hai que dedicar ó corpo para realizar actividade física de forma saudable planificando o entreno en función destas premisas	Coñece os cuidados e atención que hai que dedicar ó corpo para realizar actividade física de forma saudable	CAA CSC
a, c, m	B1.4.Coñecemento e valoración da práctica habitual da actividade física na mellora da calidade de vida	B1.4.Coñecer o corpo, adoptando unha actitude crítica ante as actividades con efecto negativo sobre a saúde	EFB1.4.Participa nas actividades con independencia do nivel de destreza alcanzado	Demostra un mínimo de esforzo e de respecto así mesmo/a e ós demais	

U.Ds: CONDICIÓN FÍSICA (programa de entrenamiento por parellas de condición física-saúde)

O B X	CONTIDOS	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIXAXE	GRAO MIN DE CONS. DE CADA DESTÁNDAR	COMP. CLAVE
d, j, m	B3.1.Adestramento das cualidades físicas básicas; incidindo fundamentalmente na resistencia aeróbica, na forza-resistencia e na flexibilidade	B3.1.Coñecer os métodos de adestramento das cualidades físicas básicas da resistencia, forza e flexibilidade	EFB3.1.Coñece as cualidades físicas básicas e a forma de adestralas	Coñece de forma xeral os métodos de adestramento de cada unha das cualidades físicas básicas	CSIEE
b, k, m	B3.2. Coñecemento e valoración das características e necesidades persoais de acordo co nivel de condición física	B3.2.Distribuír unha planificación semanal e completa de actividades físicas para o tempo libre de acordo cas características persoais	EFB3.2.Práctica e planifica exercicios para o desenvolvemento da mellora das cualidades físicas	Intenta mellorar o nivel de condición física na medida das súas posibilidades persoais e do nivel de condición física inicial	CSIEE
d, j, m	B3.3.Coñecemento dos principios do adestramento da condición física e os factores a ter en conta na planificación da actividade física: obxectivos, medios, recursos,..	B3.3.Incrementar as cualidades físicas básicas de acordo co momento de desenvolvemento motor, acercándose ós valores normais do grupo de idade no contorno de referencia.	EFB3.3.Incrementa as cualidades físicas básicas de acordo co momento de desenvolvemento motor, acercándose ós valores normais do grupo de idade no contorno de referencia.	Coñece e valora os exercicios e actividades físicas adecuadas para unha boa calidade de vida, saúde e hixiene	CAA CSIEE
b, d, g, j, m	B3.4.Deseño e realización dun programa de acondicionamento físico a medio prazo, atendendo á dinámica axeitada das cargas e á utilización dos sistemas de desenvolvemento da condición física máis axeitados ós obxectivos previstos.	B3.4.Elaborar e realizar un plan persoal de adestramento da condición física, atendendo á dinámica adecuada das cargas e á utilización dos sistemas de desenvolvemento da condición física máis adecuados, ós obxectivos e recursos dispoñibles.	EFB3.4.Son capaces de elaborar un plan de desenvolvemento da súa condición física, marcándose uns obxectivos, realizando unha temporalización, aplicando os principios básicos do adestramento, a dinámica adecuada das cargas, atendendo ó	Son capaces de desenvolver as súas capacidades físicas por medio dun programa persoal de adestramento físico axeitado ao seu nivel de condición física inicial	CAA CSC

			volumen e intensidade das mesmas.		
d, g, j, m	B3.5. Coñecemento dos mecanismos de adaptación dos sistemas do organismo á actividade física	B3.5. Coñecer os indicadores de adecuación ós cambios que xenera a actividade física no organismo	EFB3.5. Sabe os mecanismos fisiolóxicos de adaptación do organismo á práctica de actividades físicas	Sabe dos efectos xerais do adestramento e dos procesos inmediatos e a longo prazo do traballo planificado no organismo	CSIEE CCEC CAA
d, g, j, m	B3.6. Coñecemento dos indicadores de adecuación e resposta inmediata e cambios permanentes sobre o aparato cardiovascular e respiratorio do da actividade física				
b, d, j, m	B3.7. Coñecemento e valoración dos efectos da actividade física sobre o organismo e a saúde; o seus beneficios e riscos.	B3.7. Recoñecer a importancia de coñecer as señais do propio corpo fronte as exixencias do entrenamiento e ser capaz de tomar as decisións correctas en cada caso.	EFB3.7. Ten interese pola execución correcta das actividades físicas e pola atención a dispensar ás pequenas lesións producidas para evitar que se fagan crónicas o maiores	Ten interese pola execución correcta das actividades físicas e pola atención a dispensar ás pequenas lesións producidas para evitar que se fagan crónicas o maiores	
b, d, j, m	B3.8. Coñecer os indicadores de risco na actividade física: Síntomas psicolóxicos e fisiolóxicos de sobreadestramento.				
b, g, k, m	B3.9. Coñecer os 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.	B3.9. Mostrar Interese polos mecanismos e efectos do entrenamiento recoñecendo a importancia da súa aplicación no entrenamiento persoal e na práctica de actividades físicas.	EFB3.9. Coñece diferentes sistemas de adestramento das cualidades físicas básicas, elixindo o máis adecuado ás súas características persoais, medios, e recursos, ...	Identifica diferentes sistemas de adestramento das cualidades físicas básicas, elixindo o máis adecuado ás súas características persoais, medios, e recursos, ...	CSIEE CCEC CAA

b, j, k, m	B1.1.Desenvolvemento de actitude crítica ante os fenómenos socioculturais asociados ás actividades físico-deportivas e dun nivel de autonomía, autoesixencia e superación	B1.1.Mostrar nivel de autonomía e creatividade adaptado a cada situación desenvolvendo actitudes de autoesixencia e superación	EFB1.1.Mostra nivel de autonomía e creatividade adaptado a cada situación desenvolvendo actitudes de autoesixencia e superación	Respecta-las normas de hixiene, prevención e seguridade na práctica da actividade física, mostrando actitudes de autoesixencia e superación	
b, j, k, m	B1.2.Coñecemento de recursos ergonómicos como medio de prevención dos problemas de lombo	B1.2.Coñecer e poner en práctica as normas posturais para a realización da actividade física	EFB1.2.Coñece e leva a práctica as normas posturais durante a prácticas dos diferentes exercicios	Identifica e leva a práctica a actitude postural adecuada para a realización de actividade física	CD CSIEE
	B1.3.Perseverancia nos exercicios e actividades propostas cun espírito de colaboración e traballo en grupo ou en parellas	B1.4.Mostrar iniciativa e perseverancia á hora de afrontar os problemas e defender as propias opinións	EFB1.4.Mostra iniciativa e mantén a constancia ó afrontar aprendizaxe dos novos coñecementos	Mostrase participativo/a e disposta/o a traballar en parella ou en grupos	CAA CSIEE CSC
	B1.4.Desenvolvemento de actitudes de respecto e colaboración á hora de traballar en grupo ou en parellas				

3º TRIMESTRE

U.Ds: VOLEIBOL (afianzamento)

	CONTIDOS	CRITERIOS DE AVALIACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIXAXE	GRAO MIN DE CONS. DE CADA DESTÁNDAR	COMP CLAV
l j n	B4.1.Aprendizaxe e práctica de modalidades e formas recreativas de voleibol	B4.1.Crear Interese pola práctica recreativa e social do voleibol	EFB4.1.Coñece e practica varias modalidades e formas recreativas de voleibol	Coñece e practica varias modalidades e formas recreativa de voleibol con interese e respecto	CSIEE
o k n	B1.1.Valoración do efecto liberador do corsé das normas deportivas en beneficio da recreación	B1.1.Comprender a importancia de modificar as regras e os espazos para a practica recretiva dos deportes de equipo	EFB1.1.Entende e aplica a modificación dos espazos para a practica recretiva dos deportes de equipo	Coñece e practica diferentes versiones recreativas de voleibol en distintas modalidades, ambientes e medios	CSIEE
l, , n	B1.2.Aprendizaxe de actividades físico-deportiva de práctica familiar e social, relacionadas con diferentes deportes e actividades físicas.	B1.2.Aprender diferentes exercicios e habilidades para a mellora das capacidades e habilidades relacionadas ca práctica dos deportes de equipo.	EFB1.2.Coñece e práctica actividades físico-recreativas de práctica familiar e social, relacionadas con diferentes deportes e actividades físicas.	Coñece e práctica actividades físico-recreativas de práctica familiar e social, relacionadas con diferentes deportes e actividades físicas.	CAA CSIEE
l j n	B4.2.Coñecemento do voleibol como deporte de equipo; a súas normas, requerementos físicos, fundamentos técnicos e tácticos e recursos necesarios	B4.2.Coñecer e poñer en práctica as normas, requerementos físicos e fundamentos técnico e táctico do voleibol	EFB4.2.Sabe cales son e poñe en práctica as normas, requerementos físicos e os fundamentos técnicos-tácticos do voleibol	Sabe cales son e intenta poñer en práctica as normas, requerementos físicos e os fundamentos técnicos-tácticos do voleibol	CAA CSC
	B1.3.Identificación das relacións sociais a través do deporte; Aspectos negativos do deporte espectáculo e violencia	B1.3.Identificar e prever os aspectos negativos relacionados co deporte	EFB1.3.Sabe identificar e es capaz de facer unha crítica constructiva dos aspectos negativos que tamén podemos atopar no deporte	Sabe identificar os aspectos negativos que podemos atopar no deporte	CSC
l c n	B1.5.Desenvolvemento da capacidade de traballo en equipo e de	B1.5.Amosar un comportamento persoal e social responsable	EFB1.5.Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades	Respecta as regras sociais e o contorno en que se realizan as actividades físico-	CSC

a, d , m	B1.6.Xogo limpo como actitude social responsable		EFB1.6.Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas	Facilita a integración doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas	CSC
b , d , j, m	B3.3.Coñecemento e valoración dos efectos da actividade física sobre o organismo e a saúde; o seus beneficios e riscos.	B3.3.Recoñecer a importancia de coñecer as señais do propio corpo fronte as exixencias do entrenamiento e ser capaz de tomar as decisións correctas en cada caso.	EFB3.3.Ten interese pola execución correcta das actividades físicas e pola atención a dispensar ás pequenas lesións producidas para evitar que se fagan crónicas o maiores	Ten interese pola execución correcta das actividades físicas e pola atención a dispensar ás pequenas lesións producidas para evitar que se fagan crónicas o maiores	CAA CSIEE
b , d , j, m	B3.4.Coñecer os indicadores de risco na actividade física: Síntomas psicolóxicos e fisiolóxicos de sobreadestramento				
b , k , m	B4.3.Perfeccionamento técnico do toque de dedos e aplicación das normas tácticas fundamentais para a realización tanto de xogos predeportivos como o xogo no deporte establecido	B4.3.Resolver situaciónns motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específica del toque de dedos	EFB3.3.Resolve con eficacia situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do toque de dedos	Resolve situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do toque de dedos	CSIEE CCEC CAA
b , k , m	B4.4.Perfeccionamento técnico do toque de antebrazos e aplicación das normas tácticas fundamentais para a realización tanto de xogos predeportivos como o xogo no deporte establecido	B4.4.Resolver situaciónns motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específica del toque de antebrazos	EFB4.4.Resolve con eficacia situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do toque de antebrazos	Resolve situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do toque de antebrazos	CAA CSIEE
b , k , m	B4.5Perfeccionamento técnico do saque e aplicación das normas tácticas fundamentais para a realización tanto de xogos predeportivos como o xogo no deporte	B4.5.Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específica del saque	EFB4.5.Resolve con eficacia situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do saque	Resolve situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do saque	CAA CSIEE

b , k , m	B4.5.Perfeccionamento técnico do saque e aplicación das normas tácticas fundamentais para a realización tanto de xogos predeportivos como o xogo no deporte establecido	B4.5.Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específica del saque	EFB4.5.Resolve con eficacia situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do saque	Resolve situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do saque	CAA CSIEE
b , k , m	B4.6.Perfeccionamento técnico do remate e aplicación das normas tácticas fundamentais para a realización tanto de xogos predeportivos como o xogo no deporte establecido	B4.6.Resolver situacións motoras en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motoras específica remate	EFB4.6.Resolve con eficacia situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do remate	Resolve situacións motoras específicas en diferentes contextos de práctica onde sexa necesario a aplicación da técnica do remate	CAA CSIEE
b ,j k , m	B1.7.Desenvolvemento de actitude crítica ante os fenómenos socioculturais asociados ás actividades físico-deportivas e dun nivel de autonomía, autoesixencia e superación	B1.7.Mostrar nivel de autonomía e creatividade adaptado a cada situación desenvolvendo actitudes de autoesixencia e superación	EFB1.7.Mostra nivel de autonomía e creatividade adaptado a cada situación desenvolvendo actitudes de autoesixencia e superación	Respecta-las normas de hixiene, prevención e seguridade na práctica da actividade física, mostrando actitudes de autoesixencia e superación	CSC CSIEE CCEC
b , k , m	B1.3.Perseverancia nos exercicios e actividades propostas cun espírito de colaboración e traballo en grupo ou en parellas	B1.4.Mostrar iniciativa e perseverancia a hora de afrontar os problemas e defender as propias opinións	EFB1.4.Mostra iniciativa e mantén a constancia ó afrontar aprendizaxe dos novos coñecementos	Mostrase participativo/a e disposta/o a traballar en parella ou en grupos	CAA CSIEE CSC
b , m	B1.4.Desenvolvemento de actitudes de respecto e colaboración á hora de traballar en grupo ou en parellas				

ELEMENTOS TRANSVERSAIS

Para o tratamento de todos estes temas, a nosa materia, a Educación Física, tomará un papel relevante, xa que as súas características e peculiaridades a destacan como posible materia organizadora de moitos destes elementos. Polo que repercutiremos directa e positivamente sobre os seguintes elementos transversais:

- Desenvolvemento da igualdade efectiva entre homes e mulleres (IHM)
- Prevención da violencia de xénero ou contra persoas con discapacidades (PVGPD)
- Prevención e resolución pacífica de conflitos (PRPC)
- Xustiza (X)
- Democracia (D)
- Pluralidade (PL)
- Respecto aos dereitos humanos (RDH)
- Emprendemento (E)
- Liberdade (L)
- Paz (P)
- Seguridade viaria (SV)

A forma en que vemos esta relación destes elementos transversais coa nosa materia é a través dos seguintes apartados:

Coa práctica motriz, os alumnos van construíndo 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.

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 contribuirá a eliminar estereotipos sexistas tanto da propia práctica deportiva como os da vida cotiá.

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 nosa materia promoveranse actividades de aprendizaxe que axuden a coñecer o contorno e ter actitudes de respecto, mellora, conservación,... do mesmo.

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, ..

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.

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...

INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Os estándares de aprendizaxe máis conceptuais, utilizaranse instrumentos como:

- 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 obxectivas de respostas de opción múltiple.
- Traballos escritos sobre a materia traballada.

Os estándares de aprendizaxe máis procedimentais, utilizaranse como instrumentos de avaliación:

- Probas prácticas específicas individuais ou en grupo que midan as capacidades físicas do alumnado e/ou as destrezas no xogo ou deporte traballado.

- 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 estándares de aprendizaxe máis actitudinais, utilizaranse como instrumentos de avaliación:

- Diario de clase e fichas individuais con rexistros sistemáticos e continuos 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.

CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

A nota de cada trimestre será a media destes tantos por cen:

a. Avaliación **de estándares de aprendizaxe procedimentais**

1º trim (50 %)

2º trim (60%)

3º trim (80%)

(Valoración da práctica físico-deportiva e/ou execución técnica dos movementos específicos).

b. Avaliación **de estándares de aprendizaxe conceptuais**

1º trim (40%= 15%-vídeo/25%-exame teórico)

2º trim (30%)

3º trim (0%)

(valoración dos contidos teóricos relacionados coa actividade físico-deportiva e de hábitos saudables).

c. Avaliación de **estándares de aprendizaxe actitudinais**

1º trim (10%)

2º trim (10%)

3º trim (20%)

(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).

Para poder facer media con estes tantos por cen e aprobar o trimestre, os alumnos/as deben ter un mínimo de 3´5 na nota do exame teórico.

No 2º trim os alumnos/as que non obtengan no traballo obrigatorio de actitude postural un apto non aprobará o trimestre.

Os alumnos/as que non se duchen de forma sistemática, salvo causas xustificadas, terán un 0 no tanto por cen que corresponde ós estándares de aprendizaxe máis actitudinais.

NORMAS DA MATERIA DE E.F QUE REFLECTIRÁN DIRECTAMENTE NA CUALIFICACIÓN

Ademais teranse en conta as seguintes **normas** para as sesións de Educación Física que poderán reflectir directamente na nota de cada trimestre e na nota final de curso.

1- 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.

E así sucesivamente, seguindo esta progresión.

2-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.

3-É obrigatorio a utilización de roupa deportiva e de zapatillas de deporte. O alumnado que non traia estas prendas non poderá participar na 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, reloxo, colares...), melena longa sen recoller, teñan gomas de mascar ou caramelos na boca durante a clase serán penalizados seguindo os parámetros do apartado 1.

4-A ducha despois da clase será obrigatoria. Os alumnos que non traian o cambio quedarán facendo carreira continua ata que termine a sesión mentres seus compañeiros se duchan. 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).

5-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.

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

7-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.

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

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

***1º e 2º ESO.**

-0'05 por cada catro faltas de ortografía.

-0'05 por cada dúas faltas copiadas.

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

A cualificación final en xuño será a media das tres avaliacións aprobadas. Os alumnos/as que suspendan, terán que examinarse nas probas extraordinarias de setembro de toda a materia teórica que se impartirá 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 DURANTE O CURSO

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 no terceiro trimestre, a presentación dalgún traballo extra, ou a realización das probas ou exercicios prácticos que a profesora considere oportuno segundo o seu caso particular.

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

- En relación ós estándares de aprendizaxe máis conceptuais, faremos probas obxectivas e traballos escritos sobre a materia traballada que deberán superar no terceiro trimestre. Aproveitando que non damos material teórico para estudar , faremos todas as recuperacións de contidos relacionados cos estándares de aprendizaxe conceptuais neste trimestre.
- En relación ós estándares de aprendizaxe máis procedimentais, adaptaremos o 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 ós estándares de aprendizaxe máis 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 alcanzado.

4-METODOLOXÍA DIDÁCTICA, INCLUÍNDO AS ESTRATEXIAS A DESENVOLVER POLO PROFESORADO, PARA ACADAR OS ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE, ASÍ COMO ADQUISICIÓN DAS COMPETENCIAS CLAVE. MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS

4.1-METODOLOXÍA DIDÁCTICA DA EDUCACIÓN FÍSICA

Seguirase unha aprendizaxe significativa e por descubrimento, sen desbotar a aprendizaxe por recepción para determinadas situacións nas que os contidos ou actividades a formular 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 presentadas: 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 unha 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 intentará 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.

4.2-MATERIAIS E RECURSOS DIDÁCTICOS

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.

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: colchoeiras, 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.

MEDIOS AUDIOVISUAIS:

Pódese recorrer nalgunha unidade didáctica a algúns dos denominados “Vídeos didácticos” 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 video poden ser incluídas igualmente nalgunha das Unidades Didácticas (sobre todo cando se trata de alumnos que non poden realizar a parte práctica da materia). Exemplos:

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.

5-PROCEDIMENTOS PARA A AVALIACIÓN INICIAL

A avaliación constitúe un elemento e proceso fundamental na práctica educativa e permite, en cada momento, recoller a información e realizar os xuízos de valor necesarios para a orientación e toma de decisións sobre o proceso de ensinanza-aprendizaxe. A avaliación é un proceso que debe

levarse a cabo de forma continua e personalizada, que ten que ter por obxecto tanto os aprendizaxes dos alumnos/as como os procesos de ensinanza o longo de todo o proceso educativo.

A **avaliación inicial** é un punto clave na avaliación porque serve para mellorar a seguinte programación e en consecuencia a reorganización do traballo. Deste xeito conseguimos un aprendizaxe significativo de nosos alumnos/as, valorando proceso e resultado.

Por tanto a avaliación en educación física debe proporcionar:

COÑECER O RENDIMENTO DO ALUMNO:

Comprobaremos o rendemento aproveitándoo para o mellorar o proceso de ensino-aprendizaxe.

DIAGNOSTICAR:

Diagnóstico do primeiro momento do proceso de avaliación, pretendendo determinar o nivel da situación o do alumno/a en relación cuns parámetros determinados.

- Diagnóstico xenérico: faremos o principio de curso para determinar o nivel de aptitude física e motriz dos alumnos/as e recoller outros datos de información individual requiridos pola natureza do traballo programado.
- Diagnóstico específico: elaborado para diferentes unidades de traballo e inmediatamente anterior a seu desenvolvemento didáctico.
- Diagnóstico de puntos débiles: para corrixir calquera deficiencia no proceso de aprendizaxe, a primeira condición é descubrila para estudar as causas que a producen e poñer remedios.

VALORAR A EFICACIA DO SISTEMA DE ENSINANZA:

A avaliación do rendemento dos alumnos/as ofrece tamén o profesor/a un motivo de reflexión sobre o currículo elixido, as condicións de traballo e o procedemento de ensinanza utilizado.

PRONOSTICAR AS POSIBILIDADES DO ALUMNO E ORIENTAR:

Es misión do profesor/a orientar e aconsellar en función dos trazos e características de cada alumno/a.

MOTIVAR E INCENTIVAR O ALUMNO/A:

Proposición de tarefas para as que o alumno/a non está preparado, co fin de utilizar o éxito como estímulo para a realización de tarefas con maior dificultade. Iste feedback é decisivo para o progreso no rendemento.

AGRUPAR O CLASIFICAR:

Non establecer os grupos só a criterios de afinidade. Dada as grandes diferenzas entre alumnos/as da mesma idade, os niveis de homoxeneidade serán de forma máis obxectiva.

ASIGNAR CALIFICACIÓNS ÓS ALUMNOS:

Seu obxectivo é dar información os pais e alumnos/as sobre o desenvolvemento da formación. É importante que esa información tenda a restar diferenzas entre alumnos/as e a diminuír a presión dos pais sobre os fillos.

6-PROCEDIMENTOS PARA A AVALIACIÓN CONTINUA

Ten como obxectivo transmitir o alumno/a diferentes retroalimentacións que poden utilizar para optimizar súas estratexias de aprendizaxe.

A avaliación continua en E.F terá un carácter regulador, orientador e autocorrector do proceso educativo ó proporcionar unha información constante que permitirá mellorar tanto os procesos como os resultados da intervención educativa.

Aspectos a ter en conta á hora de avaliar como profesoras de E.F:

- A acción de avaliar debe realizarse o longo dos procesos de ensinanza e aprendizaxe e non só o final dos mesmos.
- Faise xunto ós alumnos/as, que son participantes principais e non creando distancia respecto a eles.
- A acción de avaliar desenvolve a capacidade de autorregulación dos alumnos/as respecto ás actividades que realizan.
- Permite dirixir os procesos de ensinanza e aprendizaxe.

- Permite establecer se os resultados obtidos forman unha base suficiente para os aprendizaxes futuros dos alumnos/as.

A cualificación en cada unha das tres avaliacións nas que está dividido o curso xerárase 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 do curso mediante a media optida polas tres notas dos tres trimestres realizados.

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

- En relación ós estándares de aprendizaxe máis conceptuais faremos probas obxectivas e traballos escritos sobre a materia traballada.
- En relación ós estándares de aprendizaxe máis 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 estándares de aprendizaxe máis 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.

7-PROCEDIMENTO DE AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA

No día e hora fixada por a Xefatura de Estudos para a celebración da **proba extraordinaria** de **Setembro** da materia de Educación Física, os alumnos/as se examinarán dunha proba teórica que corresponderá a todo o contido teórico entregado durante o curso.

8-PROCEDIMIENTO PARA O SEGUIMIENTO E AVALIACIÓN DAS MATERIAS PENDENTES

PROGRAMA DE REFORZO PARA A RECUPERACIÓN DE PENDENTES DE CURSOS ANTERIORES

Este programa está dirixido a aqueles alumnos/as que non superaron os obxectivos da materia de Educación Física no curso anterior. O departamento ten un plan para estes alumnos/as que consiste na realización de diferentes traballos sobre unha serie de temas propostos o a realización de fichas relacionadas co material teórico do curso. A data de entrega é inflexible e fundamental para poder valorar o traballo.

O seguimento do alumnado será semanal con lo que os traballos mencionados serán divididos por apartados para ir vendo a progresión .

A estes traballos hai que sumarlle os dous exames acordados polo claustro e o departamento para facilitar o alumnado o estudo da materia correspondente ao curso en cuestión.

Aqueles alumnos que non entreguen 8 de 10 entregas (ata os exames de febreiro) e 7 de 9 (ata os exames de Maio), non terán dereito os exames parciais.

Cualificación:

- **50%** (da cualificación global): TAREFAS
- **50%** (da cualificación global): EXAMES .(**25%**-exame de Febreiro/ **25%**-exame de Maio)

Co fin de orientar e atender debidamente as necesidades específicas de cada un dos alumnos/as, estes alumnos poderán formular dúbidas e realizar todas aquelas consultas que estimen oportunas a calquera das profesoras membros deste departamento, con vistas a un mellor desenvolvemento de seu proceso de recuperación desta materia, sempre dentro do horario escolar do centro e cando o profesorado , en función de seu horario persoal poida atendelos.

9-INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR O PROCESO DE ENSINO E A PRÁCTICA DOCENTE

Avaliación do proceso de ensinanza:

Datos estatísticos 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.

10-INDICADORES DE LOGRO PARA AVALIAR A PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Para avaliar a presente programación terase en conta:

O seguimento trimestral da mesma, por parte das profesoras que imparten 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. A profesora poderá introducir as medidas correctoras sempre que o estime oportuno. Periodicamente nas reunións de Departamento tratarase sobre ditas cuestións.

Ao final de Curso, os profesoras que imparten 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 concrétese en:

Avaliación da programación:

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

Contidos:

- Traballáronse todo os conceptos?
- Cales se desenvolveron especialmente?
- Cales foron as razóns para que se puideran desenvolver?
- Propostas de melloras.

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

