

**IES PEDRA DA AGUIA**

A PONTE DO PORTO.- CAMARIÑAS

**PROGRAMACIÓN**

**DIDÁCTICA**

**EDUCACIÓN FÍSICA**

**(CURSO 2022/23)**

<b>ÍNDICE</b>		<b>PAX.</b>
<b>A.- INTRODUCCIÓN E CONTEXTUALIZACIÓN</b>		<b>3</b>
	A.1.- Introducción	3
	A.2.- Contextualización do les Pedra da Agua	4
<b>B.- CONTRIBUCIÓN DA EDUCACIÓN FÍSICA AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE E RELACIÓN COS ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES</b>		<b>5</b>
<b>C.- CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS</b>		<b>6</b>
	C.1.- Obxectivos da educación secundaria obrigatoria	6
	C.2.- Concreción dos Obxectivos para cada un dos cursos da ESO	8
<b>D.- BLOQUES DE CONTIDOS POR CURSO</b>		<b>9</b>
<b>E.- SECUENCIACIÓN DOS CONTIDOS POR CURSO</b>		<b>11</b>
<b>F.- SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS POR CURSO</b>		<b>13</b>
<b>G.- CONTRIBUCIÓN DAS U.D. AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE</b>		<b>34</b>
<b>H.- CONCRECIÓNS METODOLÓXICAS QUE REQUIRE A MATERIA</b>		<b>36</b>
	H.1.- Metodoloxía Básica	36
	H.2.- Actividades nas que nos basearemos	36
	H.3.- Estrutura das sesións	37
	H.4.- Normativa de asistencia e participación do alumnado	37
	H.5.- Normativa sobre o alumnado que non realiza a práctica	37
	H.6.- Normativa básica de equipamento persoal do alumnado	38
	H.7.- Aportacións ao Plan Lector do Centro	38
	H.8.- Plan de integración das TICs	40
<b>I.- RECURSOS E MATERIAIS DIDÁCTICOS</b>		<b>41</b>
<b>J.- AVALIACIÓN</b>		<b>41</b>
	J.1.- Avaliación Inicial e medidas individuais e colectivas a adoptar	41
	J.2.- Avaliación continua.- Plans de traballo	42
	J.3.- Mínimos esixibles para unha avaliación positiva (por curso)	64
	J.4.- Criterios de Cualificación e Promoción do Alumnado	49
	J.5.- Cualificación final na materia	51
	J.6.- Materia pendente	51
	J.7.- Titulación	52
	J.8.- Constancia da información ao alumnado	52
	J.9.- Avaliación da propia programación e indicadores de logro	52
	J.9.1.- Avaliación do profesor	52
	J.9.2.- Avaliación do proceso didáctico	52
	J.9.3.- Mecanismos de revisión, avaliación e modificación da programación didáctica	52
<b>K.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE</b>		<b>53</b>
	k.1.- Medidas de atención NON siñificativas	53
	k.2.- Medidas de atención siñificativas.- ACI de Carlos Luís Sánchez Devesa	53
<b>L.- CONCRECIÓN DOS ELEMENTOS TRANSVERSAIS</b>		<b>54</b>
<b>M.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES PROGRAMADAS</b>		<b>59</b>
<b>N.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>		<b>59</b>
<b>Ñ.- ANEXOS</b>		<b>60</b>

## **A.- INTRODUCCIÓN, CONTEXTUALIZACIÓN:**

A programación que a continuación se vai desenvolver pertence á área de EDUCACIÓN FÍSICA do INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA PEDRA DA AGUIA de CAMARIÑAS e será desenvolvida durante o presente curso escolar.

### **A.1.-INTRODUCCIÓN: A EDUCACIÓN FÍSICA E A COMPETENCIA MOTRIZ**

Tal como establece o **Decreto 86/2015**, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia, a materia de Educación Física, ten como finalidade principal que os alumnos e as alumnas alcancen a competencia motriz, entendida como “un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e emocións que interveñen nas múltiples interaccións que realiza unha persoa no seu medio e coas demais, que permite que o alumnado supere os problemas motores propostos tanto nas sesións de Educación Física como na súa vida cotiá; sempre actuando de forma coherente e en concordancia co nivel de desenvolvemento psicomotor, e outorgándolle especial sensibilidade á atención á diversidade nas aulas, utilizando estratexias inclusivas e procurando a integración dos coñecementos, os procedementos, as actitudes e as emocións que se vinculan á conduta motora”

A competencia motriz, non está recollida como unha competencia clave pero é fundamental para o desenvolvemento das outras competencias: as competencias sociais e cívicas, de aprender a aprender, de sentido de iniciativa e espírito emprendedor, de conciencia e expresións culturais, da competencia matemática e as competencias básicas en ciencia e tecnoloxía e, en menor medida, da de comunicación lingüística e da competencia dixital.

O fin estratéxico da Educación Física, é introducir o alumnado cara a práctica de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, nas que poida manter un papel de practicante activo ao longo da súa vida, tendo en conta as novas formas de prácticas motrices que xorden na sociedade actual, moitas delas vinculadas ao contorno próximo do alumnado pola motivación intrínseca que representan.

A Educación Física debe permitir incrementar e mellorar o compromiso motor dos alumnos, sempre adecuado ás súas posibilidades, e desenvolver as habilidades motrices específicas con complexidade crecente á medida que se progresa nos sucesivos cursos.

Ao longo das diferentes sesións, o alumno enfrenrase a diversas situacións de ensino e aprendizaxe, nas que a experiencia individual e colectiva permita adaptar a conduta motriz a diferentes ámbitos, conseguindo que o alumnado sexa un suxeito activo, responsable da xestión do seu estilo de vida saudable.

## **A.2.-CONTEXTUALIZACIÓN DO IES A PEDRA DA AGUIA**

Esta Programación, concretada para a Ensinanza Secundaria Obrigatoria (1º,2º,3º, e 4ª da ESO) está axustada aos plantexamentos do Proxecto Educativo do do IES A Pedra da Aguiá, as características dos alumnos (físicas, psicolóxicas, socioafectivas) e as directrices establecidas no Currículo Oficial para a Educación Física en Galicia recollidas en diferentes fontes legislativas.

### **Situación:**

O instituto está nun entorno rural situado no Concello de Camariñas, no lugar de Ponte do Porto.

### **Centros Adscritos:**

CEIP de A Ponte do Porto  
CEIP de Camariñas

Un profesor é o que imparte a materia e exerce de xefe de departamento.

Dúas serán as sesións semanais que se desenvolverán nos diferentes días de clase de Educación Física.

### **Ensinanzas que oferta o centro**

Os grupos de alumnos aos que se destina esta programación durante o presente curso, son os seguintes:

<b>2º ESO</b>	<b>4º ESO</b>
2ºA / 21	4ºA / 26
2ºB / 21	
<b>TOTAL ALUMNADO: 68</b>	

### **Características singulares do alumnado**

Os alumnos proceden de parroquias costeiras (Camariñas, Xaviña, Brañas Verdes, Arou, Santa Mariña, Camelle), algunhas delas distantes e ailladas, e do interior (Carnés, Cereixo, Tufions, Ponte do Porto,...). Esta conformación do municipio, unida a un precario desenvolvemento económico, falta de industrias importantes e un índice de emigración elevado unido a un alto índice de desestructuración familiar, provoca un espectro moi variado de alumnos polo que a atención á diversidade na práctica da educación física non é sinxela.

Atopamos xa nos primeiros cursos, alumnos con carencias de autoridade familiar, desinterese para as tarefas escolares, baixo nivel de rendemento e carencias de base, etc, compartindo a actividade educativa con alumnos con alto grao de atención e interese.

A nivel da área de Educación Física dáse tamén este desequilibrio, xa non só centrado na actividade física, senón tamén no ámbito das actitudes e formas de ser e estar. Así no primeiro ciclo, conceptos traballados en primaria como

esquema corporal, lateralidade orientación espazo - temporal, coordinación, etc., aínda non están ben afirmados.

Os catro niveis teñen alumnos e alumnas que asisten ás escolas deportivas e que polo tanto están iniciados en deportes que fan que teñan unha maior riqueza motriz e uns hábitos que favorecen a dinámica dentro do grupo clase. O concello de Camariñas colabora intensamente en proxectos de dinamización cultural, deportiva e recreativa co noso centro ampliando a experiencia educativa do alumnado .

### **Alumnado inmigrante**

2º de ESO: 3 alumnos/as

4º de ESO: 2 alumnos/as

### **Alumnos con NEAE**

2º ESO: 1 alumno con reforzo e dificultades motrices.

4º ESO: 1 alumno con ACI e alumnado con dificultades de diferente tipo.

## **B.-CONTRIBUCIÓN DA EDUCACIÓN FÍSICA AO DESENVOLVEMENTODAS COMPETENCIAS CLAVE**

Para a clasificación e denominación das competencias clave séguense as liñas definidas pola Unión Europea, na **Recomendación 2006/962/EC**, do 18 de decembro de 2006, do Parlamento Europeo e do Consello, sobre as competencias clave para a aprendizaxe permanente. Así considérase que as competencias clave son aquelas que todas as persoas precisan para a súa realización e o seu desenvolvemento persoal, así como para a cidadanía activa, a inclusión social e o emprego.

**Unha competencia supón a combinación de habilidades prácticas, coñecemento, motivación, valores éticos, actitudes, emocións e outros compoñentes sociais e de comportamento que se mobilizan conxuntamente para lograr unha acción eficaz. As competencias considéranse coñecemento na práctica e pode ser adquirido tanto no contexto educativo formal como non formais e informais. A súa concepción é "un saber facer" que se aplica a unha diversidade de contextos educativos, sociais e profesionais.**

**As competencias clave do currículo son as seguintes:**

1. Comunicación lingüística (CCL).
2. Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCCT).
3. Competencia dixital (CD).
4. Aprender a aprender (CAA).
5. Competencias sociais e cívicas (CSC).
6. Sentido de iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE).
7. Conciencia e expresións culturais (CCEC).

**As vías de desenvolvemento e consecución das diferentes competencias** a través da educación física faise a través de:

- a) co traballo e coordinación transversal de tódalas materias;
- b) coa planificación e realización de actividades complementarias e extraescolares;
- c) con outras accións onde o resto dos integrantes da comunidade educativa vense integrados (exemplo. Administracións públicas, medios de comunicación, país,...)

**A materia de educación física contribúe** de xeito directo e claro á consecución de tres competencias básicas:

- A competencia no coñecemento e a interacción co mundo físico,
- A competencia social e cidadá e
- A competencia cultural e artística.

De forma xenérica, contribúe a outras tres:

- Competencia en comunicación lingüística,
- Competencia para aprender a aprender e
- Autonomía e iniciativa persoal.

No resto das competencias a contribución é menor e integranse tamén de forma trabsversal (Exemplo: competencia dixital).

### **C.- CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS:**

#### **C.1.- OBXECTIVOS DA ESO:**

No **Decreto 86/2015**, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia, explícase que a Educación Física deberá contribuir a desenvolver nos alumnos as capacidades que lles permitan conseguir os seguintes obxectivos.

- a) Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto ás demais persoas, practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e os grupos, exercitarse no diálogo, afianzando os dereitos humanos e a igualdade de trato e de oportunidades entre mulleres e homes, como valores comúns dunha sociedade plural, e prepararse para o exercicio da cidadanía democrática.
- b) Desenvolver e consolidar hábitos de disciplina, estudo e traballo individual e en equipo, como condición necesaria para unha realización eficaz das tarefas da aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.
- c) Valorar e respectar a diferenza de sexos e a igualdade de dereitos e oportunidades entre eles. Rexeitar a discriminación das persoas por razón de sexo ou por calquera outra condición ou circunstancia persoal ou social. Rexeitar os estereotipos que supoñan discriminación entre homes e mulleres, así como calquera manifestación de violencia contra a muller.

- d) Fortalecer as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como rexeitar a violencia, os prexuízos de calquera tipo e os comportamentos sexistas, e resolver pacificamente os conflitos.
- e) Desenvolver destrezas básicas na utilización das fontes de información, para adquirir novos coñecementos con sentido crítico. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente as da información e a comunicación.
- f) Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en materias, así como coñecer e aplicar os métodos para identificar os problemas en diversos campos do coñecemento e da experiencia.
- g) Desenvolver o espírito emprendedor e a confianza en si mesmo, a participación, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades.
- h) Comprender e expresar con corrección, oralmente e por escrito, na lingua galega e na lingua castelá, textos e mensaxes complexas, e iniciarse no coñecemento, na lectura e no estudo da literatura.
- i) Comprender e expresarse nunha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada.
- l) Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e da historia propias e das outras persoas, así como o patrimonio artístico e cultural. Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes á cultura e á sociedade galega, ou a outras culturas do mundo.
- m) Coñecer e aceptar o funcionamento do propio corpo e o das outras persoas, respectar as diferenzas, afianzar os hábitos de coidado e saúde corporais, e incorporar a educación física e a práctica do deporte para favorecer o desenvolvemento persoal e social. Coñecer e valorar a dimensión humana da sexualidade en toda a súa diversidade. Valorar criticamente os hábitos sociais relacionados coa saúde, o consumo, o coidado dos seres vivos e o medio ambiente, contribuíndo á súa conservación e á súa mellora.
- n) Apreciar a creación artística e comprender a linguaxe das manifestacións artísticas, utilizando diversos medios de expresión e representación.
- ñ) Coñecer e valorar os aspectos básicos do patrimonio lingüístico, cultural, histórico e artístico de Galicia, participar na súa conservación e na súa mellora, e respectar a diversidade lingüística e cultural como dereito dos pobos e das persoas, desenvolvendo actitudes de interese e respecto cara ao exercicio deste dereito.

- o) Coñecer e valorar a importancia do uso da lingua galega como elemento fundamental para o mantemento da identidade de Galicia, e como medio de relación interpersonal e expresión de riqueza cultural nun contexto plurilingüe, que permite a comunicación con outras linguas, en especial coas pertencentes á comunidade lusófona.

Concretamos a continuación os obxectivos didácticos que se pretenden alcanzar nesta materia para cada un dos diferentes cursos.

## **C.2.- CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS PARA CADA CURSO:**

### **2º ESO:**

- Practicar as actividades físicas que preserven a súa saúde e a mellorala.
- Adoptar hábitos alimentarios e de hixiene para mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.
- Aumentar as capacidades físicas relacionadas coa saúde traballadas durante o curso respecto ao seu valor inicial.
- Coñecer e valorar o corpo utilizando as posibilidades expresivas e comunicativas que ofrece.
- Coñecer e valorar un certo nivel de autonomía na execución dos aspectos técnicos básicos dun deporte individual.
  
- Participar e desenvolver unha mensaxe colectivamente, mediante técnicas como mímica, xestos, danza e teatro e comunicala ao resto do grupo con independencia do nivel de habilidade acadado.
- Participar nunha actividade no medio natural aceptando e respetando as normas e o contorno natural.
- Os obxectivos deste nivel se complementan cos do curso anterior que tamén serán válidos.

### **4º ESO**

- Coñecer as normas básicas de primeiros auxilios mediante manobras básicas.
- Coñecer as posibles lesións derivadas da práctica deportiva e as actividades físicas.
- Saber denominar os movementos básicos corporais a través da sistemática de exercicio e dunha biomecánica sinxela.
- Desenvolver as capacidades físicas e vincula-las a unha escala de actitudes e valores.
- Crear hábitos saudables a través do exercicio e intentar consolidalos.
- Mellorar a expresión corporal e o ritmo individual e colectivo.
- Dominar o corpo e control do mesmo en actividades físicas.
- Mellorar e continuar co dominio de técnicas básicas de deportes que permite a instalación.
- Practicar actividades ao aire libre que contribúen á mellora da saúde e gozar do contorno natural.



- Avaliar o estado individual de condición física e planificar actividades que permitan a mellora física e desenvolvemento persoal.
- Os obxectivos secundarios non son compartimentos estancos xa que como cada ano se repasan os obxectivos do nivel anterior, xa que sin eso non sería posible a realización das prácticas. O coñecemento do corpo é básico en tódolos cursos para saber que é o que se fai para que e qué partes do corpo están implicadas. Polo tanto, os obxectivo de cada nivel se inclúen aos anteriores nos catro primeiros cursos de secundaria.

#### **D.- BLOQUES DE CONTIDOS POR CURSO:**

Os contidos de Secundaria e Bacharelato divídense en catro bloques:

<b>BLOQUES DE CONTIDOS (ESO) DA LOMCE</b>
1. Contidos comúns
2. Actividades físicas artístico-expresivas
3. Actividade física e saúde
4. Os xogos e as actividades deportivas

Os contidos do bloque común, pola súa natureza transversal, traballaranse ao longo do curso de xeito integrado cos contidos do resto dos bloques, dado que trata aspectos como a construción das fases dunha sesión, o aseo persoal, a participación nas actividades físicas independentemente do propio nivel de execución, a resolución de conflitos mediante o diálogo e a aceptación das regras establecidas, as posibilidades que presentan as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno, o control de riscos, o desenvolvemento da iniciativa individual e de hábitos de esforzo, as actitudes, a confianza, o uso adecuado dos materiais e dos espazos, e a integración das tecnoloxías da información e da comunicación.

## BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS

Os contidos comúns a desenvolver en Secundaria según o **Decreto 86/2015**:

CURSO	CONTIDOS COMÚNS
2º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B1.1. Fases de activación e recuperación na práctica da actividade física de carácter xeral e específica, en función da actividade que se realice realizar.</li><li>- B1.2. Selección e execución de xogos e exercicios apropiados para cada fase da sesión.</li><li>- B1.3. Respecto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.</li><li>- B1.4. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.</li><li>- B1.5. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva cara á súa mellora.</li><li>- B1.6. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico deportivas e recreativas.</li><li>- B1.7. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural.</li><li>- B1.8. Actividade física como elemento base dos estilos de vida saudable.</li><li>- B1.9. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde.</li><li>- B1.10. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, baseada na análise previa das características destas.</li><li>- B1.11. Protocolo básico de actuación (PAS) nos primeiros auxilios.</li><li>- B1.12. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.</li><li>- B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar, analizar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde.</li><li>- B1.14. Elaboración e exposición argumentada de documentos no soporte máis axeitado.</li></ul>
4º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B1.1. Deseña e realiza as fases de activación e recuperación, logo da análise da actividade física que se vaia realizar.</li><li>- B1.2. Fases de activación e recuperación como medio de prevención de lesións.</li><li>- B1.3. Planificación e organización de eventos e campionatos nos que se utilicen sistemas que potencien as actitudes, os valores e o respecto das normas, asumindo diferentes papeis e funcións.</li><li>- B1.4. Valoración das actividades físicas, deportivas e tradicionais na sociedade actual, destacando os comportamentos axeitados tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</li><li>- B1.5. Primeiras actuacións ante as lesións máis comúns que poden manifestarse na práctica deportiva.</li><li>- B1.6. Protocolos básicos de primeiros auxilios.</li><li>- B1.7. Medidas preventivas sobre os riscos ou as lesións na realización de actividades físico-deportivas.</li><li>- B1.8. Manexo e utilización do material e do equipamento deportivo.</li><li>- B1.9. Aceptación das normas sociais e democráticas que rexen nun traballo en equipo.</li><li>- B1.10. Técnicas de traballo en equipo.</li><li>- B1.11. Técnicas de traballo colaborativo.</li><li>- B1.12. Xogo limpo como actitude social responsable.</li><li>- B1.13. Tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas coas actividades físico-deportivas e as relacións coa saúde.</li></ul>

## BLOQUE 2. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS

Os contidos a desenvolver en Secundaria según o Decreto 86/2015 para o Bloque de contidos de “Actividades físicas artístico-expresivas” son:

CURSO	CONTIDOS DE ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS
2º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas de expresión corporal, combinando espazo, tempo e intensidade.</li><li>- B2.2. Creatividade e improvisación nas actividades artístico-expresivas de xeito individual.</li><li>- B2.3. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.</li></ul>
4º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B2.1. Creación de composicións artístico-expresivas individuais ou colectivas, con ou sen apoio dunha estrutura musical, incluíndo os elementos para a súa sistematización: espazo, tempo e intensidade</li></ul>

## BLOQUE 3. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

Os contidos a desenvolver en Secundaria según o Decreto 86/2015 para o Bloque de contidos de “Actividade física e saúde” son:

CURSO	CONTIDOS DO BLOQUE DE ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE
2º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B3.1. Condición física. Capacidades físicas e coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, e a súa vinculación cos sistemas do organismo.</li><li>- B3.2. Efectos sobre a saúde da actividade física e a alimentación.</li><li>- B3.3. Capacidade de adaptación do organismo ante a actividade física e a práctica deportiva.</li><li>- B3.4. Control da intensidade do esforzo a través da frecuencia cardíaca.</li><li>- B3.5. Procedementos para a avaliación dos factores da condición física relacionados coa saúde.</li><li>- B3.6. A actividade física e o seu efecto sobre a saúde. Criterios de selección de actividades para a realización dun plan de mellora da saúde.</li><li>- B3.7. Métodos básicos de adestramento para a mellora das capacidades físicas básicas relacionadas coa saúde.</li><li>- B3.8. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta, tendo en conta as súas características individuais.</li><li>- B3.9. Ergonomía e hixiene postural na práctica de actividades físicas.</li><li>- B3.10. Actividade física habitual e outros hábitos de vida saudables, e o seu efecto sobre a calidade de vida.</li></ul>
4º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B3.1. Efectos negativos que determinados hábitos de vida e consumo teñen sobre a condición física e a saúde.</li><li>- B3.2. Actividade física e saúde.</li><li>- B3.3. Realización de exercicios para a consecución dunha óptima hixiene postural.</li><li>- B3.4. Alimentación: repercusión na saúde e na actividade física.</li><li>- B3.5. Valoración e toma de conciencia da propia condición física e da predisposición a melloralala.</li><li>- B3.6. Elaboración e posta en práctica dun plano de traballo que integre as capacidades físicas relacionadas coa saúde.</li><li>- B3.7. Valoración e aplicación de técnicas e métodos de relaxación e respiración de xeito autónomo, co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.</li><li>- B3.8. Métodos de avaliación da condición física en relación coa saúde.</li></ul>

## BLOQUE 4. XOGOS, ACTIVIDADES DEPORTIVAS E NO MEDIO NATURAL

Os contidos a desenvolver en Secundaria e Bacharelato según o Decreto 86/2015 para o Bloque de contidos de “Xogos e actividades deportivas” son:

CURSO	CONTIDOS DE XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS
2º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B4.1. Execución e avaliación de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.</li><li>- B4.2. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes individuais.</li><li>- B4.3. Adquisición de técnicas de progresión e orientación no medio natural, a súa aplicación en diferentes contornos.</li><li>- B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas facilitadas vinculadas aos deportes colectivos en distintas situacións, respectando os regulamentos específicos.</li><li>- B4.5. Práctica de actividades e xogos para a aprendizaxe dos deportes colectivos.</li></ul>
4º da ESO	<ul style="list-style-type: none"><li>- B4.1. Traballo dos fundamentos técnicos das actividades físico-deportivas propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.</li><li>- B4.2. Traballo das situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición propostas, tendo en consideración diversos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, as persoas adversarias, os regulamentos e o contorno da práctica.</li><li>- B4.3. Coñecemento e práctica de xogos e de deportes tradicionais de Galicia e da propia zona, así como do seu regulamento. Procura de información sobre variacións locais.</li><li>- B4.4. Relación entre a actividade física, a saúde e o medio natural.</li><li>- B4.5. Toma de conciencia do impacto que teñen algunhas actividades físico-deportivas no medio natural.</li><li>- B4.6. Realización de actividades deportivas e/ou recreativas, preferentemente desenvolvidas no medio natural.</li></ul>

TEMPORALIZACIÓN 2º DE ESO							
1º AVALIACION			2º AVALIACION			3º AVALIACION	
Semana	Unidades didácticas	Ses	Semana	Unidades didácticas	Ses	Semana	Unidades didácticas
4ªS/3ªD	Quentamento I		2ªX/3ªF	Ximnasia Moderna		5ªM/5ªA	Unihockey
4ªS/2ªN	CF e Saude		4ªF/3ªM	Bádminton I		1ªM	Dramatización
3ªN/3ªD	Baloncesto I		3ªM	Sendeirismo		2ªM	Actitude Postural I
						3ªM/3ªX	Beisbol
<b>TOTAL: sesiones (*)</b>			<b>TOTAL: sesiones</b>			<b>TOTAL: sesiones</b>	

TEMPORALIZACIÓN 4º DE ESO							
1º AVALIACION			2º AVALIACION			3º AVALIACION	
Semana	Unidades didácticas	Ses	Semana	Unidades didácticas	Ses	Semana	Unidades didácticas
	Planificación da CF			Hockey a patíns en liña			Voleibol II
	Baloncesto II			Acrosport II			Carreira de Orientación
				Xogos e Dxtes Pelota II			Atletismo II
							Actitude Postural II
<b>TOTAL: sesiones (*)</b>			<b>TOTAL: sesiones</b>			<b>TOTAL: sesiones</b>	

**F.- RELACIÓN DE ASPECTOS CURRICULARES PARA CADA UNIDADE DIDÁCTICA POR CURSO:**

U.D. QUENTAMENTO (2º ESO) / Nº 1 – 1º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV	EV
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%								
							PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA RÚBRICA: PROBA P.								
1	1	1.1.1.	✓ EFB1.1.1. Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	100	5		80	20									X	
		1.1.2.	✓ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	100	5		80	20									X	
		1.1.3.	✓ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente.	100	5				80	20				X	X	X		
1	5	1.5.1.	✓ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	20	5	X				X	X							
		1.5.2.	- EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	20	5	X				X	X							
3	8	3.2.1.	✓ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5				80	20				X	X	X		
		3.2.2.	✓ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20										
		3.2.3.	✓ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5				80	20				X	X	X		
		3.2.4.	- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X				X	X							
3	7	3.1.1.	✓ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X				X	X							
		3.1.4.	✓ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	100	5		80	20									X	
		3.1.6.	- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5		80	20									X	
1	4	1.4.1.	✓ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20									X	
		1.4.3.	- EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5				80	20				X	X	X		
1	3	1.3.1.	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	20	5	X				X	X							
		1.3.2.	✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5				80	20				X	X	X		
		1.3.3.	- EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5				80	20				X	X	X		
1	2	1.2.1.	✓ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5				80	20				X	X	X		
		1.2.2.	✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5				80	20				X	X	X		
		1.2.3.	- EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5				80	20				X	X	X		

U.D. CONDICIÓN FÍSICA E SAÚDE (2º ESO) / Nº 2 – 1º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
							PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
1	1	1.1.1.	✓ EFB1.1.1. Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	100	5		80	20									X	
		1.1.2.	✓ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	100	5		80	20									X	
		1.1.3.	✓ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente.	100	5				80	20				X	X	X		
1	5	1.5.1.	✓ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	20	5	X					X	X						
		1.5.2.	- EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	20	5	X					X	X						
3	8	3.2.1.	✓ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5				80	20					X	X	X	
		3.2.2.	✓ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordos ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20										
		3.2.3.	✓ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5				80	20				X	X	X		
		3.2.4.	- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X					X	X						
3	7	3.1.1.	✓ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X					X	X						
		3.1.4.	✓ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	100	5		80	20									X	
		3.1.6.	- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5		80	20									X	
1	4	1.4.1.	✓ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20									X	
		1.4.3.	- EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5				80	20				X	X	X		
1	3	1.3.1.	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	20	5	X					X	X						
		1.3.2.	✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5				80	20					X	X	X	
		1.3.3.	- EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5				80	20				X	X	X		
1	2	1.2.1.	✓ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5				80	20				X	X	X		
		1.2.2.	✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5				80	20				X	X	X		
		1.2.3.	- EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5				80	20				X	X	X		



U.D. BALONCESTO I (2º ESO) / Nº 3 – 1º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	...	...		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
								PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
4	10	CAA CSIEE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</li> <li>- EFB4.2.2. Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</li> <li>- EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</li> <li>- EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> </ul>	100	5		80	20									X		
3	8	CAA CSIEE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> <li>- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordos ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> <li>- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> <li>- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.</li> </ul>	100	5			80	20					X	X	X			
3	7	CMCCT	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> <li>- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.</li> <li>- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.</li> <li>- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</li> </ul>	20	5	X					X	X							
1	4	CSC CSIEE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</li> <li>✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.</li> </ul>	100	5		80	20									X		
1	3	CSC	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.</li> <li>✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.</li> </ul>	20	5	X				X	X								
1	2	CSC	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</li> <li>✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.</li> <li>✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</li> </ul>	100	5			80	20					X	X	X			

U.D. XIMNASIA MODERNA (2º ESO) / Nº 4 – 2º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	...	...		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%								
								PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA RÚBRICA: PROBA P.								
4	9	4.1.1. 4.1.2. 4.1.3. 4.1.4.	CAA CSIEE	- EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas. - EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado. - EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados. - EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	100 100 20 100	5 5 5 5		80 80 X 80	20 20 20 20									X X X X	
3	8	3.2.1. 3.2.2. 3.2.3. 3.2.4.	CAA CSIEE	- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento. - EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades. - EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións. - EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	100 100 100 20	5 5 5 5		80 80 80 X	20 20 20 X									X X X X	
3	7	3.1.1. 3.1.2. 3.1.4. 3.1.6.	CMCCT	- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo. - EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde. - EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física. - EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	20 100 100 100	5 5 5 5	X X 80 X			X X X X	X X							X X X	
1	4	1.4.1. 1.4.2. 1.4.3.	CSC CSIEE	- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. ✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno. ✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100 20 100	5 5 5		80 X 80	20 20 20		X X							X X X	
1	3	1.3.1. 1.3.2. 1.3.3.	CSC	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade. ✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valórao como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas. ✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	20 100 100	5 5 5	X 80 80				X X							X X X	
1	2	1.2.1. 1.2.2. 1.2.3.	CSC	✓ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a. ✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos. ✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100 100 100	5 5 5		80 80 80	20 20 20									X X X	

TEMPORALIZACIÓN		Identif. Estándares Competencias Clave		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES		CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS										
						Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V		
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%										
								PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA RÚBRICA: PROBA P.										
4	10	CAA CSIEE	4.2.1.	- EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	100	5		80	20									X			
			4.2.2.	- EFB4.2.2. Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	100	5		80	20											X	
			4.2.3.	- EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	100	5		80	20												X
			4.2.4.	- EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	20	5	X					X	X								
3	8	CAA CSIEE	3.2.1.	- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5			80	20				X	X						
			3.2.2.	- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordos ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20											X	
			3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5			80	20				X	X	X					
			3.2.4.	- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X					X	X								
3	7	CMCCT	3.1.1.	- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X					X	X								
			3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	100	5	X					X	X								
			3.1.4.	- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	100	5		80	20											X	
			3.1.6.	- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5	X					X	X								
1	4	CSC CSIEE	1.4.1.	- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20										X		
			1.4.2.	✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	20	5	X					X	X								
			1.4.3.	✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5				80	20					X	X	X			
1	3	CSC	1.3.1.	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.	20	5	X					X	X								
			1.3.2.	✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5				80	20					X	X	X			
			1.3.3.	✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5				80	20					X	X	X			
1	2	CSC	1.2.1.	✓ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5			80	20				X	X	X					
			1.2.2.	✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5				80	20					X	X	X			
			1.2.3.	✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5				80	20					X	X	X			

U.D. SENDEIRISMO (2º ESO) / Nº 6 – 2º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS										
	...	...		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%								
								PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA								
4	9	4.1.1.	CAA CSIEE	- EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.	100	5		80	20									X	
		4.1.2.		- EFB4.1.2. Autoavalía a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.	100	5		80	20									X	
		4.1.3.		- EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.	100	5		80	20									X	
		4.1.4.		- EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.	100	5		80	20									X	
3	8	3.2.1.	CAA CSIEE	- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5			80	20				X	X	X			
		3.2.2.		- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20									X	
		3.2.3.		- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5			80	20				X	X	X			
		3.2.4.		- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X				X	X							
3	7	3.1.1.	CMCCT	- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X				X	X							
		3.1.2.		- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	100	5	X				X	X							
		3.1.4.		- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	100	5		80	20									X	
		3.1.6.		- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5	X				X	X							
1	4	1.4.1.	CSC CSIEE	- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20									X	
		1.4.2.		✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	20	5	X				X	X							
		1.4.3.		✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5			80	20					X	X	X		
1	3	1.3.1.	CSC	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.	20	5	X				X	X							
		1.3.2.		✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5			80	20				X	X	X			
		1.3.3.		✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5			80	20				X	X	X			
1	2	1.2.1.	CSC	✓ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5			80	20				X	X	X			
		1.2.2.		✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5			80	20				X	X	X			
		1.2.3.		✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5			80	20				X	X	X			

TEMPORALIZACIÓN		Identif. Estándares Competencias Clave		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES		CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
						Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V	
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%										
								PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.									
4	10	CAA CSIEE	4.2.1.	- EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	100	5		80	20								X			
			4.2.2.	- EFB4.2.2. Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	100	5		80	20										X	
			4.2.3.	- EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	100	5		80	20											X
			4.2.4.	- EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	20	5	X					X	X							
3	8	CAA CSIEE	3.2.1.	- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5			80	20				X	X					
			3.2.2.	- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordos ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20										X	
			3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5			80	20				X	X	X				
			3.2.4.	- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X					X	X							
3	7	CMCCT	3.1.1.	- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X					X	X							
			3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	100	5	X					X	X							
			3.1.4.	- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	100	5		80	20										X	
			3.1.6.	- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5	X					X	X							
1	4	CSC CSIEE	1.4.1.	- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20									X		
			1.4.2.	✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	20	5	X					X	X							
			1.4.3.	✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5				80	20				X	X	X			
1	3	CSC	1.3.1.	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.	20	5	X					X	X							
			1.3.2.	✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5				80	20				X	X	X			
			1.3.3.	✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5				80	20				X	X	X			
1	2	CSC	1.2.1.	✓ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5				80	20			X	X	X				
			1.2.2.	✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5				80	20			X	X	X				
			1.2.3.	✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5				80	20			X	X	X				

U.D. DRAMATIZACIÓN E RITMO (2º ESO) / Nº 8 – 3º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS										
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V		
							TEORÍA 20%		PRÁCTICA 40%										ACTITUDE 40%	
							PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA									RÚBRICA: PROBA P.	
2	6	CCEC	2.1.1.	- EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.	100	5		80	20								X			
			2.1.2.	- EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo prefixado de baixa dificultade.	100	5		80	20									X		
			2.1.3.	- EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeiras.	100	5				80	20				X	X	X			
			2.1.4.	- EFB2.1.4. Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea.	100	5		80	20										X	
3	8	CAA CSIEE	3.2.1.	- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5			80	20				X	X	X				
			3.2.2.	- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20									X		
			3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5				80	20				X	X	X			
			3.2.4.	- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X					X	X							
3	7	CMCCT	3.1.1.	- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X					X	X							
			3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	100	5	X					X	X							
			3.1.4.	- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	100	5		80	20									X		
			3.1.6.	- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5	X					X	X							
1	4	CSC CSIEE	1.4.1.	- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20								X			
			1.4.2.	✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	20	5	X					X	X							
			1.4.3.	✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5				80	20				X	X	X			
1	3	CSC	1.3.1.	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.	20	5	X					X	X							
			1.3.2.	✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5				80	20				X	X	X			
			1.3.3.	✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5				80	20				X	X	X			
1	2	CSC	1.2.1.	✓ EFB1.2.1. A mostra tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5			80	20				X	X	X				
			1.2.2.	✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5				80	20				X	X	X			
			1.2.3.	✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5				80	20				X	X	X			

TEMPORALIZACIÓN				ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
					Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				CL	EOE	CA	TIC	EMP	EC	PV	EV		
							TEORÍA 20%		PRÁCTICA 40%										ACTITUDE 40%	
							PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA									RÚBRICA: PROBA P.	
1	1	1.1.1.	CSC CMCCT CAA	✓ EFB1.1.1. Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.	100	5		80	20								X			
		1.1.2.		✓ EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	100	5		80	20									X		
		1.1.3.		✓ EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente.	100	5				80	20				X	X	X			
1	5	1.5.1.	CD CCL	✓ EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.	20	5	X				X	X								
		1.5.2.		- EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas viventes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	20	5	X				X	X								
3	8	3.2.1.	CAA CSIEE	✓ EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5			80	20				X	X	X				
		3.2.2.		✓ EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20											
		3.2.3.		✓ EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5				80	20				X	X	X			
		3.2.4.		- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X					X	X							
3	7	3.1.1.	CMCCT CSC	✓ EFB3.1.1. Analiza a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X				X	X								
		3.1.4.		✓ EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.	100	5		80	20								X			
		3.1.6.		- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5		80	20									X		
1	4	1.4.1.	CSIEE CSC	✓ EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20								X			
		1.4.3.		- EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5				80	20				X	X	X			
1	3	1.3.1.	CSC	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas.	20	5	X				X	X								
		1.3.2.		✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5				80	20				X	X	X			
		1.3.3.		- EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5				80	20				X	X	X			
1	2	1.2.1.	CSC	✓ EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5				80	20			X	X	X				
		1.2.2.		✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5				80	20				X	X	X			
		1.2.3.		- EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5				80	20				X	X	X			

TEMPORALIZACIÓN			ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS											
Curso	Semestre	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V			
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%											
							PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA RÚBRICA: PROBA P.											
4	10		CAA CSIEE	- EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	100	5		80	20									X			
				- EFB4.2.2. Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.	100	5		80	20											X	
				- EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cómpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.	100	5		80	20												X
				- EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	20	5	X						X	X							
3	8		CAA CSIEE	- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	100	5			80	20				X	X						
				- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordos ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.	100	5		80	20											X	
				- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.	100	5			80	20						X	X	X			
				- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.	20	5	X						X	X							
3	7		CMCCT	- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.	20	5	X						X	X							
				- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.	100	5	X						X	X							
				- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora dos principais factores da condición física.	100	5		80	20											X	
				- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.	100	5	X						X	X							
1	4		CSC CSIEE	- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.	100	5		80	20									X			
				✓ EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.	20	5	X						X	X							
				✓ EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.	100	5			80	20						X	X	X			
1	3		CSC	✓ EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.	20	5	X					X	X								
				✓ EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.	100	5			80	20					X	X	X				
				✓ EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.	100	5			80	20					X	X	X				
1	2		CSC	✓ EFB1.2.1. Aмосa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.	100	5			80	20				X	X	X					
				✓ EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.	100	5			80	20					X	X	X				
				✓ EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.	100	5			80	20					X	X	X				



U.D. PLANIFICACIÓN DA CONDICIÓ N FÍSICA (4º ESO) / Nº 1 – 1º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
							PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
1	1	1.1.1.	CSIEE	- EFB1.1.1. Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.	20	5	X					X	X					
	1.1.2.	- EFB1.1.2. Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.		100	5		80	20									X	
	1.1.3.	- EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.		100	5			80	20					X	X	X		
1	6	1.6.1.	CD CCL	- EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recur-sos tecnolóxicos.	20	5	X				X	X						
	1.6.2.	- EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para aprofundar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.		20	5	X				X	X							
3	9	3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20				X	X	X		
	3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.		100	5		80	20										
	3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.		100	5			80	20					X	X	X		
	3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoa coa saúde.		20	5	X					X	X						
3	8	3.1.1.	CMCCT CSC	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X				X	X						
	3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.		20	5	X					X	X						
	3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.		20	5	X					X	X						
	3.1.4.	- EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.		100	5			80	20					X	X	X		
1	4	1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20								X	
	1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.		20	5	X				X	X							
1	3	1.3.1.	CSC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20				X	X	X		
	1.3.3.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.		100	5			80	20					X	X	X		
1	2	1.2.2.	CSC	- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	100	5			80	20				X	X	X		
	1.2.3.	- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.		100	5			80	20					X	X	X		

U.D. BALONCESTO II (4º ESO) / Nº 2 – 1º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION				ELEMENTOS TRANSVERSAIS										
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%								
							PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA RÚBRICA: PROBA P.								
4	1	1	CAA CSIEE	100	5		80	20									X	
		4.2.3.	- EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con cont-nuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	100	5		80	20									X	
		4.2.4.	- EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	20	5	X				X	X							
		4.2.5.	- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.	20	5	X				X	X							
		4.2.6.	- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	100	5		80	20					X	X				
3	9	3.2.1.	CMCCT	100	5			80	20					X	X	X		
		3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	20	5	X				X	X							
		3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e	20	5	X				X	X							
		3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	20	5	X				X	X							
3	8	3.1.1.	CMCCT	20	5	X				X	X							
		3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	20	5	X				X	X							
		3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	20	5	X				X	X							
1	4	1.4.1.	CSIEE	100	5		80	20									X	
		1.4.2.	- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	20	5	X				X	X							
		1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	20	5	X				X	X							
1	3	1.3.1.	CSC CCEC	100	5			80	20					X	X	X		
		1.3.2.	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20					X	X	X		
		1.3.3.	- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	100	5			80	20					X	X	X		
		1.2.1.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100	5			80	20					X	X	X		
1	2	1.2.1.	CSC	100	5		80	20					X	X	X			
		1.2.2.	- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100	5		80	20					X	X	X			
		1.2.3.	- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais foise coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	20	5	X				X	X							
		1.2.3.	- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.															

U.D. HOCKEY A PATINS EN LIÑA (4º ESO) / Nº 3 – 2º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS												
	Unidade	Semana		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V		
								TEORÍA 20%		PRÁCTICA 40%										ACTITUDE 40%	
								PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA									RÚBRICA: PROBA P.	
4	1	1	4.2.3.	- EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con cont-nuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	100	5		80	20									X			
			4.2.4.	- EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situa-cións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.	100	5		80	20										X		
			4.2.5.	- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práct-ca das actividades e reconece os procesos que es-tán implicados nelas.	20	5	X					X	X								
			4.2.6.	- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solu-cións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	20	5	X					X	X								
3	9		3.2.1.	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capaci-dades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20					X	X	X				
			3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	100	5		80	20												
			3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e	20	5	X					X	X								
			3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relaciónándoas coa saúde.	20	5	X					X	X								
3	8		3.1.1.	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as carac-terísticas que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que propor-cionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X						X	X							
			3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provo-cados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	20	5	X					X	X								
			3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	20	5	X					X	X								
1	4		1.4.1.	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20									X			
			1.4.2.	- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	20	5	X					X	X								
			1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben se-guirse ante as lesións, os accidentes ou as situa-cións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	20	5	X					X	X								
1	3		1.3.1.	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de com-petencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20				X	X	X					
			1.3.2.	- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemen-to persoal, e para a relación coas demais persoas.	100	5			80	20					X	X	X				
			1.3.3.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos compor-tamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100	5			80	20					X	X	X				
1	2		1.2.1.	- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100	5			80	20				X	X	X					
			1.2.2.	- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fo-se coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	100	5			80	20					X	X	X				
			1.2.3.	- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utiliza-ción de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	20	5	X					X	X								

U.D. ACROSPORT II (4º ESO) / Nº 4 – 2º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS										
	Sem.	Mes		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V	
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%										
								PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.									
4	10		4.1.1.	CAA CSIEE	- EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.	100	5		80	20								X		
			4.1.2.		- EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	100	5		80	20										X
	11		4.2.5.		- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.	20	5	X				X	X							
			4.2.6.		- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	20	5	X				X	X							
3	9		3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20				X	X	X			
			3.2.2.		- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	100	5		80	20										
			3.2.3.		- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e	20	5	X				X	X							
			3.2.4.		- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	20	5	X				X	X							
3	8		3.1.1.	CMCCT	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X				X	X							
			3.1.2.		- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	20	5	X				X	X							
			3.1.3.		- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	20	5	X				X	X							
1	4		1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20								X		
			1.4.2.		- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	20	5	X				X	X							
			1.4.3.		- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	20	5	X				X	X							
1	3		1.3.1.	CSC CCEC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20			X	X	X				
			1.3.2.		- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	100	5			80	20			X	X	X				
			1.3.3.		- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100	5			80	20			X	X	X				
1	2		1.2.1.	CSC	- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100	5			80	20			X	X	X				
			1.2.2.		- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	100	5			80	20			X	X	X				
			1.2.3.		- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	20	5	X				X	X							

U.D. XOGOS E DEPORTES DE PELOTA II (4º ESO) / Nº 5 – 2º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	C	I		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
								PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
4	1	1	4.2.1.	CAA CSIEE	- EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.	100	5		80	20								X	
4.2.2.	- EFB4.2.2. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.	100	5			80	20										X		
4.2.5.	- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.	20	5		X					X	X								
4.2.6.	- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	20	5		X					X	X								
3	9		3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20				X	X	X		
3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	100	5			80	20												
3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e	20	5		X					X	X								
3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	20	5		X					X	X								
3	8		3.1.1.	CMCCT	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X					X	X					
3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	20	5		X					X	X								
3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	20	5		X					X	X								
1	4		1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20								X	
1.4.2.	- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	20	5		X					X	X								
1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	20	5		X					X	X								
1	3		1.3.1.	CSC CCEC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20				X	X	X		
1.3.2.	- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	100	5				80	20					X	X	X				
1.3.3.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100	5				80	20					X	X	X				
1	2		1.2.1.	CSC	- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100	5			80	20				X	X	X		
1.2.2.	- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	100	5				80	20					X	X	X				
1.2.3.	- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	20	5		X					X	X								

U.D. VOLEIBOL II (4º ESO) / N° 6 – 3º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS										
	...	...		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%		ACTITUDE 40%								
								PROBA ESCRITA		RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA								
4	1	1	4.2.3.	CAA CSIEE	- EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con cont-nuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.	100	5		80	20								X	
		4.2.4.	- EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.		100	5		80	20									X	
		4.2.5.	- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.		20	5	X					X	X						
		4.2.6.	- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.		20	5	X					X	X						
3	9		3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20				X	X			
		3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.		100	5		80	20										
		3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e		20	5	X					X	X						
		3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.		20	5	X					X	X						
3	8		3.1.1.	CMCCT	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X					X	X					
		3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.		20	5	X					X	X						
		3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.		20	5	X					X	X						
1	4		1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20								X	
		1.4.2.	- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.		20	5	X					X	X						
		1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.		20	5	X					X	X						
1	3		1.3.1.	CSC CCEC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20				X	X	X		
		1.3.2.	- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.		100	5				80	20				X	X	X		
		1.3.3.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.		100	5				80	20				X	X	X		
1	2		1.2.1.	CSC	- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100	5			80	20				X	X	X		
		1.2.2.	- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.		100	5				80	20				X	X	X		
		1.2.3.	- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.		20	5	X					X	X						

U.D. CARREIRA DE ORIENTACIÓN (4º ESO) / Nº 7 – 3º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	C	I		Identif. Estándares	Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
								TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
								PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
4	10	4.1.3.	CAA CSIEE	- EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.	100	5		80	20									X	
	4.2.4.	- EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.		100	5		80	20										X	
11	4.2.5.	- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.		20	5	X					X	X							
	4.2.6.	- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.		20	5	X					X	X							
3	9	3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20					X	X	X		
	3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.		100	5		80	20											
	3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e		20	5	X					X	X							
	3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.		20	5	X					X	X							
3	8	3.1.1.	CMCCT	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X					X	X						
	3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.		20	5	X					X	X							
	3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.		20	5	X					X	X							
1	4	1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20									X	
	1.4.2.	- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.		20	5	X					X	X							
	1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.		20	5	X					X	X							
1	3	1.3.1.	CSC CCEC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20					X	X	X		
	1.3.2.	- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.		100	5			80	20					X	X	X			
	1.3.3.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.		100	5			80	20					X	X	X			
4	12	4.3.1.	CSC	- EFB4.3.1. Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.	20	5	X				X	X							
	4.3.2.	- EFB4.3.2. Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.		20	5	X					X	X							
	4.3.3.	- EFB4.3.3. Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.		100	5			80	20					X	X	X			

U.D. ATLETISMO II (4º ESO) / N° 8 – 3º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION						ELEMENTOS TRANSVERSAIS								
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
							PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
4	10	4.1.1.	CAA CSIEE	- EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.	100	5		80	20								X	
		4.1.2.		- EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeiras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.	100	5		80	20									X
	11	4.2.5.		- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.	20	5	X				X	X						
		4.2.6.		- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.	20	5	X				X	X						
3	9	3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20				X	X	X		
		3.2.2.		- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.	100	5		80	20									
		3.2.3.		- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade e	20	5	X				X	X						
		3.2.4.		- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.	20	5	X				X	X						
3	8	3.1.1.	CMCCT	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X				X	X						
		3.1.2.		- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.	20	5	X				X	X						
		3.1.3.		- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.	20	5	X				X	X						
1	4	1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20								X	
		1.4.2.		- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.	20	5	X				X	X						
		1.4.3.		- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.	20	5	X				X	X						
1	3	1.3.1.	CSC CCEC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20			X	X	X			
		1.3.2.		- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.	100	5			80	20			X	X	X			
		1.3.3.		- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.	100	5			80	20			X	X	X			
1	2	1.2.1.	CSC	- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.	100	5			80	20			X	X	X			
		1.2.2.		- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	100	5			80	20			X	X	X			
		1.2.3.		- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.	20	5	X				X	X						



U.D. ACTITUDE POSTURAL II (4º ESO) / Nº 9 – 3º TRIMESTRE	TEMPORALIZACIÓN		ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE AVALIABLES	CRITERIOS DE CUALIFICACION E INSTRUMENTOS DE AVALIACION					ELEMENTOS TRANSVERSAIS									
	...	Identif. Estándares		Competencias Clave	Grao min consec (%)	Peso cualific (%)	INSTRUMENTOS				C L	E O E	C A	T I C	E M P	E C	P V	E V
							TEORÍA 20%	PRÁCTICA 40%	ACTITUDE 40%									
							PROBA ESCRITA	RÚBRICA: PROBA P.	TRABALLO NA	RÚBRICA: PROBA P.								
1	1	1.1.1.	CSIEE	- EFB1.1.1. Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.	20	5	X					X	X					
	1.1.2.	- EFB1.1.2. Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.		100	5		80	20									X	
	1.1.3.	- EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.		100	5				80	20					X	X	X	
1	6	1.6.1.	CD CCL	- EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recur-sos tecnolóxicos.	20	5	X				X	X						
	1.6.2.	- EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para aprofundar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.		20	5	X					X	X						
3	9	3.2.1.	CMCCT	- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.	100	5			80	20				X	X	X		
	3.2.2.	- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.		100	5		80	20										
	3.2.3.	- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado ás súas posibilidades.		100	5				80	20				X	X	X		
	3.2.4.	- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoa coa saúde.		20	5	X					X	X						
3	8	3.1.1.	CMCCT CSC	- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.	20	5	X				X	X						
	3.1.2.	- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.		20	5	X					X	X						
	3.1.3.	- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.		20	5	X					X	X						
	3.1.4.	- EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.		100	5				80	20				X	X	X		
1	4	1.4.1.	CSIEE	- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.	100	5		80	20								X	
	1.4.3.	- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.		20	5	X					X	X						
1	3	1.3.1.	CSC	- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.	100	5			80	20				X	X	X		
	1.3.3.	- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.		100	5				80	20				X	X	X		
1	2	1.2.2.	CSC	- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.	100	5			80	20				X	X	X		
	1.2.3.	- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.		100	5				80	20				X	X	X		

## G.- CONTRIBUCIÓN AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE:

CONTRIBUCION AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE.- 2º ESO	
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.</li> <li>- EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>- EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</li> <li>- EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> <li>- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> <li>- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.</li> <li>- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</li> <li>- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.1.1. Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados</li> <li>- EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.</li> <li>- EFB1.1.3. Prepara e pon en práctica actividades para a mellora das habilidades motoras en función das propias dificultades, baixo a dirección do/da docente.</li> <li>- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> <li>- EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde.</li> <li>- EFB3.1.3. Relaciona as adaptacións orgánicas principais coa actividade física sistemática, así como coa saúde e os riscos e as contraindicacións da práctica deportiva</li> <li>- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.</li> <li>- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.</li> <li>- EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> <li>- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> <li>- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> <li>- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.</li> <li>- EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e habilidades específicas adaptadas, respectando as regras e as normas establecidas.</li> <li>- EFB4.1.2. Autoavalúa a súa execución de xeito básico con respecto ao modelo técnico formulado.</li> <li>- EFB4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.</li> <li>- EFB4.1.4. Mellora o seu nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto ao seu nivel de partida, amosando actitudes de esforzo e superación.</li> <li>- EFB4.1.5. Explica e pon en práctica técnicas de progresión nos contornos non estables e técnicas básicas de orientación, regulando o esforzo en función das súas posibilidades.</li> <li>- EFB4.2.1. Adapta os fundamentos técnicos e tácticos para obter vantaxe na práctica das actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</li> <li>- EFB4.2.2. Describe simplifadamente e pon en práctica de xeito autónomo aspectos de organización de ataque e de defensa nas actividades físico-deportivas de oposición ou de colaboración-oposición facilitadas.</li> <li>- EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que cumpre ter en conta na toma de decisións nas situacións de colaboración, oposición e colaboración-oposición facilitadas, para obter vantaxe ou cumprir o obxectivo da acción.</li> <li>- EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resoltas valorando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.2.1. Amosa tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.</li> <li>- EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respectando as achegas das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo as súas responsabilidades para a consecución dos obxectivos.</li> <li>- EFB1.2.3. Respecta as demais persoas dentro do labor de equipo, con independencia do nivel de destreza.</li> <li>- EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o contorno para a realización de actividades físico-deportivas axeitadas a súa idade.</li> <li>- EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.</li> <li>- EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual.</li> <li>- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</li> <li>- EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>- EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.</li> <li>- EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.</li> <li>- EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente ás marxes de mellora de diferentes factores da condición física.</li> <li>- EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas.</li> <li>- EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de emerxencia e de protección do contorno.</li> <li>- EFB1.4.3. Adopta as medidas preventivas e de seguridade propias das actividades desenvolvidas durante o ciclo, tendo especial coidado con aquelas que se realizan nun contorno non estable.</li> <li>- EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.</li> <li>- EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades.</li> <li>- EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.</li> <li>- EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, de forma creativa, combinando espazo, tempo e intensidade.</li> <li>- EFB2.1.2. Crea e pon en práctica unha secuencia de movementos corporais axustados a un ritmo pre-fixo de baixa dificultade.</li> <li>- EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización de bailes e danzas sinxelas, adaptando a súa execución á dos seus compañeiros e das súas compañeras.</li> <li>- EFB2.1.4. Realiza improvisacións de xeito individual como medio de comunicación espontánea.</li> </ul>

## CONTRIBUCION AO DESENVOLVEMENTO DAS COMPETENCIAS CLAVE.- 4º ESO

1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.1.1. Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.</li> <li>- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.</li> <li>- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.</li> <li>- EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> <li>- EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</li> <li>- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</li> <li>- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.</li> <li>- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</li> <li>- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade.</li> <li>- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</li> <li>- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.</li> <li>- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</li> <li>- EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.</li> <li>- EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.</li> <li>- EFB3.2.2. Practica de forma regular, sistemática e autónoma actividades físicas co fin de mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.</li> <li>- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade.</li> <li>- EFB3.2.4. Valora a súa aptitude física nas súas dimensións anatómica, fisiolóxica e motriz, relacionándoas coa saúde.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.</li> <li>- EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB2.1.1. Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.</li> <li>- EFB2.1.2. Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.</li> <li>- EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.</li> <li>- EFB3.2.3. Aplica os procedementos para integrar nos programas de actividade física a mellora das capacidades físicas básicas, cunha orientación saudable e nun nivel adecuado á súa posibilidade.</li> <li>- EFB4.1.1. Axusta a realización das habilidades específicas aos requisitos técnicos nas situacións motrices individuais, preservando a súa seguridade e tendo en conta as súas propias características.</li> <li>- EFB4.1.2. Axusta a realización das habilidades específicas aos condicionantes xerados polos compañeiros e as compañeras, e as persoas adversarias, nas situacións colectivas.</li> <li>- EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.</li> <li>- EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.</li> <li>- EFB4.2.2. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.</li> <li>- EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.</li> <li>- EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</li> <li>- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.</li> <li>- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.2.1. Asume as funcións encomendadas na organización de actividades grupais.</li> <li>- EFB1.2.2. Verifica que a súa colaboración na planificación e posta en práctica de actividades grupais fose coordinada coas accións do resto das persoas implicadas.</li> <li>- EFB1.2.3. Presenta propostas creativas de utilización de materiais e de planificación para utilizalos na súa práctica de maneira autónoma.</li> <li>- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.</li> <li>- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.</li> <li>- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</li> <li>- EFB1.5.1. Fundamenta os seus puntos de vista ou as súas achegas nos traballos de grupo, e admite a posibilidade de cambio fronte a outros argumentos válidos.</li> <li>- EFB1.5.2. Valora e reforza as achegas enriquecedoras dos compañeiros e das compañeras nos traballos en grupo.</li> <li>- EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.</li> <li>- EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.</li> <li>- EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.</li> <li>- EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.</li> <li>- EFB4.3.1. Compara os efectos das actividades físicas e deportivas no contorno en relación coa forma de vida nel.</li> <li>- EFB4.3.2. Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde e a calidade de vida.</li> <li>- EFB4.3.3. Demostra hábitos e actitudes de conservación e protección ambiental.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.1.1. Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.</li> <li>- EFB1.1.2. Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.</li> <li>- EFB1.1.3. Realiza exercicios ou actividades nas fases inicial e final de algunha sesión, de xeito autónomo, acorde co seu nivel de competencia motriz.</li> <li>- EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.</li> <li>- EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.</li> <li>- EFB1.4.3. Describe os protocolos que deben seguirse ante as lesións, os accidentes ou as situacións de emerxencia máis frecuentes producidas durante a práctica de actividades físico-deportivas.</li> <li>- EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.</li> <li>- EFB4.1.3. Adapta as técnicas de progresión ou desprazamento aos cambios do medio, priorizando a súa seguridade persoal e colectiva.</li> <li>- EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.</li> <li>- EFB4.2.2. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.</li> <li>- EFB4.2.3. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de colaboración-oposición, intercambiando os papeis con continuidade e perseguindo o obxectivo colectivo de obter situacións vantaxosas sobre o equipo contrario.</li> <li>- EFB4.2.4. Aplica solucións variadas ante as situacións formuladas e valorar as súas posibilidades de éxito, en relación con outras situacións.</li> <li>- EFB4.2.5. Xustifica as decisións tomadas na práctica das actividades e reconece os procesos que están implicados nelas.</li> <li>- EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.</li> <li>- EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.</li> <li>- EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.</li> <li>- EFB2.1.1. Elabora composicións de carácter artístico-expresivo, seleccionando os elementos de execución e as técnicas máis apropiadas para o obxectivo previsto, incidindo especialmente na creatividade e na desinhibición.</li> <li>- EFB2.1.2. Axusta as súas accións á intencionalidade das montaxes artístico-expresivas, combinando os compoñentes espaciais, temporais e, de ser o caso, de interacción coas demais persoas.</li> <li>- EFB2.1.3. Colabora no deseño e na realización das montaxes artístico-expresivas, achegando e aceptando propostas.</li> </ul>

## **H.- CONCRECIÓNS METODOLOXICAS QUE REQUIRE A MATERIA:**

### **H.1.- METODOLOXÍA BÁSICA**

Gustaríanos recalcar que os estilos non directivos son de gran axuda para os alumnos, pero debemos ter en conta os condicionantes de espacio ou número de alumnos por grupo, pero sobre todo de tempo, á hora de poder levalos a cabo.

**Novidades por Covid-19:** como é sabido, a normativa educativa vixente prescribe o reforzo de todos aqueles contidos non tratados no curso anterior. Sobre este aspecto, convén aclarar que a normativa sanitaria prohíbe o emprego de todo tipo de materiais de uso colectivo, incluíndo por suposto, o material deportivo implicado precisamente, no desenvolvemento dos contidos que nos vemos obrigados a reforzar obedecendo á normativa educativa.

En concreto, estamos a falar de que nos vemos impossibilitados a reforzar as habilidades sociomotrices porque non podemos empregar os materiais propios para elo, como son todo tipo de materiais deportivos utilizados nestas actividades, sobre todo nos deportes colectivos.

En consecuencia, vémonos na obriga de pospoñer o reforzo destes contidos ata que a normativa sanitaria o permita.

### **H.2.- ACTIVIDADES NAS QUE NOS BASEAREMOS**

Ao ser esta unha materia de marcado carácter práctico, as actividades que viran en torno aos contidos procedimentais serán as de maior peso específico. Aínda que, atendendo aos tres tipos de contidos levaremos a cabo actividades que os abarquen a todos:

- Explicacións de tipo teórico nas que o profesor ou profesora explicará aos alumnos os fundamentos conceptuais en torno aos que vira cada sesión. Para nós é moi importante que os alumnos comprendan a fundamentación de cada sesión e non sexan meros repetidores dos exercicios que se propoñen. Nos contidos que se considere necesario pola súa importancia ou complexidade facilitaráselle aos alumnos apuntes ou outro tipo de material para facilitar a súa aprendizaxe.
- Continuando con o apartado anterior, os alumnos, segundo as distintas unidades didácticas, buscarán activamente información, ben sexa en xornais, libros ou en internet.
- Exercicios de tipo práctico nos que se incluírán unha gran batería de xogos e tarefas xogadas, intentando motivar o máis posible a cada alumno, así como exercicios analíticos e progresións que faciliten a aprendizaxe das técnicas motrices.
- Mini-competicións cuxo obxectivo sexa aplicar o aprendido en cada sesión e colaborar cos compañeiros no desenvolvemento da actividade. É importante destacar que a competición ten un alto contido educativo a condición de que o obxectivo de gañar non sexa nin o primeiro nin o único.

### H.3.- ESTRUCTURA DAS SESIONS:

Debido á propia natureza da materia, as nosas sesións han de lograr que os alumnos asimilen os contidos propostos ao mesmo tempo que realicen unha práctica física correcta. Así pois, respectando o anterior, a estrutura básica das sesións será a seguinte:

- A. Explicación teórica por parte do profesor ou profesora:** Nesta parte indícanse os obxectivos pretendidos para a sesión e explícanse os contidos conceptuais pertinentes.
- B. Quecemento:** Posta a punto para a realización do exercicio físico tendo en conta a actividade posterior que se levará a cabo.
- C. Parte principal:** Parte da sesión na que se traballa de forma máis intensa e buscando o logro dos obxectivos propostos.
- D. Volta á calma:** Nesta parte báixase a intensidade da sesión e aproveítase tamén para comentar o desenvolvemento da mesma e ata aclarar cuestións que os alumnos estimen oportunas.
- E. Hixiene:** Ducha ou aseo persoal básico e cambio de roupa, logo da práctica.

### H.4.- NORMATIVA DE ASISTENCIA E PARTICIPACIÓN DO ALUMNADO:

O pouco tempo e o carácter altamente práctico da materia lévanos a considerar a asistencia e a práctica do alumnado como básica. A non participación por motivos de “Faltas de asistencia” ou “Falta de práctica” na sesión sen xustificar implicará unha valoración negativa na Cualificación do alumnado.

### H.5.- NORMATIVA SOBRE O ALUMNADO QUE NON REALIZA A PRÁCTICA:

É relativamente frecuente atoparnos con alumnos que, por diversas circunstancias non poden realizar a parte práctica da sesión. Obviamente, isto non os dispensa de asistir ás sesións e participar nas actividades que poidan. Os alumnos con enfermidade ou lesión que asistan a clase pero non poidan realizar a práctica deberán entregar o xustificante por escrito do seu pai/nai ou titor no mesmo día, se fose algo previsible, ou no prazo dunha semana, no caso de tratarse de circunstancias xurdidas ese día. Ata ese momento considerárase a falta de práctica sen xustificar. Aceptárense estes xustificantes paternos para unha semana, a partir dese tempo deberá ser un médico o que certifique o seu estado, o tempo aproximado que deberá permanecer sen exercitarse e no caso de ser posible que recomendase algunhas tarefas de recuperación, rehabilitación a realizar en clase.

No Departamento de Educación Física cremos que é necesario que estes alumnos sexan parte activa das clases e non meros observadores. Así pois, estimamos conveniente que aproveiten as sesións do mesmo xeito que os demais aínda que sexa dunha forma diferente. Para iso estes alumnos deberán anotar nunha folla (modelo “Ficha de observación da sesión”, que axuntamos no anexo I) o que sucede en cada sesión, indicando os contidos conceptuais que se explican e as tarefas que se levan a cabo; Tamén poderán realizar tarefas de lectura comprensiva relacionadas con contidos propios da materia.

Se a enfermidade ou lesión ten unha duración superior a 2 semanas (4 horas), deberase adaptar o sistema de avaliación e cualificación do alumno.

## **H.6.- NORMATIVA BÁSICA DE EQUIPAMENTO PERSOAL DO ALUMNADO:**

Neste aspecto, establécense unhas normas con o obxectivo de desenvolver e favorecer a hixiene individual e colectiva, e coidar a seguridade do alumnado na práctica da actividade física:

- Camiseta deportiva.
- Pantalón curto de deporte e/ou de chándal.
- Calcetíns de deporte.
- Calzado deportivo: non se permiten botas de montaña nin calzado con unha adoite de máis de 3 cm. (plataformas) así como calzado frouxo ou mal atado por cuestións de seguridade, todo iso para evitar lesións nos pés e nocellos e evitar accidentes. A limpeza das adóitelas do calzado ao entrar na instalación será esixida por cuestións de hixiene e seguridade.
- Non se permitirá o uso de pezas que non sexan deportivas (camisas, pantalóns vaqueiros ou de tea, cazadoras...) que poidan limitar os movementos, causar lesións (rozamentos, falta de circulación...) ou minguar a hixiene (non absorción da suor...).
- Poderase recomendar ao alumnado a utilización de vestimenta específica no desenvolvemento dos temas relacionados con a expresión corporal ou as actividades na natureza.
- Por medidas de hixiene persoal e colectiva, o alumnado deberá asearse logo da práctica. Non se poderá asistir á clase seguinte no centro con a vestimenta deportiva utilizada na clase de educación física (polo menos terán que cambiarse a camiseta). Esixirase o aseo básico e o cambio da camiseta, e recomendarase o resto.
- Non se permitirá mascar chicle durante as clases.
- Así mesmo, o profesor ou profesora valorará se certos complementos de moda, tipo pearcings, aneis, pendentes, etc., que sexan visibles, poden supoñer un perigo para o alumno/a e/ou compañeiros. Nese caso, os seus usuarios terán que retiralos.
- Considerarase “falta de material” cando se incumpra parcial ou totalmente o exposto nos puntos anteriores. Por suposto non practicará a sesión, supoñendo polo tanto “falta de práctica” sen posibilidade de ser xustificada.

## **H.7.- APORTACIÓNS AO PLAN LECTOR DO CENTRO**

O plan lector céntrase na lectura como unha das competencias básicas que contribúen o desenrolo persoal e social do alumno. Non se debe esquecer a estreita relación que, neste sentido, existe entre ler e outros procesos intelectuais complexos e complementarios como escribir, falar e escoitar que posibilitan o desenrolo das competencias necesarias para a adquisición das aprendizaxes. Dende esta perspectiva, as reflexións, os contidos e as actuacións que se expoñen no plan lector deben ser entendidos como propostas e procedementos integrados nos prantexamentos didácticos e metodolóxicos, necesarios para o desenrolo das habilidades, estratexias, coñecementos, aptitudes e destrezas que unha persoa ha de adquirir para o seu desenrolo persoal e social.

Ler enténdese como un acto de comunicación, durante o cal dialogamos ou interactuamos co texto escrito para construír o noso propio sentido do mesmo. Así pois, ler é un proceso intelectual complexo durante o cal nos situamos como receptores activos

do que o autor quixo comunicar. Somos receptores activos porque para comprender a mensaxe do texto escrito necesitamos poñer en marcha tarefas mentais complexas.

Neste sentido, o proxecto PISA define a lectura como “a capacidade non só de comprender un texto senón de reflexionar sobre o mesmo a partir do razoamento persoal e as experiencias propias”. Este proxecto tamén establece que os alumnos han de ser capaces de “saber ler” un número amplo e variado de textos, entre os que inclúe os chamados “textos continuos” (textos narrativos, expositivos, descritivos, argumentativos / persuasivos, prescritivos / mandatarios) e “textos descontinuos”, que presentan a información cunha organización diferente a dos anteriores (cadros/gráficos, táboas, diagramas, mapas, listas, formularios, anuncios). E isto ha de ser así porque na vida cotiá atopámonos con esta variedade de tipos de texto e non só cos “textos continuos” que son os que, fundamentalmente, se traballan nos centros educativos.

Tendo isto en conta, dende este Departamento propóranse actividades para traballar os dous tipos de textos, tanto de forma individual como de forma conxunta.

Á hora de propor as actividades, hai que ter en conta que o texto escrito non di o mesmo para tódolos lectores, senón que cada cal reinterpreta o sentido do mesmo; en primeiro lugar, dende o seu coñecemento, vivencias e experiencia, hasta o punto que nin sequera un mesmo texto di o mesmo para un lector que o lee en momentos diferentes. En segundo lugar, dependendo do tipo de proceso lector que sexamos capaces de poñer en marcha, o texto escrito diranos máis ou menos; é dicir, canto máis poida aportar o lector ó texto, máis rico será este.

Así pois, o desenrolo da competencia lectora é un proceso que leva asociado o de outras competencias, como son a comunicativa e a literaria, as habilidades que encerran estas e a capacidade de poñer en marcha e controlar as actividades, estratexias ou procedementos mentais, implicados no proceso da lectura, que van dende a activación dos coñecementos previos que o lector ten en relación co que vai a ler e a atribución de sentido tendo en conta o coñecemento cultural que posúe, hasta a integración do que lee nos seus esquemas de coñecemento e a reestruturación dos mesmos. A lectura é, pois, un proceso interactivo entre lector e texto que esixe a implicación activa daquel mediante a interacción de diversas habilidades.

Este enfoque comprensivo da lectura esixe un traballo progresivo e continuado. Dende este Departamento, tratando de ensinar estratexias de comprensión lectora, traballárase con todo tipo de textos: literarios, expositivos, xornalísticos, publicitarios, gráficos; tanto en soporte impreso como electrónico.

Entre as estratexias mentais que o alumno tería que levar a cabo para desenrolar a competencia lectora dende un punta de vista comprensivo, pódense citar as seguintes:

- Elaboración de obxectivos de lectura.
- Activación de coñecementos previos.
- Anticipación de contidos (elaboración de hipóteses).
- Lectura interactiva (ler, reler, avanzar, retroceder).
- Construción progresiva de significado (información xeral, datos, ...).
- Verificación e reformulación de hipóteses.

- Identificación e corrección de problemas e erros de lectura.
- Recapitulación do lido (imaxe global do texto).
- Resumo ou idea principal.
- Elaboración de esquemas para organizar a información.
- Identificación do principal e do accesorio.
- Identificación da estrutura do texto.
- Avaliación da comprensión.
- Relación do lido con outros temas ou coñecementos.
- Opinión e comentario, falar e escribir sobre o texto.
- Utilización do lido para fins particulares, sociais, académicos, laborais.

O seguimento e avaliación do plan lector levarase a cabo de forma continuada, tratando de ir corrixindo e axustando os aspectos nos que xurdiron máis dificultades. Para a avaliación dos aspectos relacionados co hábito lector teranse en conta os índices de lectura, a capacidade do alumno para avanzar na súa competencia lectora e literaria tentado enfrontarse a textos cada vez máis complexos, actitude diante da lectura.

Por último cabe dicir, que para conseguir o que se propón neste plan lector é necesario que entre todos, comunidade educativa e ambiente familiar, sexamos capaces de crear un clima lector que propicie o desenvolvemento das competencias literarias.

### **H.8.- PLAN DE INTEGRACIÓN DAS TICs:**

O desenvolvemento continuo e crecente das Tecnoloxías da Información e a Comunicación (TIC) está producindo transformacións nas formas de producir, vivir e comunicar. Estamos nunha nova Sociedade da Información e do Coñecemento, na que as TIC, están producindo transformacións na sociedade das que xa é imposible permanecer á marxe.

A implantación das TIC en todos os ámbitos da sociedade vai en aumento, de tal maneira que ninguén pode nin debe quedar á marxe das posibilidades e potencialidades que estes recursos nos ofrecen. O uso xeneralizado das TIC na educación contribúe en gran medida a conseguir a plena implantación de Sociedade da Información.

A aplicación das TIC ó traballo da aula convertese en peza cruce na educación e formación do alumno. A súa importancia social e o lugar preferente que ocupan xa na vida dos alumnos, fai que deban estar presentes nos centros educativos, de maneira que aqueles adquiren os coñecementos e habilidades necesarias para abordar con garantía de éxito a súa utilización nas contornas de aprendizaxe, familiares e de lecer.

Trátase de que o alumno acade unha competencia dixital. Esta competencia consiste en dispoñer de habilidades para buscar, obter, procesar e comunicar información, para transformala en coñecemento. Incorpora diferentes habilidades, que van desde o acceso á información ata a súa transmisión en distintos soportes unha vez tratada, incluíndo a utilización das TIC como elemento esencial para informarse, aprender e comunicarse.



## **I.- RECURSOS E MATERIAIS DIDÁCTICOS:**

Os principais recursos e materiais que utilizaremos no área de Educación Física son:

- RECURSOS HUMANOS:
  - O alumno/a e a súa experiencia (motricidade, expresión, creatividade).
  - O profesor e as súas explicacións e / ou exemplificacións.
  
- INSTALACIÓNS:
  - O aula.
  - O ximnasio.
  - As pistas polideportivas exteriores.
  - Os espacios abertos do recinto escolar.
  
- MATERIAL DIDÁCTICO:
  - Convencional:
    - O caderno de E.F do alumno.
    - Aula Virtual do Centro e E-Dixgal
    - Apuntes e fichas elaborados polos profesores do departamento.
    - Ordenador portátil e canón.
    - Posters ilustrativos.
    - Material deportivo diverso especificado no inventario de material do departamento.
  
  - Non convencional:
    - Material específico de deportes alternativos, expresión corporal e actividades na natureza.
    - Materiais reciclados e autoconstruídos polos propios alumnos.
    - Material audiovisual: cintas de música e de vídeo, cámara de vídeo, televisión e vídeo, equipo de música.

## **J.- AVALIACIÓN:**

### **J.1.- AVALIACIÓN INICIAL E MEDIDAS INDIVIDUAIS E COLECTIVAS A ADOPTAR:**

A avaliación inicial realízase para adecuar as ensinanzas da materia ao alumno e facilitar así o proceso de ensinanza aprendizaxe. Tamén permitirá avaliar o coñecemento do centro escolar por parte dos alumnos do primeiro curso e os alumnos novos. Terase en conta:

- grado de maduración do alumno,
- dominio de contidos,
- forma de aprender a aprender (habilidades e destrezas),
- grado de integración social, entre outras.

En función do nivel do curso faranse diferentes test que permitirán recabar información do alumnado adecuando as estratexias de ensinanza aos mesmos.

AVALIACIÓN INICIAL		
FUNCIONES		
	Coñecemento do alumno	Adecuación da materia ao alumno
<b>Rasgos a Comprobar</b>	Grao de maduración	Significatividade
	Dominio de contidos	Dificultade
	Forma de aprender	Complexidade
	Grao integración social	
INSTRUMENTOS		
<b>Sabe</b> (Conceptos)	Cuestionarios Test	
<b>Sabe Facer</b> (Procedementos)	Probas de Execución	
<b>Sabe Ser</b> (Actitudes)		
ACCIÓNS A REALIZAR		
<b>Na aula</b>	Adaptación de medidas metodolóxicas ordinarias Adaptación de recursos materiais e espaciais Reforzo ACI	
<b>No centro</b>	Coordinación co titor/a Coordinación co Dto de orientación Coordinación co grupo de profesores de nivel	
<b>Fóra do centro</b>	Comunicación coas familias a través do titor/a	

## J.2.- AVALIACIÓN CONTINUA: PLANS DE TRABAJO

Tendo en conta a propia materia e a avaliación CONTINUA establecida para a ESO, o noso departamento, en aras de propoñer unha nota final acorde e xusta con todo o alumnado, determina establecer a seguinte condición para aqueles alumnos que suspendan unha avaliación: *“Todo **alumno con algunha avaliación suspensa** terá obrigatoriamente que presentar unha serie de actividades complementarias, establecidas polo profesor ou profesora da materia en caso de que teña intención de aprobar o curso. As actividades deberán presentarse correctamente realizadas e no prazo de tempo esixido. De non ser así, o alumno non poderá aprobar a materia de Educación Física na convocatoria de Xuño”*

## J.3.- MÍNIMOS EXIXÍBLES PARA UNHA AVALIACIÓN POSITIVA

- Dominar o quecemento xeral e específico adecuados ás actividades desenvoladas, e dos sistemas de adestramento das capacidades físicas relacionadas coa saúde
- Desenvolgar unha superación persoal respecto á propia condición física
- Analizar os efectos duradeiros, beneficiosos para a saúde, do traballo das capacidades físicas e a súa influencia no organismo

- Dominar os fundamentos regulamentarios, técnicos e tácticos en situacións de xogo, das modalidades deportivas desenroladas.
- Participar, con independencia do nivel acadado, en actividades deportivas

<b>CENTRO: IES PEDRA DA AGUIA</b>	
<b>CURSO: 2º ESO</b>	
<b>MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles</b>	
<b>Criterio de avaliación</b>	<b>Estándar de aprendizaxe</b>
B1.1. Desenvolver actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, en relación coas súas características.	EFB1.1.1.Recoñece a estrutura dunha sesión de actividade física coa intensidade dos esforzos realizados.
B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno.	EFB1.3.1. Coñece as posibilidades que ofrece o seu contorno para a realización de actividades físico-deportivas
B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, analizando as características destas e as interaccións motoras que levan consigo, e adoptando medidas preventivas e de seguridade no seu desenvolvemento.	EFB1.3.2. Respecta o contorno e valóralo como un lugar común para a realización de actividades físico-deportivas.
B1.5. Utilizar as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, analizar e seleccionar información salientable, elaborando documentos propios, e facendo exposicións e argumentacións destes.	EFB1.3.3. Analiza criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de lecer, a actividade física e o deporte no contexto social actual. EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco para si mesmo/a ou para as demais persoas. EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.), como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.
B3.1. Recoñecer os factores que interveñen na acción motora e os mecanismos de control da intensidade da actividade física, aplicándoos á propia práctica, en relación coa saúde e a alimentación.	EFB3.1.1. Analiza de xeito básico a implicación das capacidades físicas e as coordinativas nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas traballadas no ciclo.
B3.2. Desenvolver as capacidades físicas de acordo coas posibilidades persoais e dentro das marxes da saúde, amosando unha actitude de autoexigencia no seu esforzo.	EFB3.1.2. Relaciona diferentes tipos de actividade física e alimentación co seu impacto na súa saúde. EFB3.1.3 Identifica de xeito básico as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e leválas á práctica. EFB3.1.6. Identifica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, adoptando unha actitude crítica fronte ás prácticas que teñen efectos negativos para a saúde. EFB3.2.4. Analiza a importancia da práctica habitual de actividade física para a mellora da propia condición física saudable, relacionando o efecto desta práctica coa mellora da calidade de vida.
B4.2. Resolver situacións motoras de oposición, colaboración ou colaboración-oposición, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.	EFB 4.1.3. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados.

colectivas, con actitudes de tolerancia e deportividade.

- Solucionar os problemas de decisión xurdidos nas prácticas a través de habilidades específicas .
- Diseñar e practicar actividades rítmicas cunha base musical
- Dominar as técnicas básicas de orientación natural e artificial
- Afianzar os hábitos de hixiene persoal tra-la práctica deportiva
- Coñecer as técnicas básicas de relaxación.



**CENTRO: IES PEDRA DA AGUIA**  
**CURSO: 4º ESO**  
**MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA**

**1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles**

<b>Criterio de avaliación</b>	<b>Estándar de aprendizaxe</b>
B1.1. Diseñar e realizar as fases de activación e recuperación na práctica de actividade física considerando a intensidade dos esforzos.	EFB1.1.1. Analiza a actividade física principal da sesión para establecer as características que deben ter as fases de activación e de volta á calma.
B1.6. Utilizar eficazmente as tecnoloxías da información e da comunicación no proceso de aprendizaxe, para procurar, seleccionar e valorar informacións relacionadas cos contidos do curso, comunicando os resultados e as conclusións no soporte máis adecuado.	EFB1.1.2. Selecciona os exercicios ou as tarefas de activación e de volta á calma dunha sesión, atendendo á intensidade ou á dificultade das tarefas da parte principal.
	EFB1.3.1. Valora as actuacións e as intervencións das persoas participantes nas actividades, recoñecendo os méritos e respectando os niveis de competencia motriz, e outras diferenzas.
	EFB1.3.2. Valora as actividades físicas distinguindo as achegas que cada unha ten desde o punto de vista cultural, para a satisfacción e o enriquecemento persoal, e para a relación coas demais persoas.
	EFB1.3.3. Mantén unha actitude crítica cos comportamentos antideportivos, tanto desde o papel de participante como desde o de espectador/a.
	EFB1.4.1. Verifica as condicións de práctica segura usando convenientemente o equipamento persoal, e os materiais e os espazos de práctica.
	EFB1.4.2. Identifica as lesións máis frecuentes derivadas da práctica de actividade física.
	EFB1.6.1. Procura, procesa e analiza criticamente informacións actuais sobre temáticas vinculadas á actividade física e a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.
	EFB1.6.2. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para afondar sobre contidos do curso, realizando valoracións críticas e argumentando as súas conclusións.
	EFB1.6.3. Comunica e comparte información e ideas nos soportes e nos contornos apropiados.
B3.1. Argumentar a relación entre os hábitos de vida e os seus efectos sobre a condición física, aplicando os coñecementos sobre actividade física e saúde.	EFB3.1.1. Demostra coñecementos sobre as características que deben cumprir as actividades físicas cun enfoque saudable e os beneficios que proporcionan á saúde individual e colectiva.
	EFB3.1.2. Relaciona exercicios de tonificación e flexibilización coa compensación dos efectos provocados polas actitudes posturais inadecuadas máis frecuentes.
	EFB3.1.3. Relaciona hábitos como o sedentarismo ou o consumo de tabaco e de bebidas alcohólicas cos seus efectos na condición física e a saúde.
	EFB3.1.4. Valora as necesidades de alimentos e de hidratación para a realización de diferentes tipos de actividade física.
B4.2. Resolver situacións motrices de oposición, colaboración ou colaboración-oposición nas actividades físico-deportivas propostas, tomando a decisión máis eficaz en función dos obxectivos.	EFB3.2.1. Valora o grao de implicación das capacidades físicas na realización dos tipos de actividade física.
	EFB4.2.1. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de oposición, contrarrestando ou anticipándose ás accións da persoa adversaria.
	EFB4.2.2. Aplica de xeito oportuno e eficaz as estratexias específicas das actividades de cooperación, axustando as accións motrices aos factores presentes e ás intervencións do resto de participantes.
	EFB4.2.6. Argumenta estratexias ou posibles solucións para resolver problemas motores, valorando as características de cada participante e os factores presentes no contorno.
	EFB4.3.2. Relaciona as actividades físicas na natureza coa saúde.

## J.4.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN E PROMOCIÓN DO ALUMNO

Debido ás características específicas desta materia, o apartado procedimental suma unha alta porcentaxe da nota final. É importante destacar que os alumnos inicialmente parten xa dunha nota, que poderán subir ou baixar, segundo o seu traballo e esforzo. Cremos que desta forma contribuímos a unha maior motivación cara á materia, ao mesmo tempo que ofrecemos aos alumnos con máis dificultades na materia uns obxectivos alcanzables.

Para rematar, independentemente do nivel ou etapa no que se imparta a materia, a avaliación é sempre CONTINUA aínda que veremos que as actividades complementarias xogan un papel fundamental cando un alumno ou alumna suspende unha avaliación (pretendemos desta forma evitar que traballando nun só trimestre pódase aprobar a materia).

Acontinuación detállase polo miúdo, cómo serán os criterios de cualificación.

### J.4.1.- SISTEMÁTICA DA AVALIACIÓN NA ESO

#### 1) CONTIDOS ACTITUDINALES:

Suporán o **40% da nota final de cada avaliación**. Dentro destes criterios valoraremos:

- a) **PUNTUALIDADE.**
- b) **TRABALLO, ESFORZO, INTERESE, ATENCIÓN, CONCENTRACIÓN...**
- c) **HIXIENE DIARIA:** Os alumnos deberán cambiar como mínimo a camiseta logo de cada sesión (recomendable un pequeno aseo).
- d) **ROUPA E CALZADO ADECUADO PARA A PRÁCTICA DA ACTIVIDADE FÍSICA:**
  - Os alumnos deberán traer obrigatoriamente roupa deportiva apropiada.
  - O calzado deberá ser o adecuado para a práctica deportiva e deberá estar **CORRECTAMENTE ATADO**.
  - Todo o equipamento persoal carecerá de compoñentes perigosos (partes moi duras ou metálicas, ausencia de partes cortantes ou abrasivas, etc).
- e) **ASPECTOS RELATIVOS Á SEGURIDADE:** Tanto do propio alumno/a como dos seus compañeiros. Serán sancionados coa baixada da nota ou con medidas disciplinarias os seguintes comportamentos:
  - Comportamento perigoso, irrespectuoso, agresivo, etc... facendo perigar a propia integridade ou a dos compañeiros.
  - Participar con roupa excesivamente floxa que comprometa a mobilidade do usuario, e o por tanto, a súa seguridade.
  - Comer chicle en clase.
  - Participar nas prácticas con elementos que obstaculicen o campo de visión propio (como pelo indebidamente asegurado, gorras, etc)
  - Utilizar o material de forma perigosa facendo perigar a propia integridade ou a dos compañeiros.
  - Así mesmo, o profesor ou profesora valorará se certos complementos de moda, tipo pearcings, aneis, pendentes, etc., que sexan visibles, poden

supoñer un perigo para o alumno/a e/ou compañeiros. Nese caso, os seus usuarios terán que retiralos.

## 2) CONTIDOS CONCEPTUAIS

Suporán o **20% da nota final de cada avaliación**. Dentro deste apartado teremos en conta:

- a) **PROBAS TEÓRICAS:** Farase como mínimo unha por avaliación, ben mediante o chamado “exame escrito” o ben mediante cuestionario de Aula Virtual.
- b) **PREGUNTAS ALEATORIAS EN CLASE:** O profesor ou profesora poderá formular preguntas en clase.
- c) **TRABALLOS COMPLEMENTARIOS:** Traballos que o profesor poida estimar adecuados en función do desenvolvemento dos contidos a tratar en cada avaliación.

*O abandono neste apartado por parte do alumno ( incluíndo Non terse presentado a un exame e non presentar o Traballo Complementario solicitado por tales circunstancias ou NON ter presentado a totalidade das actividades da Aula Virtual solicitada) suporá **suspenso** no trimestre correspondente e/ou no remate do curso.*

*O alumno deberá obter unha nota igual ou superior a 4 neste apartado para que se teña en conta na nota media de cada trimestre e/ou no remate do curso.*

*Todos os alumnos e alumnas que non poidan realizar a práctica en cada avaliación **durante 8 sesións** , deberán aterse unicamente a este apartado para a obtención da nota da avaliación. A non realización da práctica, en todo caso, deberá estar acompañada dun **XUSTIFICANTE MÉDICO**.*

## 3) CONTIDOS PROCEDIMENTAIS:

Supoñen o **40% da nota final de cada avaliación**. Valorarase mediante:

- a) **REALIZACIÓN DAS TAREFAS ESIXIDAS** durante as clases.
- b) **APLICACIÓN CORRECTA DA PARTE TEÓRICA:** O profesor/a explicará na parte teórica unha serie de contidos que os alumnos han de ser quen de levarlos á práctica correctamente
- c) **PROBAS DE TIPO PRÁCTICO:** Que se realizarán ou non, en función de cada unidade didáctica. Neste caso pedirase a execución correcta dunha serie de tarefas ou exercicios.

## Avaliación e cualificación

<b>Avaliación:</b>	<b>Procedementos:</b> Avaliación obxectiva no seguimento das actividades propostas por medio da Aula Virtual do Centro.
	<b>Instrumentos:</b> Diversas Probas por medio da Aula Virtual do Centro.
<b>Cualificación final:</b>	<p><b>Procedemento para obter a cualificación final do curso:</b> Media aritmética das cualificacións obtidas ata ese momento, incrementándose ata en un punto a cualificación final do trimestre/final de curso, ao alumnado que realice exitosamente <b>todas as actividades</b> propostas na Aula Virtual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Cunha avaliación suspensa:</u> poden chegar a unha cualificación de aprobado en xuño cumprindo o anterior.</li> <li>• <u>Con dúas avaliacións suspensas:</u> normalmente son casos de alumnado que abandonou o centro, pero de calquer caso, teríasele en conta o traballo realizado con vistas á convocatoria de setembro.</li> </ul>
<b>Proba extraordinaria de setembro:</b>	<p><b>Criterios de Avaliación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sendo <b>Presencial</b>.- os recollidos na Programación</li> <li>• Sendo <b>Non Presencial</b>.- Os mesmos que en xuño e recollidos neste documento.</li> </ul>
	<p><b>Criterios de Cualificación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sendo <b>Presencial</b>.- os recollidos na Programación</li> <li>• Sendo <b>Non Presencial</b>.- Os mesmos que en xuño e recollidos neste documento.</li> </ul>
	<p><b>Procedementos e instrumentos de avaliación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sendo posible a avaliación <b>Presencial</b>.- avaliación subxectiva das probas de execución motora de tipo psicomotriz de habilidades específicas deportivas e de condición física; ademais de avaliación obxectiva de proba teórica tipo “exame escrito”.</li> <li>• Véndonos obrigados á avaliación <b>Non Presencial</b>.- avaliación obxectiva na execución de probas por medio da Aula Virtual do Centro.</li> </ul>



## **J.5.- CUALIFICACIÓN FINAL DA MATERIA:**

- a) Un alumno que aprobe todas as avaliacións nunca poderá obter unha cualificación inferior á súa media aritmética:**
- Se as notas parciais van aumentando obterá a cualificación da última avaliación.
  - Se as notas parciais van descendendo ou son iguais obterá a media aritmética obtida da suma das tres avaliacións.
- b) Un alumno con unha avaliación suspensa que presentou as actividades de recuperación correctamente:**
- Obterá a súa nota da media aritmética de cada avaliación, sendo o cinco a nota da avaliación suspensa.
- c) Un alumno con dúas ou máis avaliacións suspensas que presentara correctamente as actividades de recuperación e que ademais presenta unha correcta actitude cara á materia (non ten negativos nos apartados actitudinal e procedimental)**
- O departamento establecerá unha proba individualizada (teórica e/ou práctica), sendo a nota máxima final que poida obter de seis.
  - Nos casos que se considere oportunos establecerase unha proba conxuntamente con o Departamento de Educación Física e o de Orientación.
- d) Os alumnos que teñan dúas ou máis avaliacións suspensas cuxa actitude cara á materia sexa negativa:**
- Terán a cualificación de Insuficiente na convocatoria de Xuño.
- e) Os alumnos que obteñan a cualificación de insuficiente na convocatoria de Xuño, deberán en Setembro:**
- Presentar correctamente as actividades complementarias.
  - Ademais terán de presentarse a unha proba individualizada (teórica e/ou práctica) establecida polo departamento para tal efecto, sendo a nota máxima final que poida obter de cinco.
- f) Os alumnos con a educación física pendente de cursos anteriores:**
- Actuarán conforme o sinalado no seguinte apartado.

## **J.6.- MATERIA PENDENTE:**

**(organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación)**

Os alumnos terán dúas formas de aprobar a materia pendente:

- Convocatoria extraordinaria de Maio para alumnos con asignaturas pendentes de cursos anteriores. Deberán aterse ao especificado no apartado anterior (E) nas datas e prazos especificados pola xefatura do centro para a avaliación de pendentes.
- Programa de reforzo dirixido polo profesor que lle da clase de EF no curso actual no que se lle irán pedindo diferentes tarefas de recuperación das unidades didácticas programadas para o curso que ten suspenso.

## J.7.- TITULACIÓN DOS ALUMNOS EN 4º DE E.S.O.

Polo que respecta a titulación dos alumnos de 4º da ESO, o Departamento de Educación Física votará en contra da obtención da titulación (con 1, 2 ou excepcionalmente con 3 materias suspensas en 4º curso), cando se den algunha destas circunstancias:

- **Abandono** dalgunha materia do curso ou pendentes de cursos anteriores, sempre e cando quedase constatado por escrito no boletín de cualificacións e así se lle fixera saber aos pais por parte do titor ao longo do curso e cando non haxa melloría en Setembro.
- Deixar exames ou **probos finais en branco**.
- **A non presentación ás probas extraordinarias** e/ou a non entrega de traballos requeridos, se é o caso. Non se seguirá esta norma cando a ausencia ou a non presentación se deban a unha causa médica ou circunstancia persoal de carácter excepcional.

## J.8.- CONSTANCIA DA INFORMACIÓN AO ALUMNADO:

O alumnado será avisado dos obxectivos, contidos e criterios de avaliación ao comezo de cada trimestre de forma oral. Igualmente habilitarase un espazo específico onde colgar en formato escrito dita información no taboleiro de anuncios da aula. Ao mesmo tempo, os alumnos contarán con esta información no seu poder permanente, ao ser detalladas no dossier de apuntamentos elaborados por este departamento e que deberán adquirir ao principio de cada curso.

## J.9.- AVALIACIÓN DA PROPIA PROGRAMACIÓN E INDICADORES DE LOGRO

### J.9.1.-AVALIACIÓN DO PROFESOR:

Mediante PROCEDEMENTOS de auto-observación e **cuestionarios** a cubrir polos alumnos ao remate da 1ª e 3ª avaliacións, poderase valorar as seguintes variables:

- claridade nas explicacións,
- interaccións profesor-alumno,
- control do grupo,
- motivación suscitada,
- organización e desenrolo das actividades,
- coñecemento da materia, características persoais,
- técnicas e procedementos de ensinanza.

### J.9.2.- AVALIACIÓN DO PROCESO DIDÁCTICO:

Mediante PROCEDEMENTOS como o uso de **escalas de clasificación** e valoracións entre os membros do departamento (neste caso unipersoal):

- ¿Correcta relación profesor-grupo?
- ¿Consecución de obxectivos propostos?
- ¿Correcto prantexamento didáctico?
- ¿Metodoloxía adecuada a obxectivos e contidos?
- ¿Adeuada significatividade lóxica e psicolóxica?
- ¿Producíronse situacións de aprendizaxe coherentes, ben estruturadas?

- ¿Obtivéronse resultados adecuados para a diversidade de niveis?
- ¿Correcta atención ós alumn@s con necesidades de apoio educativo?
- ¿Congruencia entre a programación e o seu desenvolvemento práctico?

### **J.9.3.- MECANISMOS DE REVISIÓN, AVALIACIÓN E MODIFICACIÓN DA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA:**

Unha vez desenvolvida a Programación Didáctica, os compoñentes do departamento valorarán a seu desenvolvemento. Empregarase un instrumento de valoración no que se observan criterios como:

- **Adecuación** (ao alumno e contexto),
- **Validez** (ao currículo),
- **Viabilidade** (consecución)
- **Utilidade** (coherencia).

Finalmente, redactarase unha **MEMORIA FINAL** que reflicta as conclusións obtidas e que serán consideradas para realizar a **PROPOSTA DE MELLORA** da Programación Didáctica do curso seguinte.

A tal fin, empregaríase a seguinte rúbrica como instrumento de valoración:

PROFESOR					DATA	
VALORACIÓN (B- ben/ R- regular / M- mal)		B	R	M	Cambio que se propón	
<b>C R I T E R I O S</b>	<b>ADECUACION</b>	Ao contexto				
		Aos alumnos				
	<b>VALIDEZ</b>	Dos obxectivos				
		Contidos y temporalización				
		Actividades Comp/Extraescolares				
		Criterios, instrumentos de Avaliación				
		Metodolóxicas e Didácticas				
		Dos recursos empregados				
		Atención á Diversidade				
	<b>VIABILIDADE</b>	Grao de execución				
		Cumprimento da PD				
	<b>UTILIDADE</b>	Coherencia para a sua aplicación				
		Facilita a práctica docente				

## **K.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE:**

Consciente de que o proceso de ensino e aprendizaxe será un éxito na medida en intervir axustándonos ao modo peculiar de aprendizaxe que teña o alumnado ( analítico/sintético, impulsivo/reflexivo ), a súa capacidade de aprender e as súas motivacións diferentes , tomar as medidas que buscan un ensino individualizado, van variar dende as adaptacións para facilitar o acceso ao currículo, ata as seguintes:

### **K.1.- MEDIDAS DE ATENCIÓN NON SIÑIFICATIVAS** (Reforzos, afectando elementos non prescritivos)

En relación á opcionalidade e a Organización dos contidos:

- Declinando-se polo tratamento máis profundo dalgúns contidos en detrimento doutros, dependendo das características, preferencias e necesidades do alumnado.

En relación á metodoloxía:

- Para adaptar a linguaxe ao nivel de comprensión do / as alumnos / as.
- Recurrir a varias estratexias de ensino: verbal, visual, manual;
- División en secuencias de movementos;
- Tempo axeitado entre explicación e execución.
- Variar o tipo de coñecemento da execución e resultados (-feed backs).
- Simplificar as percepcións: traxectorias, velocidades, tamaños, texturas, alturas, distancias, posturas corporais e orientación e reducir medos.
- Simplificación de execucións: camiñar en vez de correr; cambiar a posición do / as xogadores / as; Reducir a distancia e movemento para lanzar ou recibir.

Respecto das actividades de ensino - aprendizaxe:

- Motivar ao alumno / a para o tipo específico de actividades.
- Buscar actividades alternativas con diferentes graos de dificultade e niveis de rendemento; con regras adaptadas; con roles diferentes; actividades de libre elección.
- Variar as execucións: modificando os materiais, bjectivos, espazos, participantes e as súas relacións, as regras de xogo, os tempos e modos de intervención.

En relación a materiais de ensino:

- Variar o ambiente de aprendizaxe: Variación dos grupos e espazos;
- Utilizando material que permite a creatividade;
- Eliminar as fontes de distracción.

Respecto agrupación flexible:

- Variar os agrupamentos: grupos de nivel ou parellas para a execución das tarefas centradas no mecanismo de execución; variar os grupos para actividades máis creativas e actividades en gran grupo para as execucións individuais.

### En relación a casos específicos cos que contamos:

- Para os alumnos **Hiperativos**: precisa tempos de atención curtos, que realice moitas veces pouco traballo mellor que moito dunha soa vez, centrar a recuperación naqueles aspectos específicos que cambiou e que comprobe esta mellora.
- Para os alumnos con **Asma** (leve) e alumno epiléptico (a tratamento) evitarlle os grandes contrastes de intensidade no esforzo para dotarlles progresivamente de autonomía e auto-control.
- Para o alumno con **Escoliose**: proporlle traballo simétrico propoñendo actividades de reforzo (conciencia, flexibilidade e fortalecemento).
- Para os alumnos con **Retraso Madurativo e Síndrome de Asperger**: tempos curtos de atención, instrucións simples e breves, execución simples reducindo os aspectos perceptivos e de execución motriz.
- Para o alumno con **Deficiencia Auditiva**: falarlle de fronte e coidando a mecánica da fala, utilización de xestos específicos previamente convidos con él, simplificación da información nas tarefas, grupos reducidos de traballo.

### **K.2.- MEDIDAS DE ATENCIÓN SIÑIFICATIVAS:**

Afectan a elementos prescritivos do currículo, partindo do nivel de competencia curricular do estudante e tenderán a que éste acade os obxectivos xerais da etapa. Abranguen ao alumnado con necesidades educativas especiais e aqueles outros que posúan un historial escolar e social que lles impida adquirir novos contidos. Neste sentido, contamos cun alumno cunha **ACI** que se detalla como **ANEXO** deste documento.

### **L.- CONCRECIÓN DOS ELEMENTOS TRANSVERSAIS:**

Neste deseño curricular pretendese incluír un compoñente ético que se adapte ás novas condicións sociais co fin de dar sentido ao resto dos coñecementos presentados na materia. Nesta liña haberá un tratamento dos elementos educativos básicos ou temas transversais en cada unha das accións do proceso educativo que levemos a cabo. Relacionando cada Bloque de Contidos con cada Elemento Transversal, o tratamento destes quedaría concretado así:

<b>BLOQUES DE CONTIDOS</b>	<b>ELEMENTOS TRANSVERSAIS</b>
Contidos Comúns	Educación cívica
	Emprendemento
Actividades físicas artístico-expresivas	Comunicación Audiovisual
	Tecnoloxías de información e da comunicación
Actividades físicas e saúde	Comprensión lectora
	Expresión oral e escrita
Os xogos e Actividades deportivas	Emprendemento
	Educación cívica
	Prevención da violencia
	Educación e seguridade viaria

O tratamento de cada elemento transversal concretarase en cada caso, coas especificacións que se detallan a continuación.

### **L.1.- ELEMENTOS TRANSVERSAIS RELACIONADOS COA COMUNICACIÓN E A EXPRESIÓN ORAL, ESCRITA E O USO DAS TECNOLOXÍAS DA COMUNICACIÓN:**

Detectada unha falla de precisión extrema no emprego da terminoloxía propiamente deportiva, este departamento elaborou un dossier de apuntamentos para o alumnado, co firme propósito de contribuir a mudar esta situación. Deste xeito, no tratamento dos contidos conceptuais, facemos especial fincapé na expresión axeitada e precisa de materiais, instalacións e modalidades deportivas.

Por outra banda, o emprego das Tics facilita en grande medida, a presentación destes elementos tan variados ao tempo que se acada un maior grao de motivación e atención do alumnado de cara á asimilación destes contidos.

### **L.2.- ELEMENTOS TRANSVERSAIS RELACIONADOS COA IGUALDADE ENTRE AS PERSOAS E A FORMACIÓN CÍVICA:**

#### **A EDUCACIÓN PARA A IGUALDADE DE OPORTUNIDADES DE AMBOS SEXOS:**

Convén reflexionar sobre se coa nosa actuación docente estamos a axudar ou non á transmisión de estereotipos sexistas. Debemos promover prácticas que teñan como común denominador o trato igualitario real entre ambos os dous sexos e que respecten e valoren as experiencias, motivacións, intereses e as características de ambos os dous grupos.

As diferencias biolóxicas que existen entre os sexos non son razóns para a marxinación dun ou outro en determinadas actividades. O coñecemento mutuo que se leva a cabo nas manifestacións motrices servirá de base cara ao respecto das características de cada un.

É preciso que o/a profesor/a teña en conta algúns aspectos como:

- As experiencias previas adoitan ser distintas en alumnos e alumnas, polo que o/a profesor/a se verá obrigado/a a compensar esas desigualdades de principio.
- Nas actividades manipulativas, pola educación sexista inevitable, as alumnas teñen menos experiencia.
- É necesario incentivar ás alumnas para que solucionen os seus propios problemas.
- É preciso eliminar a linguaxe sexista. Así como as ilustracións (nos nosos textos, os debuxos e as fotografías) de manipulación, xogos ou actividades físicas deben facerse, independentemente da súa natureza, por mozos ou mozas indistintamente.
- Hai que eliminar a sensación de competitividade entre os dous sexos.
- É conveniente enfatizar sobre os éxitos e logros deportivos alcanzados por mulleres (malia a súa condición de ama de casa tradicional e con gran esforzo...).
- Confeccionar equipos mixtos para o desenvolvemento das actividades.

- Débese ter unha especial atención a que os varóns non monopolicen algunhas pistas deportivas, considerándoas patrimonio de homes.
- É importante estimular ás alumnas no manexo de máquinas e ferramentas.  
En xeral, realizar todas aquelas prácticas que eliminen a discriminación.

### A EDUCACIÓN PARA A SAÚDE E EDUCACION SEXUAL:

Este aspecto impregna boa parte dos contidos do área. Seguiremos o tratamento da saúde desde o coñecemento do propio corpo, os efectos da actividade física sistemática e os beneficios que desta derívanse.

Nestas idades nas que a diferenciación de caracteres sexuais maniféstanse de forma significativa, intentaremos contribuír a que os alumnos/as sexan conscientes dos cambios que experimentan, acéptenos con naturalidade e saiban a influencia que poden ter no seu desenvolvemento.

É evidente que o peso da Educación sexual e da Educación para a saúde cae de cheo no propio currículo do área de Educación Física. Neste aspecto incide fundamentalmente o intento de conseguir no alumnado actitudes positivas fronte ás seguintes cuestións:

- A hixiene corporal na práctica de actividades físicas: hábitos relacionados coa ducha e o aseo persoal despois de realizar exercicio físico.
- A hixiene postural: precaucións ao realizar tarefas da vida cotiá (levar a mochila, sentar, levantar pesos...).
- Relaxación e respiración: adquirir un bo hábito de respiración e desenvolver a capacidade de autorelaxarse en situacións física: rutinas de quentamento, normas de seguridade na realización de determinadas actividades físicas, coñecemento dos tratamentos de choque máis frecuentes ante posibles accidentes.
- A incidencia dos hábitos prexudiciais para a saúde na actividade física.
- A valoración e toma de conciencia da propia condición física.
- A valoración do efecto dun bos hábitos sobre a condición física e a saúde en xeral.
- O respecto das normas de prevención de accidentes na práctica da actividade física.
- A valoración dos efectos dos hábitos nocivos para a condición física e a saúde, e prevención ante os mesmos.

### A EDUCACIÓN MORAL E CÍVICA

Entendemos a oposición como unha estratexia e non como unha actitude fronte aos demais. A tolerancia e a deportividade no xogo son actitudes moi favorables para a educación para a paz. Tratarase o eixe da Educación para a paz unido á Educación moral e cívica cando se realizan actividades que levan a:

- Aceptar do nivel de aptitude motriz dos outros.
- Respetar o ritmo de progresión, así como aos logros dos compañeiros por moi insignificantes que poidan parecer.



- Controlar a agresividade en situacións de oposición e loita directa con compañeiros.
- Respetar a normativa e regulamentos dos xogos e deportes.
- Valorar mellóraa persoal e a dos demais por encima do resultado.
- Aceptar a competición cos demais como unha forma lúdica de desenvolver a actividade físico deportiva, aceptando as regras, a cooperación e a rivalidade ben entendida.
- Dispoñerse a aceptar os resultados da confrontación deportiva, sen extrapolar actitudes e conductas negativas.

Respetar aos roles de cada participante nos xogos deportivas, con maior consideración á figura do árbitro, colaborando co seu labor e sen cuestionar as súas decisións.

### A EDUCACIÓN DO CONSUMIDOR:

A actividade física estase convertendo nun ben cultural de toda a comunidade social, en torno ao cal suscítanse expectativas económicas e políticas que tratan de transformalo nun ben de consumo: marcas comerciais, instalacións, etc.

Desde esta análise podemos orientar ao alumno/a en todo o proceso. Comezando pola selección do equipo adecuado para a actividade física ordinaria:

- Valoración e coidado das instalacións e material. Dar uso polivalente ao material do que dispoñamos e transmitir que non sempre o máis caro é o mellor.
- Utilización e confección de materiais alternativos como cordas, globos, periódicos, caixas, envases..., conseguindo nos alumnos actitudes favorables cara á valoración e reciclaxe destes produtos.
- Coñecemento das características esenciais da vestimenta deportiva sendo críticos á hora de elixir sen deixarse levar por modas, marcas...
- Concienciación ante o excesivo consumo de espectáculos deportivos que se produce actualmente na nosa sociedade. (principalmente TV). Aprender a facelo sen fanatismos.

### L.3.- ELEMENTOS TRANSVERSAIS RELACIONADOS COAS ACTITUDE EMPRENDEDORAS, CREATIVIDADE E TRABALLO EN EQUIPO:

#### A EDUCACIÓN PARA A CREATIVIDADE E O TRABALLO EN EQUIPO

Co tratamento de contidos relativos á práctica de actividades deportivas e as relacionadas co ritmo e a expresión, estamos a traballar ao mesmo tempo a creatividade neste caso motriz, e o traballo en equipo para a consecución de logros comúns.

#### A EDUCACIÓN PARA O LECER

Da mesma forma que a escola prepara ao alumno para o mundo laboral, tamén debe dotalo de instrumentos axeitados para un emprego constructivo do seu tempo libre e de ocio, tendo en conta que o alumno disporá de momentos de tempo libre dentro da escola (recreos) e sobre todo fóra dela:

- Facilitar a organización de actividades, xogos e competicións en tempo de recreo (ligas de diversos deportes, partidas de xadrez, xogos tradicionais...).

- Darlle a coñecer as posibilidades que lle ofrece o seu ámbito próximo para o desenvolvemento de actividades deportivas: instalacións, clubs, actividades municipais ...
- Mostrarlles as opcións que ofrece o seu medio natural próximo: rutas de sendeirismo, clubs de vela, piragüismo, montaña...
- Descubrir e valorar as alternativas de ocio que nos ofrece o medio urbano e optar por aquelas que nos poidan proporcionar un maior disfrute persoal: circuítos de carril bici, skate, patinaxe...

#### **L.4.- ELEMENTOS TRANSVERSAIS RELACIONADOS COS DEREITOS E DEBERES INDIVIDUAIS E COLECTIVOS:**

##### A EDUCACIÓN AMBIENTAL

Nas actividades realizadas no medio natural débense desenvolver actitudes de coidado do ecosistema e de protección do mesmo. Habemos de suscitar unha actitude de participación activa na reconstrucción do ecosistema. Insistindo en temas como:

- Coñecer, valorar e respectar os espazos que nos rodean, a través das actividades no medio natural.
- Contemplan as normas básicas de protección, precaución e seguridade no desenvolvemento de actividades no medio natural.
- Valorar os recursos que brinda o medio natural para o seu goce.
- Reciclaxe de materiais de desecho, autoconstrucción de novos materiais para xogos con elementos naturais, reparación e reutilización de materiais estragados.
- Aceptar e respectar as normas de protección, precaución e seguridade no medio natural. Ser crítico coas actividades que poidan perxudicar o ecosistema.

##### A EDUCACIÓN VIARIA

O uso correcto das vías públicas esixe unha formación educativa. Este tema transversal hai que tratalo dende dous puntos de vista. Por un lado, ensinar os comportamentos e regras básicas dos conductores e peóns, e por outro, fomentar unha educación para a convivencia e solidariedade no ámbito urbano, tomando consciencia dos problemas viais e das situacións de risco que poidan presentarse (montar en bici, patinar, correr,...).

## **M.- ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES E COMPLEMENTARIAS:**

O noso departamento propón as seguintes actividades, algunhas das cales poderanse realizar conxuntamente con outros departamentos (se estes estímalo conveniente).

<b>ACTIVIDADE</b>	<b>CURSO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>Obradoiros de Balonmán:</b> Colabora Clube Balonmán Camariñas	Todos	1er trimestre
<b>Actividades motrices de animación nos tempos de lecer</b>	Todos	Todo o curso
<b>Cross escolar xogade:</b> Organizado pola S. X. Para o Deporte.	1º-2º	Decembro
<b>Gymkanas escolares:</b> Conxunto de probas multidisciplinares	Todos	Todo o curso; Colaboran todos os departamentos
<b>Camiño de Santiago:</b> Realización dun tramo deste itinerario.	2º e 3º	Todo o curso
<b>Curso de Vela.- “Bautismo no mar”</b> Escola de vela de Camariñas	Todos	3er Trimestre Colabora Concello de Camariñas
<b>Saídas pola contorna do recinto escolar:</b> Co fin de desenvolver actividades de aula.	Todos	TODO O CURSO
<b>Campeonatos de Xogos:</b> Nas instalacións do centro (recreos e lecer)	Todos	TODO O CURSO
<b>Introdución ao deporte da escalada:</b> Visita a un rocódromo con tal fin.	Todos	TODO O CURSO

## **N.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Para a elaboración desta programación, empregouse a seguinte bibliografía:

- M.E.C. (1989): Diseño Curricular Base. Educación Secundaria Obligatoria. Madrid.
- M.E.C. (1992): Secundaria Obligatoria. Educación Física. Madrid.
- XUNTA DE GALICIA (1992): Deseño Curricular Base. Educación Secundaria Obrigatoria. Educación Física. Santiago de Compostela.
- GABINETE DE ESTUDIO PARA A REFORMA EDUCATIVA (1992): Educación Secundaria Obrigatoria. Desenvolvemento Curricular. Secuencias de obxectivos e contidos. Educación Física. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Santiago de Compostela.
- M.E.C. (1993): Secundaria Obligatoria 2º ciclo. Programación Educación Física (1) na colección “Del currículo a la práctica del aula”. Madrid.
- DÍAZ LUCEA, J. (1995): El currículum de la Educación Física en la Reforma Educativa, na colección “La Educación Física en...Reforma”. Barcelona: INDE; 2ª.
- FERNÁNDEZ CALERO, G. E NAVARRO ADELANTADO, V. (1989): Diseño curricular en Educación Física. Barcelona: INDE.
- XUNTA DE GALICIA (2000): Educación Física. Programación Didáctica de Referencia. Santiago de Compostela: Taorculo.
- NOVOS CONTIDOS MÍNIMOS. DECRETO 2002.
- NOVOS CONTIDOS MÍNIMOS. DECRETO 2007

## Ñ.- ANEXOS:

### Ñ.1.- ANEXO I:

**Modelo FICHA DE OBSERVACIÓN DA SESIÓN: a cubrir por todos aqueles alumnos que NON REALICEN LA PARTE PRÁCTICA nas sesións de Educación Física**

<i>FICHA DE OBSERVACIÓN DA SESIÓN</i>	
Unidade didáctica:	
Apelidos e nome:	Curso:
Motivo polo que non realizas la práctica:	Data:
PARTE TEÓRICA ( <i>Indica qué explica o profesor/a</i> ):	
PARTE PRÁCTICA ( <i>Indica e describe as tarefas correspondentes ao quecemento, parte principal e volta á calma</i> )	

## **Ñ.2.- A.C.I. PARA O ALUMNO CON NEE:**

No presente curso está previsto inicialmente, aplicar estas medidas ao alumnado que se especifica a continuación:

- Miguel Arén Pasantes de 4º de ESO

A Ponte do Porto, a 20 de Setembro de 2022

Fdo: O profesor de Educación Física

BRUNO MONTERO RODRÍGUEZ