

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

1º ESO

CURSO ACADÉMICO 2020/2021

IES SÁNCHEZ CANTÓN

PROFESORA. PAULA FÁTIMA PICHEL GARRIDO

ÍNDICE

1. Introducción

2. Contexto.

3. Obxectivos Xerais de Etapa.

4. Concreción dos obxectivos para o curso.

4.1 Contidos.

5. Secuencia e Temporalización dos contidos.

6. Contribución ao desenvolvemento das competencias clave.

7. Avaliación.

7.1. Criterios de avaliación.

7.2. . Estándares de aprendizaxe da área en relación coas competencias clave.

7.3. Estratexias e instrumentos de avaliación das aprendizaxes.

7.4. Proceso de avaliación. Mínimos esixibles.

7.5. Criterios de Calificación.

8. Seguemento, recuperación e pendentas.

- ❖ Ao proceso.
- ❖ Indicadores de logro para avaliar o proceso de ensino e a práctica docente.

9. Materiais e recursos didácticos que se van utilizar.

10. Medidas de atención á diversidade.

11. Transición posible ao ensino non presencial ou semipresencial temporal.

- **Temporalización de contidos.**
- **Materiais e Ferramentas.**
- **Metodoloxía didáctica para o periodo non presencial.**
- **Avaliación.**
- **Criterios de cualificación en caso de educación non presencial ata final do curso.**
- **Atención a diversidade en situación non presencial.**

12. Actividades a desenvolver en situacións particulares ao longo do curso

1. INTRODUCCIÓN.

Este ano e o final do anterior teñen gran importancia no desenvolvemento desta materia e as programacións dos grupos da ESO, ademáis no caso concreto desta P.A. trátase do cambio e transición á etapa de secundaria a etapa de primaria o que lle suma as lóxicas consecuencias e especiais circunstancias. Nun caso especial como é unha pandemia deste grao temos que estar ao alcance dos cambios da materia e permitir un aprendizaxe significativo para o alumnado.

As limitacións serán contínuas nesta materia en concreto temos grandes dificultades para o desenvolvemento de todos os contidos e o cumprimento dos estándares de aprendizaxe do currículo.

A continuación intentaremos expoñer unha programación adaptada aos cambios que demanda esta excepcional situación.

A área de Educación física ten como finalidade principal a competencia motriz dos alumnos e das alumnas, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e sentimentos que interveñen nas múltiples interaccións que realiza un individuo no seu medio e cos demais e que permite que o alumnado supere os diferentes problemas motrices propostos tanto nas sesións de Educación física como na súa vida cotiá

A Educación Física encárgase maioritariamente da competencia motriz, que implica a conxugación, a través do movemento, de procesos cognitivos, motrices biolóxicos e socioafectivos que lles permitirán ao alumnado afrontar e superar os problemas motrices que pudiesen xurdir en diferentes contextos, a partir dunha aprendizaxe realmente significativa.

Por outra banda, o actual estilo de vida, de carácter sedentario, require ademáis que a Educación Física se estableza como contrapeso que manteña o equilibrio psíquico e físico do ser humano e sexa impulsora de prácticas saudables para o tempo de lecer. A promoción da saúde e a calidade de vida debe ser, en consecuencia, un dos obxetivos básicos de todo sistema educativo. Propoñer unha Educación Física formativa, que permita, a través dunha motricidade consciente, construír a identidade corporal do noso alumnado, no que a diversidade é un elemento valioso, utilizando estratexias inclusivas no cal a aprendizaxe e a construción de novos significados é o resultado dun proceso de integración a partir das experiencias e ideas previas. Contribuirá ao desenvolvemento das **competencias clave como a social e cívica (CSC)**, por medio dos traballos grupais, aceptación das normas do xogo, **Competencia de aprender a aprender**, en tódalas sesións, por medio de diversos traballos plantexados, **Competencia de Sentido de Iniciativa e Espírito Emprendedor**, nas dinnámicas de clase na que teñen que tomar decisión, nas fases de reflexión nas que se valora a participación e aportación crítica. **Competencia de Conciencia e Expresións Culturais**, traballarase principalmente por medio dos xogos populares, actividades rítmicas e montaxes artísticas. **Competencia Dixital**, traballarse na presentación de traballos dixitais.

2. CONTEXTO 1º CURSO:

Dende o punto de vista dos datos xerais, neste curso nos atopamos con 7 grupos de 1º da ESO de 16/17 alumnos de media por aula facendo un total de 117 alumnos/as ratio modificada para este curso escolar por mor do COVID. O alumnado provén, na maior parte dos casos, de dous centros educativos da cidade, o CEIP de Campolongo e o CEIP Froebel.

En xeral, o nivel de práctica física é moito elevado, como se amosa do feito de que a práctica física habitual é realizada por un 74% do alumnado. No caso da tipoloxía dos deportes practicados, un 47% fan práctica deportiva individual coma natación, atletismo, ximnasia, triatlón..., mentres que un 53% o fan colectivo atopando prácticas do máis variadas (fútbol, baloncesto, balonmán, voleibol, waterpolo,...), agora mesmo esta situación tamén veuse modificada por causa da pandemia.

Como se desprende dos datos resaltados, neste grupo hai unha importante filosofía de práctica física, un achegamento a deportes variados e un interese manifesto polo exercicio que beneficia notablemente a práctica dentro das sesións de Educación Física.

En liñas xerais, o alumnado non manifesta graves problemas de saúde para o desempeño da práctica de actividade física na área de Educación Física, aínda así existe un porcentaxe pequeno de alumnado que si especifica un certo grao de dificultade, para o que se farán durante as sesións prácticas as modificacións metodolóxicas convintes en cada caso particular.

3. OBXETIVOS DA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA (Decreto 82/2015):

- a) Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto ás outras persoas, practicala tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e grupos, exercitarse no dialogo anfiando os dereitos humanos 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 de aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.
- c) Valorar e respetar 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 da información, para adquirir novos coñecementos con sentido crítico. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente as da información e a comunicación.
 - f) Concebir 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 expresarse con corrección, oralmente e por escrito, na lingua galega e na lingua castelá, textos e mensaxes complexos, e iniciarse no coñecemento, a lectura e o estudo da literatura.
 - i) Comprender e expresarse nunha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada.
 - j) Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e a historia propia 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.
 - k) Coñecer e aceptar o funcionamento do propio corpo e o das outras persoas, respectar as diferentes, 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 ambiente, contribuíndo a súa conservación e mellora.
 - l) Apreciar a creación artística e comprender a linguaxe das manifestacións artísticas, utilizando diversos medios de expresión e representación.
 - m) 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.
 - n) 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.

Dende a materia de educación física se contribuirá de forma maioritaria cos apartados a,b,c,d,g,m. a través dos diferentes bloques de contidos, na fase de reflexión e mediante traballos teórico prácticos da materia.

4. CONCRECIÓN DOS OBXECTIVOS PARA O CURSO:

- Coñecer e consolidar hábitos saudables
- Valorar a práctica habitual e sistemática de actividades físicas como medio para mellorar as condicións de saúde e calidade de vida.
- Realizar tarefas dirixidas ao incremento de posibilidades de rendemento motor, á mellorada condición física para a saúde e ao perfeccionamento das funcións de axuste, dominio e control corporal, adoptando unha actitude de autoexigencia na súa execución.
- Coñecer e realizar actividades deportivas e recreativas individuais e colectivas aplicando os fundamentos regulamentarios, técnicos e tácticos en situacións de xogo, con progresiva autonomía na execución.
- Amosar habilidades e actitudes sociais de respecto, de traballo en equipo e de deportividade na participación en actividades, xogos e deportes independentemente das diferenzas de xénero, culturais, sociais e de habilidade.

4.1. Contidos

Bloque 1. Contidos comúns.

- B1.1. Fases de activación e recuperación, e o seu significado como hábitos saudables na práctica da actividade física.
- B1.2. Execución de xogos e exercicios apropiados para cada parte da sesión.
- B1.3. Atención ao uso persoal e ao uso adecuado da indumentaria.
- B1.4. Respeto e aceptación das regras das actividades, os xogos e os deportes practicados.
- B1.5. Papeis e estereotipos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, como fenómeno social e cultural.
- B1.6. Aceptación do propio nivel de execución e o das demais persoas, e disposición positiva para a súa mellora.
- B1.7. Posibilidades do contorno próximo como lugar de práctica de actividades físico-deportivas e recreativas.
- B1.8. Aceptación e respecto das normas para a conservación do medio urbano e natural. B1.9. Actividade física como elemento baseado nos estilos de vida saudables.
- B1.10. Estereotipos corporais na sociedade actual e a súa relación coa saúde. B1.11. Prevención de riscos nas actividades físico-deportivas e artístico-expresivas
- B1.13. Emprego responsable do material e do equipamento deportivo.
- B1.14. Tecnoloxías da información e da comunicación para procurar e seleccionar información relacionada coa actividade física e a saúde

Bloque 2. Actividades físicas artístico-expresivas.

- B2.1. Experimentación de actividades artístico-expresivas utilizando técnicas básicas

de expresión corporal, combinando o espazo, tempo e intensidade.

- B2.2. Realización de bailes e danzas sinxelas de carácter recreativo e popular.

Bloque 3. Actividade física e saúde.

- B3.1. Condición física. Desenvolvemento das capacidades físicas básicas incidindo principalmente nas relacionadas coa saúde.
- B3.2. Introducción aos principios sobre unha alimentación saudable. B3.3. Identificación da frecuencia cardíaca de traballo.
- B3.4. Métodos básicos para o desenvolvemento das capacidades físicas desde un enfoque saudable.
- B3.5. Avaliación da condición física saudable e realización de actividades para a mellora desta.
- B3.6. Principios de ergonomía e hixiene postural e a súa aplicación na práctica de actividades físicas en vida cotiá..

Bloque 4. Os xogos e as actividades deportivas.

- B4.1. Execución de habilidades motrices vinculadas ás accións deportivas, respectando os regulamentos específicos.
- B4.2. Práctica de actividades exogós para a aprendizaxe dos deportes individuais.
- B4.3. Adquisición de técnicas básicas de progresión e orientación no medio natural, e a súa aplicación en diferentes ámbitos.
- B4.4. Execución de habilidades motrices técnico-tácticas sinxelas vinculadas aos deportes colectivos, respectando os regulamentos específicos.
- B4.5. Práctica de actividades exogós para a aprendizaxe dos deportes colectivos.

5. SECUENCIACIÓN E TEMPORALIZACIÓN DOS CONTIDOS.

TRIME	Sesión	Nome Unidade	Obxectivos Didácticos	Contidos
		1ª UDD "Volta á	<ul style="list-style-type: none"> - Levar a cabo quecementos introductorios ás diferentes sesións. - Realizar as distintas fases do quecemento seguindo unha orde lóxica. - Coñecer as partes que conforman o quecemento (mobilidade articular, quecemento xeral, quecemento específico e estiramentos). - Descubrir conceptos anatómicos importantes para guiar 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación/Normas/Organización/Funcionamiento • Quecemento do corpo. • Xogos Condición Física. • Xogos Free-Covid

1º	12	normalidade".	correctamente os quecementos. - Cooperar na realización das tarefas de quecemento. - Valorar o quecemento como traballo preventivo anterior a calquera actividade física.	
1º	8	2ª UUDD "Bailes-Yoga-Pilates, teatro, xogos de circo, actividades de ritmo"	Aplicar os contidos aprendidos na unidade anterior e experimentar coreografías grupais unindo pasos das diferentes modalidades. - Conocer e valorar los diferentes movimientos que ofrece el baile. - Identificar en la música el ritmo base y unirlo al movimiento. - Llevar a cabo actividades rítmicas con una base musical como medio de comunicación y expresión creativa. - Practicar actividades rítmicas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo. - Experimentar actividades propensas a romper los bloqueos e inhibiciones personales. - Fomentar la cooperación y la coordinación grupal. Coordinar óculo-manual- Mellorar a velocidade de reacción. Desenvolgar a creatividade e a orixinalidade.- Experimentar xogos novos. Desenvolgar estratexias grupais de mellora de habilidades específicas relacionadas con xogos circenses.	<ul style="list-style-type: none"> • Representacións. • Dramatizacións. • Actividades rítmicas. • Relaxación /control corporal. • Memoria Motriz. • Estiramientos • Malabares. • Xogos de representación circo.
2º	13	3ª UUDD "Deportes con implementos".	Aplicar os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelas, respetando as regras e as normas establecidas. Describir a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos. Discriminar os estímulos que hai que ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración oposición, para obter vantaxa ao cumprir o obxectivo da acción cumprindo as normas de seguridade sanitaria.Adaptar os fundamentos técnicos e tácticos básicos para obter vantaxa na práctica das actividades físico deportivas de oposición o de colaboración-oposición facilitadas,respetando o reglamento.	<ul style="list-style-type: none"> • Xogos de raqueta. • Beisball. • Xogo "O pichi". • Floorball.
			- Traballar habilidades relacionadas co deporte do atletismo, tendo en conta a mellora que proporcionan a nivel físico, psicomotriz e sociomotriz. - Coñecer e practicar actividades	<ul style="list-style-type: none"> • Modalidades

2º	14	4ª UDD “Deportes Individuales y colectivos adaptados”	deportivas individuais desde sus aspectos técnicos, tácticos e regulamentarios. - Saber aplicar a intención técnica ou táctica das diferentes modalidades do atletismo en función da situación, mostrando certa eficacia na súa execución. - Incidir na importancia da inclusión de todos os compañeiros nos xogos expostos aínda que vaian dirixidos ao desenvolvemento dun deporte individual. - Fomentar o traballo en equipo desde os deportes individuais a través de xogos dirixidos ao desenvolvemento motriz.	<p>Atletismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Técnica de deportes colectivos adaptados.
3º	8	6ª UDD “ Búsqueda do tesoro”	- Diferenciar e interpretar o mapa de orientación e o urbano. - Coñecer e saber utilizar os recursos artificiais de orientación (mapas). - Orientarse ao redor do centro utilizando o mapa. - Planificar actividades para os compañeiros (xogos de pistas, saídas, etc.). - Fomentar a práctica de actividades na natureza no horario escolar e fora del. - Desenvolver actitudes de respecto e coidado do medio natural e urbano. - Transferir as aprendizaxes adquiridas coa orientación á vida cotiá. - Recoñecer o efecto positivo da resistencia mediante a carreira de orientación	<ul style="list-style-type: none"> • Orientación • Sendeirismo • Coidado Medioambiental.
3º	8	7ª UDD “BBT”	Iniciar o deporte de BBT. Mellorar un traballo físico suave que contribúa a condición física xeral. Provocar o interese do alumnado coa motivación intrínseca do propio deporte. Tomar conciencia individual de respecto ao medio ambiente. Coñecer o material específico da bicicleta e o seu coidado. Coñecer e realizar individualmente un comportamento de mellora progresiva. Mellorar a coordinación dinámico-xeral e o equilibrio.	<ul style="list-style-type: none"> • Bicicleta. • Equilibrio. • Condición Física. • Coidado Medioambiental.

6. Contribución ao desenvolvemento das competencias clave.

Comunicación lingüística:

- Traballo desta competencia obsérvase nos seguintes estándares de aprendizaxe:

- Utilizar a linguaxe como medio de comunicación oral e escrita.
- Comprender, compoñer e utilizar textos.
- Expresarse de forma adecuada.
- Coñecer o vocabulario específico do área.
- Obter grande variedade de intercambios comunicativos nas actividades físicas lúdicas.

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía:

- Esta competencia atópase representada nos estándares de aprendizaxe
- Empregar recursos informáticos aplicados á educación física.
- Utilizar a información recollida de diferentes medios para implementar e mellorar a súa perspectiva física.
- Observar a necesidade de traballar de xeito integrado con diferentes recursos para conseguir logros integrados.
- Transformar datos numéricos en resultados obxectivos da propia labor e actuación.

Competencia dixital:

- Así a presenza atópase nos estándares de aprendizaxe
- Transformar a información en coñecemento.
- Transmitir información a través da linguaxe corporal.
- Analizar a expresividade corporal e entender as mensaxes que a través dela se transmiten.
- Utilizar a información recibida a través dos xestos e as posturas para a elaboración de estratexias de xogos nas actividades físicas lúdico-recreativas.

Competencia Social e Cívica:

- Traballo desta competencia obsérvase nos estándares de aprendizaxe
- Utilizar a actividade física para facilitar a relación, a integración e o respecto.
- Aceptar e respectar as regras do xogo acordadas entre todos.
- Asumir as diferencias na actividade física, así como as posibilidades propias e alleas.
- Participar, tomar decisións e comportarse con responsabilidade.
- Traballar en equipo, cooperando e asumindo responsabilidades.
- Valorar o traballo e as aportacións dos demais, sen discriminar por razóns de sexo, clase, orixe ou cultura.
- Valorar os esforzos e os logros obtidos polas persoas afectadas de discapacidade física ou mental nas súas actividades físicas, laborais e cotiás.
- Habituar-se a coidar e manter a orde nas súas pertenzas no seu entorno.
- Coidar e conservar os materiais.
- Comprender e valorar a importancia de respectar as normas de tráfico.

Conciencia e expresión Cultural:

- Observaremos esta competencia nos estándares de aprendizaxe. Concretarase do seguinte xeito:
- Experimentar coa linguaxe do corpo.
- Expresar ideas, sensacións e sentimentos utilizando como recursos o corpo e o movemento.
- Apreciar as manifestacións culturais da motricidade (xogo tradicional, danza).
- Experimentar formas de comunicación a través da danza expresiva.
- Interesarse polas formas de comunicación non verbal.
- Desenvolver a iniciativa, a imaxinación e a creatividade.
- Apreciar a iniciativa e a aportación dos demais.
- Utilizar as manifestacións artísticas como fonte de enriquecemento e disfrute.
- Coñecer a riqueza cultural mediante a práctica de diferentes xogos e danzas.

Aprender a aprender:

- Traballo desta competencia obsérvase nos estándares de aprendizaxe
- Coñecerse a si mesmo, as propias posibilidades e carencias a través das actividades físicas e expresivas.
- Desenvolver o sentimento de competencia ou eficacia persoal.
- Favorecer a motivación, a confianza nun mesmo e o gusto por aprender.
- Ser consciente do que pode facer por si mesmo e do que pode facer coa axuda dos demais.
- Adquirir recursos de cooperación en actividades físicas comúns.
- Facilitar a adquisición de recursos de cooperación en actividades expresivas (danza, mimo, drama).
- Manexar de forma eficaz os recursos e as técnicas adquiridas no desenvolvemento das súas habilidades motrices.
- Utilizar os coñecementos adquiridos en situacións diferentes.
- Afrontar a toma de decisións de maneira racional.

Sentido da Iniciativa e Espírito Emprendedor:

- Esta competencia atópase representada nos estándares de aprendizaxe
- Organizar de forma individual e colectiva actividades físicas lúdicas e actividades expresivas.
- Desenvolver os valores persoais de responsabilidade e perseverancia.
- Desenvolver a habilidade social de respecto aos demais, a cooperación no traballo en equipo.
- Ser capaz de buscar solucións aos problemas plantexados e de levar as á práctica.

- Desenvolve iniciativa e a creatividade.
- Esforzarse por acadar resultados creativos, orixinais e sinceros na súa expresividade.
- Ter unha visión estratéxica dos retos para cumprir os obxectivos dos xogos e outras actividades físicas, emotivarse para lograr o éxito.
- Utilizar as actividades físicas e a linguaxe corporal para ampliar e mellorar as súas relacións sociais.

O peso que ten cada competencia na cualificación final da materia indícase na seguinte táboa:

Competencia	Porcentaxe (%)
Competencia Dixital	15%
Competencia de Aprender a Aprender	30%
Competencia Matemática e competencias básicas en Ciencia e Tecnoloxías	20%
Competencia Lingüística	5%
Competencia Social e Cívica	10%
Competencia en Sentido e Iniciativa Emprendedora	10%
Competencia en Conciencia e Expresións Culturais	10%

7. Avaliación

7.1. Criterios de avaliación

B1.1. Recoñece e aplica actividades propias de cada fase da sesión de actividade física, tendo en conta ademais as recomendacións de saúde persoal necesarias para esta.

B1.2. Recoñecer as posibilidades das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas como formas de inclusión social, e a participación doutras persoas independentemente das súas características, colaborando con elas e aceptando as súas achegas.

B1.3. Recoñecer as posibilidades que ofrecen as actividades físico-deportivas como formas de lecer activo e de utilización responsable do contorno próximo.

B1.4. Controlar as dificultades e os riscos durante a súa participación en actividades físico-deportivas e artístico-expresiva, adoptando medidas preventivas de seguridade e no seu desenvolvemento.

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 adecuados á súa idade.

B2.1. Interpretar e reproducir accións motoras con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas e sinxelas de expresión corporal.

B3.1. Recoñecer e aplicar os principios de alimentación da actividade física saudable, e recoñecer os mecanismos básicos de control da intensidade da actividade física para a mellora da súa saúde.

B3.2. Desenvolver as capacidades físicas básicas máis salientables desde a perspectiva da súa saúde e de acordo coas posibilidades persoais dentro das marxes da saúde, a través da actitude de autoexigencia e esforzo.

B4.1. Resolver situacións motoras individuais sinxelas aplicando os fundamentos técnicos e as habilidades específicas, das actividades físico-deportivas adaptadas propostas.

B4.2. Resolver situacións motoras sinxelas de oposición, colaboración ou colaboración-oposición facilitada, utilizando as estratexias máis axeitadas en función dos estímulos relevantes.

7.2. Estándares de aprendizaxe da área en relación coas competencias clave

EFB1.1.1. Recoñecer de maneira básica a estrutura de un sesión de actividade física con la intensidade dos esforzos realizados.

EFB1.1.2. Preparar e realizar calentamentos e fases finais de sesión de acordo cos contidos que se fagan, seguindo as orientacións dadas.

EFB1.1.3. Respetar os hábitos de saúde persoal en relación á saúde da actividade física.

EFB1.2.1. Mostrar tolerancia e deportividade tanto no papel de participante como no de espectador/a.

EFB1.2.2. Colabora nas actividades grupais, respetando as aportacións das demais persoas e as normas establecidas, e asumindo a súa responsabilidade para a consecución dos obxectivos.

EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu entorno próximo para a realización de actividades físicas deportivas.

EFB1.3.2. Respetar o entorno e o valor común para a realización de actividades físico-deportivas.

EFB1.3.3. Analizar criticamente as actitudes e os estilos de vida relacionados co tratamento do corpo, as actividades de ocio, a actividade física e o deporte no entorno social actual.

EFB1.4.1. Identifica as características das actividades físico-deportivas e artístico-expresivas propostas que poidan supor un elemento de risco relevante para si mesmo ou para as demais persoas.

EFB1.4.2. Describe e pon en práctica os protocolos para activar os servizos de

emergencia e de protección en su entorno.

EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios e adecuados da súa idade (texto, presentación, imaxe, vídeo, sonido, etc.), como resultado do proceso de búsqueda, análise e selección de información relevante.

EFB1.5.2. Expone e defende traballos sin selos sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.

EFB2.1.1. Utiliza técnicas corporais básicas, combinando espazo, tempo e intensidade.

EFB2.1.2. Pone en práctica unhas secuencias de movementos corporais axustados a un ritmo.

EFB2.1.3. Colabora na realización de bailes e danzas.

EFB3.1.1. Distingue de maneira básica o impacto que pode ter a alimentación nun estilo de vida saudable.

EFB3.1.2. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente a márxenes de mellorada condición física.

EFB3.1.3. Identifica de maneira básica as características que deben ter as actividades físicas para ser consideradas saudables, e as leva á práctica.

EFB3.2.1. Se inician a participación activa das actividades para melloras capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando métodos básicos para o seu desenvolvemento.

EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acorde a o seu momento de desenvolvemento motor e as súas posibilidades.

EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das actividades físicas como medio de prevención de lesións.

EFB4.1.1. Aplica os aspectos básicos das técnicas e das habilidades específicas adaptadas máis sinxelos, respetando as regras e as normas establecidas.

EFB4.1.2. Describe a forma de realizar os movementos implicados nos modelos técnicos adaptados máis sinxelos.

EFB4.1.3. Melloras un nivel na execución e aplicación das accións técnicas respecto a un nivel de partida, mostrando actitudes de esforzo e superación, adecuado a súa idade.

EFB4.1.4. Explica e pone en práctica técnicas básicas de progresión en entornos non estables e técnicas básicas de orientación.

EFB4.2.3. Discrimina os estímulos que hai que ter en conta na toma de decisións nas situacións facilitadas de colaboración, oposición e colaboración-oposición, para obter un resultado que cumpra o obxectivo da acción.

7.3. Estratexias e instrumentos de avaliación das aprendizaxes

Na avaliación empregaranse os seguintes instrumentos:

- E.T: Exame teórico
- L.C.I: Lista control individual co rexistro anecdótico

- T.I: Trabajo individual
- T.G: Trabajo grupal
- E.P: Exame práctico individual
- E.P.G: Exame práctico en grupos
- C.N: Cumprimento normativa da area
- RUB: Rúbrica
- T.M: Traballos monográficos de exposición oral.

7.4. **Proceso de avaliación. Mínimos esixibles**

- Usodavestimentaecalzadodeportivoasícomouncorrectoaseopersoal.
- Participaciónpositivaporpartedoalumno.
- Aceptación das normasevaloración do xogolimpo.
- Participación dexeito activo nas actividades propostas.
- Mantén unha actitude de respecto cara aos compañeiros/ as independentemente do rol asignado colaborando activamente nas actividades desenvolvidas.
- Actúa con respecto cara ao seu contorno e os recursos empregados observando as posibilidades do mesmopara a práctica física.
- Identifica as situacións de risco na práctica física e observa actitudes de autocoidado e coidado dos compañeiros.
- Diseña e leva a cabo actividades de quecemento xeral e específico.
- Diseña e leva a cabo actividades de recuperación da fase final dunha sesión.
- Recoñece a relación entre a saúde e a actividade física.
- Recoñece e intenta mellorar os resultados da valoración inicial nas probas de condición física.
- Non realiza a sesión, ben por falta de asistencia ou por non practicar sen xustificación tamén terá a mesma repercusión negativa.
- Ten un nivel mínimo de execución na técnica traballada dos distintos deportes.
- Asume a regulamentación en situacións xogadas.
- Aplica as habilidades adquiridas nos deportes practicados en situacións xogadas.
- Emprega as habilidades aprendidas dexeito transversal buscando mellorar.
- Realiza unha coreografía cos elementos traballados.
- Interésase pola realización de actividades expresivas.

- Comunicacoseucorpopsamentos,sentimentose/ouemociónsengrupo.
- Empregaomaterialrequeridoenorientaciónconeficacia.
- Respeita e trata de cumprir as normas de saúde exixidas polo protocolo de seguridade establecido.

7.5. Criterios de calificación

Estes criterios serán expostos e entregados o primeiro día de clase, e a disposición dos alumnos e os pais en calquera momento, dentro do espazo habilitado na web do proxecto abalar do centro. A función principal da cualificación consiste en comunicar a cada alumno o nivel de competencia que alcanzou. A utilización dun modelo ecléctico posibilita o alcance dunha competencia motriz axeitada.

- Criterios de cualificación para as unidades didácticas (60% da nota final trimestral)

A cualificación das Unidades Didácticas levarase a cabo desde o grao de cumprimento dos estándares de aprendizaxe para o curso correspondente. Este cumprimento vese reflexado pola utilización dos instrumentos de aprendizaxe, os cales miden o grao de adquisición a través dun porcentaxe atribuído polo profesor (ver \approx Táboa 1). Nas rúbricas inclúiranse os indicadores de logro necesarios para o cumprimento de cada estándar (ver anexos avaliación).



	E.T	B.C	COMP.CLAVE	ESTÁNDARES	CRITERIOS	INTERDISCIPLINARIEDAD	
U.D 1	I,P,E	1, 4	CMCCT/CSC/ CAA/CSIEE	EB.1.2.1/2.2/2.3 EB.4.2.1/2.2/2.3	EB.4.1.3 EB 1.1.3	B 1.1/B 1.2 B 4.1/B 4.2	Música e matemáticas
U.D 2	E	1, 2, 3, 4	CSC CAA/CSIEE	EB1.1.1/1.2/1.3 EB 1.4.1 EB 3.1.2/2.3 EB 3.2.1/2.2/2.3	EB 1.3.3	B1.1/B1.3/ B1.4/B3.1/B3.2	Bioloxía
U.D 3	P	1, 4	CAA,CSC, CMCCT	EB1.1.1/1.1.3 EB1.3.1/3.2/3.3/4.1/4.2 EB3.1.1/1.2/1.3/ EB3.2.1/2.2/2.3		B1.1/B1.3/B1.4 B.3.1/3.2	Música e bioloxía

U.D 4	C,I,P	1,2,3	CCL/CD/ CCEC	EB1. 1.3 EB.1.5.1/5.2 B.2.1.1/1.2/1.3/1.4	B1.1/B.1.5/B.2.1	Música e tecnoloxía
U.D 5	E,P,I	1,4	CSC/CAA/CSIE E	EB.1.2.1/2.2/2.3 B.4.1.1/1.2/1.3/1.4 EB.4.2.1/2.2/2.3 EB 1.1.3	B1.1/B.1.2/B.4.1/B .4.2	Inglés
U.D 6	P	1,3	CSC/CSIEE	EB.1.4.1/4.2/4.3 EB.3.1.3 EB 1.1.3	B1.1/B.1.4/B.3.1	Bioloxía
U.D 7	S,P	1,4	CSC/CSIEE/CM CCT/CAA	EB.1.2.1/2.2/2.3EB.1.3.1/3.2/3.3 EB.4.1.5EB.4.2.4 EB1.1.3 EB.1.4.3EB1.5.1/5.2EB.4.1.1/1.4	B1.1/B.1.2/B.1.3/B .4.1/4.2 /B.1.5/ B.4.1	Bioloxía, xeografía

Lendas Táboa 1:

- * **Elementos transversais:** Comprensión lectora, expresión oral e escrita (**C**), Igualdade en todos os ámbitos e rexeitamento a violencia de xénero (**I**), Espírito emprendedor (**E**) Seguridade viaria (**S**), Promoción da actividade física e consumo saudable (**P**).
- * **Competencias Clave:** Competencia en comunicación lingüística (**CCL**), Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (**CMCCT**), Competencia dixital (**CD**), Aprender a aprender (**CAA**), Competencias sociais e cívicas (**CSC**), Sentido de iniciativa e espírito emprendedor (**CSIEE**), Conciencia e expresións culturais (**CCEC**).
- * **Bloques de contidos (Intradisciplinarietàade):** Contidos común (1). Actividades físicas artístico-expresivas (2). Actividade física e saúde (3). Os xogos e as actividades deportivas (4).
- * **Áreas de ensinanza (Interdisciplinarietàade):** EP (Educación Plástica, visual e audiovisual), BX(Bioloxía e xeoloxía), XH (Xeografía e Historia), M (Música), I (Inglés), T (Tecnoloxía).
- * **Estándares de aprendizaxe:** E.B1.1.1 (Bloque: Contidos común e nº de estándar de aprendizaxe). E.B2.1.1 (Bloque: Actividades físicas artístico-expresivas e nº de estándar de aprendizaxe). E.B3.1.1(Bloque: Actividade física e saúde e nº estándar de aprendizaxe). E.B4.1.1 (Bloque: Os xogos e as actividades deportivas e nº estándar de aprendizaxe).

☞ **Cualificación de cada Unidade Didáctica:** na ☞ Táboa 3 (anexos), temos o exemplo de avaliación de unha Unidade Didáctica: dos porcentaxes de cada instrumento de avaliación obtense a nota de cada estándar e farase a media aritmética (□) dos estándares para obter a nota da Unidade Didáctica.

☞ Táboa 3: EXEMPLO EXCEL DA UNIDADE 1: ACOLLEMENTO E QUECEMENTO DO CORPO																						
Estándares de aprendizaxe e resultados de aprendizaxe avaliábeis (E ₂)																						
• EFB1.1.1. Recoñece de maneira básica a estrutura de una sesión de actividad física con la intensidad dos esforzos realizados.				• EFB1.1.2. Prepara e realiza calentamientos e fases final da sesión dacordo cos contidos que se fagan, seguindo as orientacións dadas.				• EFB1.1.3. Respeta os hábitos de aseo persoal en relación a salud e la actividade física.														
ALUMNOS	E.T	20%	L.C.I	10%	E.P.G	70%	E1	E.T	70%	L.C.I	10%	E.P.G	20%	E2	E.T	20%	L.C.I	10%	E.P.G	70%	E3	
J.A	5	1	6	0,6	8	5,6	7,2	5	3,5	6	0,6	8	1,6	5,7	5	1	6	0,6	8	5,6	7,2	
B.B	1	0,2	4	0,4	8	5,6	6,2	1	0,7	4	0,4	8	1,6	2,7	1	0,2	4	0,4	8	5,6	6,2	
A.R	4	0,8	6	0,6	4	2,8	4,2	4	2,8	6	0,6	4	0,8	4,2	4	0,8	6	0,6	4	2,8	4,2	
TOTAL NOTA UNIDAD (MEDIA ARITMÉTICA): □ (E1+E2+E3)/3																						
Juan.A □ (7,2+5,7+7,2)/3= 6,7							Bea.B □ (6,2+2,7+6,2)/3= 5,03							Adán.R □ (4,2+4,2+4,2)/3= 4,2								
E.T (exame teórico), L.C.I (Lista de control individual), E.P.G (exame práctico grupal).																						

☞ **Cualificación trimestral das Unidades Didácticas:** coas notas das unidades didácticas calcúlase a media aritmética e a porcentaxe (60%), e sumarase o 40% de actitudes.

O redondeo realizarase nas notas trimestrais finais (Σ nota actitudes máis nota unidades):☞
 Redondeo alza ≥0,6. ☞ Redondeo baixa ≥0,5.

- Criterios de cualificación actitudinal trimestral (40% da nota final)

O seu obxectivo é valorar aspectos actitudinais cara a materia, ademais de favorecer a hixiene individual e colectiva, evitar as lesións e outros aspectos contrarios ás normas de convivencia. Ningunha destas normas entra en conflito co exposto no R.R.I.

- Lesión e/ou enfermidade:

* *Lesión e/ou enfermidade:* Ao principio de curso se lles entregará ós alumn@s unha ficha solicitando datos sobre o seu estado de saúde para cubrir. É importante que fagan constar na mesma algunha lesión ou enfermidade que poida influir na práctica das sesións de E.F para que o departamento o teña en conta á hora de planificar as sesións. Na asistencia as clases realizarán outras tarefas de acompañamento e dirección de partes da sesión con axuda do profesor.

* Para as “non prácticas” e faltas de asistencia guiarémonos polo exposto no R.R.I do centro.

- Criterios de promoción do alumno

Os criterios mínimos esixibles para cada avaliación serán os seguintes:

- ☞ Sacar un 5 sobre 10 no resultado da nota final.
- ☞ Asistir polo menos a un 90% das sesións de clase, aínda que non se poida facer a práctica (como establece o R.R.I do centro para non obter unha cualificación negativa do curso).

§ Táboa 4 Cualificacións actitudinais		
Criterios cualificacións	Nota	Conducta observable
Faltas de vestuario e hixiene persoal (v):	-0,25	Asistir as clases con vestiário deportivo cómodo (chándal, zapatillas, calcetines). Levar neceser de aseo para o final das sesións e cambiar a camiseta.
Faltas de normas (n) leves.	-0,25	Retrasos reiterados a clase sin xustificación (+ de 4).
Faltas de normas (n) graves.	-0,5	Mala utilización do material e instalacións (romper ou dañar intencionadamente). Mala conducta hacia o profesor, os compañeiros e a asignatura (agresións verbais, físicas, falta de respecto ou actos dolosos).
Faltas de asistencia sin xustificar (f)	-0,5	Non asistencia a clase sin motivo.
Non prácticas sin xustificar (n.p)	-0,5	Por non querer facer a práctica sin motivo.

8. Seguimento, recuperacións e pendentes:

No caso de obter unha cualificación negativa no trimestre, o alumno terá que facer un exame teórico-práctico dos contidos das unidades suspensas (gárdanse as notas das unidades aprobadas para facer media aritmética destas coa nota final do exame de recuperación).

Os alumnos que teñan a materia suspensa do curso anterior terán como sistema de recuperación: - Informe favorable do profesor do curso no que se atope xa que é imposible asistir a clases de recuperación. -Traballos escritos ou probas teóricas ao longo do curso sobre os contidos de cada unha das avaliacións do curso anterior (tomando como referencia o currículo establecido no Decreto 133/2007, de 5 de xullo, no curso 2015/2016).

Avaliación ao proceso

Orientada a coñecer: ∞ O grao de consecución dos estándares de aprendizaxe propostos. ∞ A vinculación orixinada polo perfil competencial. ∞ A eficacia do que se ensina para poder establecer posibles modificacións. ∞ As situacións da acción didáctica (contidos, actividades de ensino, formas de traballo e formas de agrupar os alumnos). ∞ A importancia das instalacións e o material. ∞ A congruencia entre o nivel previsto dos alumnos e o nivel final. ∞ A congruencia entre a situación didáctica prevista e a que realmente se aplica.

Os medios que empregaremos serán: ∞ Métodos de observación. ∞ Cuestionarios específicos sobre o proceso. ∞ Charlas entre os membros do departamento.

Indicadores de logro para avaliar o proceso de ensino e a práctica docente.

Realizaranse enquisas escritas e anónimas aos alumnos ao final de cada trimestre: dando alternativas de mellora, co obxectivo de que sexan instrutivas para a profesora. Ver anexo: avaliación á profesora).

INTRODUCCIÓN E EXPLICACIONES TEÓRICAS

Teñen unha duración acertada	1 2 3 4 5
Os contidos teóricos explicados son suficientes	1 2 3 4 5
Compréndense con facilidade todos os contidos	1 2 3 4 5
A teoría mantén relación coas actividades prácticas realizadas	1 2 3 4 5
A profesora capta a vosa atención	1 2 3 4 5
Expoñe os obxectivos de forma clara	1 2 3 4 5
Realiza unha exposición ordeada e secuencial	1 2 3 4 5
Resolve as dudas expostas	1 2 3 4 5
O seu linguaxe verbal é correcto	1 2 3 4 5
O seu linguaxe xestual é correcto	1 2 3 4 5
Móstrase próxima a vos.	1 2 3 4 5
Fomenta a vosa participación	1 2 3 4 5
O material de apoio utilizado é apropiado facilitando a vosa comprensión nas tarefas.	1 2 3 4 5

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Teñen unha duración acertada	1 2 3 4 5
A música e o material externo utilizado é adecuado para as clases	1 2 3 4 5
As actividades realizadas son motivantes e innovadoras	1 2 3 4 5
A distribución do grupo e ocupación do espazo é adecuado	1 2 3 4 5
Califica de 0 a 10 según o teu interés: Ejercicios e xogos de quecemento _____ Probas de avaliación da condición física: _____ Técnicas e exercicios de relaxación e volta a calma: _____ Uso de materiais diversos: _____ Taboas de desenvolvemento da condición física: _____	Construción de materiais: _____ Actividades no medio natural _____ Actividades extraescolares e complementarias: _____ Actividades rítmicas, musicais e expresivas: _____ Improvisacións, elaboración de coreografías: _____ - Novos contidos: _____
SUXERENCIAS	

Escribe calquera suxerencia que queiras facer (contidos, actividades, material, profesora, etc.). Por favor, se serio/a.

AVALÍA SEGÚN O SEGUINTE CRITERIO: CUN O, O NÚMERO QUE CORRESPONDA: 1 NUNCA; 2 RARA VEZ; 3 A VECES; 4 XENERALMENTE; 5 SEMPRE

Por favor, responde con sinceridade e si non o tes claro non respondas. Muchísimas grazas pola túa colaboración

9. Medidas de atención á diversidade.

Nestos cursos contamos con varios alumnos que precisan reforzo dende a área de educación física.

Os casos máis chamativos son: Un neno con TEA nun grupo de primeiro, outro neno cunha discapacidade motórica que lle limita a mobilidade desplazándose en cadeira de rodas e ás veces en muletas e unha nena que presenta unha hipoacusia, atópanse na mesma clase. Imos centrarnos nas seguintes adaptacións para a mellora do seu aprendizaxe dentro da área.

1. Adaptacións aos elementos do currículo. Tanto aos contidos, obxectivos, criterios e estándares de aprendizaxe levarase a cabo unha redución da consecución destes basándonos no cambio das tarefas das sesións, adaptando os contidos as súas capacidades psicomotoras. Redución na consecución de obxectivos, criterios e estándares de aprendizaxe baseada na capacidade individual que amosen creando un grado de autonomía propio alcanzable para as súas propias necesidades, principalmente para o alumno TEA e para o motórico, no caso da nena hipoacúsica non presenta dificultades no momento no que comprende a actividade.
2. Para a nena con hipoacusia e tendo en conta as limitacións que temos coas mascarillas o que lle dificulta lóxicamente o poder apoiarse na visión dos labios, ademais da evidente reverberación que teñen de por sí os pabellóns, trataremos de que no momento en que se produzan explicacións esteamos no máximo silencio e tela o máis cerca de nós para que escoite mellor ademais de apoiar as nosas explicacións e moito máis linguaxe corporal para que poda entender as diferentes actividades.
3. O traballo faise por grupos reducidos sempre que sexa viable onde os alumnos se encuentren cómodos, facendo uso dos alumnos axudantes en calquera momento para a súa integración.
4. Outros casos que inflúen na materia son alumnos diagnosticados de TDHA aos cales se lles realizarán adaptacións non significativas (control do espazo e material fora do alcance destes, distraccións reducidas, información breve e sencilla). A maior adaptación para todos eles son as probas prácticas (maioritariamente grupais) e as únicas probas individuais serán adaptadas sempre a seu nivel de comprensión.
5. O mesmo pasa cos alumnos con dificultades respiratorias e motoras de tipo leve, nestos casos non temos que realizar adaptación na avaliación. Soamente teremos en conta adaptación nos espazos, materiais, intensidade e recursos dentro das tarefas o actividades das sesións.

En relación á atención á diversidade do alumnado terase en conta a organización de actividades reforzo ou apoio e de ampliación, que lles permitirán o seguimento do ritmo da clase ao igual que o resto dos seus compañeiros/as. En casos máis significativos, poderase establecer un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Como medidas xerais a ter en conta con estes nenos/as establécense as seguintes:

- Axuda individualizada sempre que sexa posible
- Situalos ao lado de nenos/as máis avantaxados
- Atención personalizada en función das necesidades de cada un.
- Procurar que todos os alumnos e alumnas alcancen similares obxectivos, partindo da non discriminación e non separación en función das condicións de cada neno ofrecéndolles a todos as melloras condicións.

- Buscaremos a máxima normalidade con propostas o máis cercanas posibles ao currículo ordinario e a maior atención individual. Isto fai máis complexa a labor educativa polo que será preciso contar con recursos humanos, materiais e organizativos.

Actividades ou estratexias que se utilizan na aula para atender á diversidade:

- Cambio de orde dos contidos.
- Programación de actividades de repaso.
- Flexibilidade de tempo.
- Organización no ximnasio por grupos: facer grupos heteroxéneos por niveis e con actividades diferentes.
- Utilización de materiais diversos, en función do nivel do alumno: outros libros, tarxetas, xogos didácticos, fichas de reforzo, fichas de ampliación.
- Integración de todo o alumnado na aula.
- Priorizar métodos que favoreza a expresión, a reflexión e a comunicación.
- Ofrecer actividades para que lles permitan conseguir éxito ante o grupo.
- Sempre que se crea preciso o tratamento destes alumnos e alumnas con dificultades fíase sempre en coordinación cos profesores especialistas e o equipo de orientación co fin de lograr fomentar o desenvolvemento das súas capacidades físicas, cognitivas e o máis importante é lograr unha integración do alumnado na aula en dinámica da escola.

No caso de alumnado lesionado temporalmente

- Realización de traballo teórico-práctico de busca de información, realización de fichas de traballo e de sesión ou axuda e cooperación cos grupos nas distintas tarefas.

No caso de alumnado problemas crónicos

- Realización de unha Adaptación Curricular contemplando o bagaxe motriz dispoñible e as opcións de traballo co alumnado.

No caso de alumnado con asma, diabetes, problemas de columna ou cardíacos

- Desenvolverán as mesmas actividades que os compañeiros adaptadas ás súas características particulares e promovendo mecanismos de autocontrol e autovaloración.

No caso de alumnado que non acude á sesión coa vestimenta axeitada

- Realizarán o mesmo traballo que o alumnado lesionado temporalmente e asede anotarlle unha Faltade Roup, si é reiterada sera falta grave e anotarse coma tal.

No caso de alumnado suspenso

- A lo longo do curso establececase a posibilidade de realizar probas prácticas ou escritas se o profesor considera necesario para superar os contidos onde non se acadara os mínimos.

10. Metodoloxía.

(Debido a toda a situación de excepcionalidade que está sufrindo a educación en xeral por causa da pandemia, dende a área de EF vémonos moi afectados non só nos contidos propios do noso currículo senón tamén na aplicación tanto de recursos materiais como a nivel metodolóxico, tendo que empregar estilos de ensino máis directivistas e limitantes, aínda así sempre que sexa posible buscaremos as seguintes estratexias expostas a continuación):

- **Contextualización das aprendizaxes:** relacionar as aprendizaxes coa vida cotiá, vincular as aprendizaxes co contorno do alumnado, incorporar as súas vivencias e experiencias no ámbito sociocultural ó proceso de aprendizaxe, aproveitar as oportunidades de aprendizaxe readas polo contacto coa aula e fora dela.
- **Emprego de diferentes estratexias metodolóxicas, con especial relevancia do traballo para tírdese situacións-
problemas:** potenciar a autonomía do alumnado, de tal maneira que sexan capaces de tomar decisións sobre a súa propia aprendizaxe; ser receptivo ós puntos de vista do alumnado en canto a temas, propostas, aspectos para o debate...; proporcionar as relacións coa resolución de problemas reais en contextos auténticos que reflictan a súa funcionalidade para outras situacións, etc.
- **Fomento dun clima escolar de aceptación mutua e cooperación:** faise necesario un clima escolar axeitado que proporcione ó alumnado seguridade, benestar e confianza; que potencie o seu autoconcepto, autoestima, competencia persoal e social, confianza en si mesmo e nos demais; que favoreza a interacción en grupo e heteroxéneo e a mediación e resolución de conflitos. Así mesmo, débese potenciar un clima de participación, colaboración e respecto entre o alumnado e entre este e o profesorado. O coñecemento de si mesmo e dos demais, ademais, abase para unha relación axeitada co contorno.
- **Enriquecemento dos agrupamentos na aula e potenciación do traballo colaborativo entre alumnado e profesorado e entre propio alumnado:** os agrupamentos xogan un papel moito relevante. O alumnado desenvolve diferentes capacidades en función do tipo de agrupamento no que se atope. É, polo tanto, necesaria unha diferente organización física da aula en función da actividade e do tipo de agrupamento. Nese senso, pódense poren marcha, entre todos, o traballo individual, por parellas, en pequeno ou grande grupo, asembleas...
- **Busca, selección e elaboración de materiais curriculares diversos:** o profesorado debe implicarse, coa colaboración do alumnado, na elaboración e deseño de diferentes tipos de materiais, adaptados ós distintos niveis e ós diferentes estilos e ritmos de aprendizaxe.

11. Transición posible ao ensino non presencial ou semipresencial temporal.

- Temporalización de contidos.

No caso de ter que levar a cabo unha programación semipresencial ou non presencial os contidos serán os mesmos e os traballaremos desde os medios dixitais da seguinte forma:

UD	Título	Descrición do traballo mediante medios dixitais	Sesións
1	Volta a nova normalidade	- Creación de tarefas propoñendo xogos covid free onde se traballe o aspecto físico individual. – Recopilación de vídeos ou documentos dos compañeiros e posta en práctica. – Deseño de actividades e videoxogos populares transformando as súas características para levalos a cabo ao ámbito do traballo físico. – Hábitos de hixiene tras a actividade física- Adecuarse a práctica do exercicio con máscara. -Efecto sobre a postura e a corrección desta- Avaliar a condición física e a búsqueda dunha mellora saudable xunto cunha alimentación adecuada a través de dietas semanais e traballos sobre estas (Nutrición e Ed. Para a saúde). -Clasificacións da resistencia e a flexibilidade cos seus métodos de quecemento–Práctica de exercicios diarios propostos e enviados pola profesora. — Traballo de resistencia , forza resistencia, flexibilidade e velocidade xestual ou de reacción con diferentes tarefas creadas na casa. Condición .Física. Básica.	12
2	Bailes, expresión corporal, circo...	- Composición de bailes dirixidos pola persoa profesora a través de vídeos. – Creación de bailes a partir de novos ritmos coñecendo os pasos que podemos meter e os medios a utilizar. – Grabación de tik toks caseros con música proposta e xuntanza destes para toda a clase. – Expresión individual partindo de diferentes bandas sonoras de películas. – Representación de escenas propostas para todos e grabación e xuntanza.- Avaliación grupal dos temas. Malabares con materiais creados na casa.	8
3	Xogos e deportes con implementos (beisbol, floorball, badminton, palas cántabras e tenis)	-Visualizar deportes con implementos onde predominen as habilidades de ambos membros (superior e inferior). - Aprender o regulamento e a técnica dos deportes practicados no ano vixente. . - Experimentar a práctica dos deportes con implementos desde casa cos videoxogos ou con material reciclado. – Comprender regulamento básico e accións deste deportes.- Coñecer a base dos quecementos introdutorios nas diferentes sesións dirixidas a deportes individuais e con implementos. - Coñecer as partes que conforman o quecemento (mobilidade articular, quecemento xeral, quecemento específico e estiramentos). - Valorar o quecemento como traballo preventivo anterior a calquera actividade física.	
4	SOS cómo facemos? PRIMEIROS AUXILIOS	- Realizar valoracións sobre o estado xeral dos supostos accidentados. - Levar a cabo os procedementos para seguir polo protocolo de actuación nos diferentes accidentes mediante exposición de traballos. - Coñecer o diagnóstico e o tratamento dos accidentes máis simples: Feridas e curas, traumatismos leves en extremidades. Simulacros de exercicios para resolver e cuestionarios on line. - Aprender a distinguir entre un accidente leve e un	8

		máis severo. Presentar a modo teórico algún vídeo sobre contido específico de Pri.Aux.	
5	Orientámonos cos mapas.	- Planificar actividades para os compañeiros (xogos de pistas, saídas, etc.) con google maps e inserción de vídeos en códigos QR. – Búsqueda de sendeiros ou zonas verdes para a práctica da orientación cerca do lugar de residencia. - Desenvolver actitudes de respecto e coidado do medio natural e urbano tras visualización de vídeos. - Creación de mapas e rutas con direccións.	9
6	BTT, comezamos?	-Traballar condición física co rodillo si pode utilizarse.- Ser capaz de desplazarse no entorno e medio natural cun medio de transporte como a bicicleta. – Coñecer a mecánica da bicicleta e a planificación de rutas desde o instituto e os arredores.	9
TOTAL			46

- Materiais e Ferramentas para o periodo non presencial ou semipresencial

Recursos e materiais a empregar	Descrición
Presentacións Power Point	Deseño, prescrición e identificacións de exercicios, grupos musculares, técnicas ou métodos de adestramento dirixidos a mellora das capacidades físicas básicas orientada a optimización da saúde e a calidade de vida.
Cuestionarios Google Forms	Proba de preguntas /respostas abertas de contidos conceptuais.
Vídeos tutoriais	Vídeos de análise, identificación e execución de exercicios dirixidos a mellora das capacidades físicas básicas orientada a optimización da saúde e a calidade de vida. Elaboración de vídeos por parte do alumnado amosando competencia motriz nos estándares/competencias básicas avaliadas.
Apuntamentos/textos documentais	Documentación elaborada polo profesorado complementaria os contidos desenvolvidos nas sesións prácticas, contidos de eido conceptual vencellados as competencias e estándares avaliados.
Webgrafía	Referencias para a obtención de información rede, seleccionadas e clasificadas polo profesorado coma

	garante da aportación de información de calidade.
--	---

- Metodoloxía didáctica para o período non presencial

Método de ensino	Descrición
Actividades Prácticas Autónomas	Entrega de traballos baseados na resolución de problemas por parte do alumnado. Os contidos desenvolvidos corresponden cos estándares de aprendizaxe e criterios de avaliación temporalizados no período establecido para o desenvolvemento da docencia virtual.
Actividades Prácticas Guiadas	Cuestionario formato pregunta/resposta aberta vencellados. Os contidos desenvolvidos corresponden cos estándares de aprendizaxe e criterios de avaliación a cualificar no período establecido para o desenvolvemento da docencia virtual.
Actividades Prácticas Autónomas	Gravación e edición de vídeos relativos a estándares de aprendizaxe/competencias vencellados/as co eido procedimental da materia.
Actividades teóricas	Proba tipo test obxectiva e pechada relativa a estándares de aprendizaxe/competencias da materia.
Actividades Prácticas Guiadas	Titorización das actividades vía correo electrónico corporativo ou foro AV Sánchez Cantón.

Avaliación semipresencial e non presencial

Estándar de Aprendizaxe	Grao Mínimo	Competencias Clave	EI. Trans	Pon %	Inst.Avaliación
EFB1.1.1. Recoñece de maneira básica a estrutura de una sesión de actividad física con la intensidad dos esforzos realizados.	Deseño axeitado dun queceamento xeral, unha parte principal en unha volta a calma para o desenvolvemento dunha sesión dirixida o desenvolvemento dunha capacidade física.	CSC, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Presentación vídeo e aplicación práctica

EFB1.1.2. Prepara e realiza quecementos e fases finais da sesión, de xeito básico, tendo en conta os contidos que se vaian realizar.	Quecemento xeral de 5 exercicios que inclúan os principais grupos musculares e núcleos articulares	CSC, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,T E,VXC,EOL, MP	5%	Rúbricas de traballo, Exame Práctico
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.	Respecta no 100% das actividades desenvolvidas os participantes e as normas de participación	CSC, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,T E,VXC,EOL, MP	5%	Rúbrica, Rexistro de acontecementos
EFB1.3.1. Coñece e identifica as posibilidades que ofrece o seu entorno próximo para a realización de actividades físico deportivas.	Coñece e participa en actividades físicas cerca do seu entorno según a posibilidade de práctica.	CSC, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,T E,VXC,EOL, MP	10%	Test de orientación ou proba teórico práctica
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.	Realiza actividades físico deportivas para manter a forma e a condición física en medida do posible.	CSC, CSIEE, CAA, CD	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,T E,VXC,EOL, MP	5%	Presentación de vídeo práctico o proba teórico práctica
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.	Deseña una saída para orientación e btt reforzando as medidas de seguridade.	CD, CSC	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,T E,VXC,EOL, MP	10%	Proba teórico práctica o cuestionario
EFB1.5.1. Utiliza as tecnoloxías da información e da comunicación para elaborar documentos dixitais propios (texto, presentación, imaxe, vídeo, son, etc.),	Deseña un vídeo de adestramento, protocolos e orientación.	CD, CCL	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,T E,VXC,EOL, MP	10%	Presentación de traballos vídeo

como resultado do proceso de procura, análise e selección de información salientable.					
EFB1.5.2. Expón e defende traballos elaborados sobre temas vixentes no contexto social, relacionados coa actividade física ou a corporalidade, utilizando recursos tecnolóxicos.	Expón o 80% dos traballos audiovisuais realizados	CD, CCL	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	10%	Presentación e exposición de traballos vídeo
EFB3.1.4. Adapta a intensidade do esforzo controlando a frecuencia cardíaca correspondente a os márxenes de mellora da condición física.	Deseña un vídeo de adestramento, protocolos e orientación.	CMCCT, CD, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Vídeo práctico o proba teórica 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.	Durante o deseño das actividades ten en conta os principios de hixiene postural e realiza os exercicios a seu ritmo.	CMCCT, CAA, CSC, CD	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Rúbrica sobre representación visual ou exposición
EFB3.2.1. Participa activamente na mellora das capacidades físicas básicas desde un enfoque saudable, utilizando os métodos básicos para o seu desenvolvemento.	Deseña exercicios para mellorar o seu estado de forza e resistencia.	CMCCT, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Representación visual rúbrica
EFB3.2.2. Alcanza niveis de condición física saudable acordes ao seu momento de desenvolvemento motor e ás súas posibilidades	Deseña exercicios para mellorar o seu estado de forza e resistencia.	CMCCT, CSC, CAA	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Exame práctico e rúbrica de observación
EFB3.2.3. Aplica os fundamentos de hixiene postural na práctica das	Executa axeitadamente o 50% dos exercizos estudados,	CSIEE, CD	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,	10%	Exame práctico, Fichas de traballo

actividades físicas como medio de prevención de lesiones.			MP		
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.	Orientase no mapa e deseña exercicios de búsqueda sencillos.	CAA, CSIEE	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Exame práctico, Fichas de traballo
EFB4.2.4. Reflexiona sobre as situacións facilitadas resaltando a oportunidade das solucións achegadas e a súa aplicabilidade a situacións similares.	Reflexiona sobre as accións tácticas dos deportes colectivos e o regramento.	CAA, CSIEE	IEHM, PVPD,CRE, AUT,INIC,TE,VXC,EOL,MP	5%	Cuestionario

INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Fichas de traballo de condición física. • Vídeos de resistencia e forza resistencia. • Edición vídeos de condición física. • Deseño de actividades físicas, xogos e quecementos en espazos cerrados. • Rúbrica contidos comúns. • Cuestionarios.
-----------------------------------	---

Os criterios xerais a considerar para o deseño e o desenvolvemento desta programación didáctica serán os seguintes:

- a) Ter en conta a desigualdade que produce o confinamento entre o alumnado e que se materializa nas diferencias de apoio que pode recibir o alumnado no seu entorno e a dispoñibilidade de recursos tecnolóxicos para desenvolver unha educación non presencial. Favorecer que o alumnado poda promocionar e titular ó seguinte curso.
- b) Evitar o incremento do estrés propio da situación cunha proposta excesiva de tarefas e actividades educativas a desenvolver nos trimestres de semipresencialidad o non presencialidad.
- c) Evitarase a sobrecarga de tarefas a facer polo alumnado e para acadar este obxectivo

as actividades non poderán exceder o 80 % do tempo semanal asignado no horario do grupo a súa materia. Asemade definirase unha organización para o envío das actividades ó alumnado e contemplarase sempre un tempo mínimo de sete días para que este as poda facer e proceder o seu envío.

- d) As actividades e tarefas a desenvolver nos trimestres semipresenciais e non presenciais terán como obxectivo a recuperación, repaso, reforzo e ampliación, se é o caso.
- e) O profesorado seleccionará e adaptará as metodoloxías mais axeitada á situación e ós recursos tecnolóxicos dispoñibles polo seu alumnado e tentarase en todo momento o emprego de recursos mínimos e sinxelos.
- f) A avaliación final do curso terá en conta o traballo feito nos tres trimestres e será continua, formativa e diagnóstica.

- **Criterios de cualificación en caso de educación non presencial ata a final de curso.**

Dentro da materia de Educación Física, a nota establecida cara á avaliación final será aquela nota que o alumno obtivo de media aritmética entre os trimestres calificados de forma presencial.

Na fase non presencial daranse dúas clases de contidos:

1. **Uns contidos de recuperación** *dirixidos soamente a aqueles alumnos que obtiveron unha cualificación negativa coa media aritmética dous trimestres presenciais*. Estes contidos colgaranse na aula virtual para todos os alumnos. para obter unha cualificación positiva ao final do curso deberán realizar as tarefas encomendadas e nunca esa cualificación poderá ser maior a 5 puntos (aínda que a puntuación do traballo supere o 5, a nota final para estes dous trimestres quedará en 5). Si non realizan as tarefas de recuperación quedarán co resultado da media aritmética que obtiveron nos dous trimestres anteriores posto que non se dá por recuperado o contido.
2. **Outros contidos de reforzo e ampliación** *que van dirixidos a todos os alumnos sen excepción*, pero que NUNCA baixarán a cualificación obtida pola media aritmética dos trimestres anteriores. O que si farán será aumentar esta cualificación ata un punto como máximo. Este punto estará dividido entre a entrega das tarefas propostas segundo o peso aplicado deste contido cara a cumprir os estándares esenciais que se poden traballar nestas condicións de confinamento dentro da materia.

Convocatoria extraordinaria

- No caso de ter a materia suspensa por non superar os mínimos entre os trimestres

presenciais e non recuperar no terceiro trimestre. Terán que realizar una proba teórico-práctica no período correspondente a convocatoria extraordinaria onde se lle tratarán contidos de todo o curso e terá un valor do 100% da puntuación para o curso.

Actividades de recuperación

- Entrega de traballos o tarefas das unidades de recuperación.
- Edición e envío de vídeo ou tarefas de condición física, xogos, quecemento.

Actividades de recuperación en materia pendiente

- Probas teórico- prácticas dos contidos non superados.

Procedemento sobre o seguimento da programación e a avaliación da propia práctica docente

- Faranse reunións de departamento periódicas para o seguimento da programación didáctica.
- Para a reunión os membros do departamento empregarán o recurso da videoconferencia.

- Atención a diversidade en situación non presencial

- Ao alumnado de 2º ESO con NEE que precisen da aplicación de medidas extraordinarias de atención a diversidade se lles facilitarán as tarefas de modo tutorial (respondendo as preguntas e adaptándose as dificultades que podan ter, tempo e forma das tarefas).
- No caso da aparición de alumnado con NNE de carácter extraordinario de xeito sobrevido, resolverase a situación co deseño dunha adaptación curricular significativa e adaptada as características individuais do alumno/a en base a lexislación vixente.
- No caso da existencia de alumnado con dificultades o acceso a Aula Virtual do centro, contactarase vía telefónica ou vía correo ordinario para o establecemento de medidas extraordinarias de acceso o currículo.

12. Actividades a desenvolver en situacións particulares ao longo do curso

Debido as dificultades deste ano na materia estamos pensando nas saídas dentro das actividades complementarias como parte importante das clases para levar a cabo determinados contidos de orientación, condición física e BTT.

Este curso tampouco pode organizarse o PROXECTO DEPORTIVO DE CENTRO, viable que cumpla o protocolo establecidos polas autoridades no referente as actividades deportivas dentro do marco escolar.

Actividades extraescolares

1ºESO

- Saída BTT senda fluvial Lérez e illa das esculturas, marismas de Alba ou carril bici ata Marín dependendo da previsión de finalización de dito carril. Xuño
- Saída orientación Alameda e Campolongo.

Actividades complementarias

1ºESO

- Saídas ao parque Alameda, corbaceiras para sesións de HIT, parkour, orientación. Xuño.

13. Plans e proxectos

Proxectos a desenvolver no Sánchez no curso 20/21

- PAISAXE E SUSTENTABILIDADE. Coordina Humberto Martínez Gargamala , Dtos implicados: Xeografía e Historia e Debuxo. Ligazón a [web proxecto](#)
- CONTRATO PROGRAMA: Mellora do nivel de coñecementos para acadar a escelencia: Coordina Anxos Rial (Dto. de Lingua Galega e outros).

PROGRAMAS DE FORMACIÓN EN CENTROS

Consello da muller nova: Coordina dende o Dto. de Ed. Física Anxo Gómez García. As reunións teñen lugar os mércores no horario de recreo na aula de 1º TSAAFD. Ligazón a [curso do CMN](#)

Clubes de lectura: 1º ESO E 4º ESO: Organizarse unha saída de convivencia con outros clubs de lectura de outros centros. Coordina Anxos Rial, Dto Lingua Galega. Ligazón ao [blog de clubs de lectura do Sánchez.](#)

Horto escolar: proxecto multidisciplinar aberto a colaboración de todo o profesorado e departamentos. Coordina Francisco Manuel Pérez Carral. - vicedirección. Ligazón a web [Hortiño escolar O Verxel.](#)

[Actividades literarias no horto escolar:](#) varias actividades en sistema de traballo colaborativo en relación coa temática do Horto durante os distintos trimestres. Coordina Anxos Rial, Dto Lingua Galega.

Concursos e certames: Confirmar participación este ano...

- Certamen literario: dto. Lengua Española
- Clube de debate: dto. Lingua Galega / Xeografía e Historia
- Olimpíadas: Matemática, Economía, Física, Química...

- Concurso de Robótica EEI. Vigo

Pograma ETWINNING: organizado por María José Torres Aboal, Dto. Inglés. Colabora Anxos Rial, Dto. Galego. Intercambio a desenvolver a través das redes sobre temática gastronómica e cultural entre o noso centro e un centro Alemán. Engadido no mes de marzo/2018 (ver continuidade)

Espazo MAKER / Multidepartamental. J.B Búa

Clube de ciencia / Multidepartamental. J.B Búa

Galiciencia:<http://www.galiciencia.com/proxectos-galiciencia-2018/> Multidepartamental. J.B Búa

stem4youth: <http://www.stem4youth.eu/stem4youth-open-student-competition/> Multidepartamental. J.B Búa

Ponteciencia:<http://educacion.pontevedra.gal/pontenciencia/> Multidepartamental. J.B Búa

ACTIVIDADES - EVENTOS DE CENTRO INTERDEPARTAMENTAIS:

- 1º TRIMESTRE, ÚLTIMO DÍA DE CLASE: 12 - 14.30 h. Actividade TU CARA ME SUENA / Org. Grupo de Teatro / ANPA
- 2º TRIMESTRE: ACTIVIDADES DE ENTROIDO, DATA A DETERMINAR, no pabellon, de 11.30 - 14.30. / Org. Grupo de Teatro / ANPA
- 8 DE MARZO, DÍA DA MULLER TRABALLADORA: Actividade INTERDEPARTAMENTAL (ver continuidade da realizada no curso pasado)

[Información incorporada á aula virtual do IES SANCHEZ CANTON](#), páxina de actividades

Ligazón a [proxectos desenvolto no curso 17/18](#)

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2020-2021

BREVES ORIENTACIÓNS DE ORGANIZACIÓN PARA IMPARTIR AS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA NA ESO, BACHARELATO E CICLO FORMATIVO (TSEASD), POR MOR DA COVID 19 (CURSO 2020-21)

1. O Pavillón (aulas de educación física) dividirase en dúas partes; Pavillón 1 e a parte pegada aos almacéns do material, E Pavillón 2 parte da pista que está mesmo na entrada ao Pavillón. Cada grupo utilizará sempre a parte de pavillón que teña establecida durante todo o curso, e cada alumno/a utilizará sempre o seu lugar na bancada ónde o sitúe o profesor no primeiro día de clase.
2. Nas dúas primeiras semanas de clase o profesorado de educación física recollerá ao seu alumnado co que teña clase, na súa aula e os baixará ao pavillón pola zona sinalada formando unha ringleira e mantendo a distancia de seguridade.
3. Situado o grupo na porta do pavillón para realizar a súa clase, estes limparán as mans co xel situado nos dispensadores situados na entrada do pavillón. Non poderán acceder aos vestiarios , soamente farano co permiso do profesor por mor dunha necesidade importante.
4. O alumnado do grupo que lle toque a parte do Pavillón 1 entrará en ringleira xirando a esquerda e camiñarán pegados a parede por diante dos vestiarios sen entrar en eles e dirixiranse a seu posto que ten asinado e sinalizado na bancada, unha vez alí sentado esperará ao seu profesor/a
5. O alumnado do grupo que lle toque o Pavillón 2 entrará directamente en ringleira de fronte as bancadas de esa parte onde unha vez sentados na zona sinalada agardarán ao seu profesor/a.
6. O profesorado poderá decidir, si as condición climatolóxicas o permiten, utilizar o Patio exterior das pistas polideportivas: estas terán catro partes .

Patio Exterior

Zona 1 (Ciclo F.)	Zona 2	Zona 3
Zona 4 Cuberta		

7. O remate na clase farase escalonadamente e será da seguinte maneira: O curso que esté na parte de Pavillón 2 rematará a clase 10 minutos antes do toque to timbre e en grupos de catro entrarán no vestiario a lavar as mans, cambiar a camiseta, zapatillas e secarse con unha toalla. Todo isto de forma moi rápida. Os dous últimos de cada grupo desinfectan antes da entrada dos seguintes. Máximo 1 minuto .
8. O curso que esté na parte do Pavillón 1 rematarán a clase 5 minutos antes do toque do timbre , e formando grupos de 4 antes e entrarán a lavar as mans cambiar a camiseta, zapatillas, e secarse con unha toalla. Os dous últimos de cada grupo desinfectan antes da entrada dos seguintes. En ningún caso poderán estar mais de 1 minuto.
9. O limitado material que se usen as clases será desinfectado constantemente polo profesorado .O papel utilizado deixarase no interior dos cubos plásticos con pedal establecidos para este cometido.

Pontevedra 23 de setembro de 2020

O Departamento de Educación Física