

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36019256	IES de Vilalonga	Sanxenxo	2024/2025

Área/materia/ámbito

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

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	16
4.2. Materiais e recursos didácticos	19
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	19
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	20
5.3. Procedemento de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes	22
6. Medidas de atención á diversidade	23
7.1. Concreción dos elementos transversais	24
7.2. Actividades complementarias	25
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	25
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	27
9. Outros apartados	28

1. Introducción

A presente programación está baseada no esquema formulado no "DECRETO 156/2022, do 15 de setembro, polo que se establecen a ordenación e o currículo da educación secundaria obrigatoria na Comunidade Autónoma de Galicia" desenvolto na "ORDE do 26 de maio do 2023 polo que se establecen a ordenación e o currículo da educación secundaria obrigatoria na Comunidade Autónoma de Galicia e se regula a avaliación nesa etapa educativa".

Coa programación da materia de Educación Física no Ensino Secundario Obrigatorio tentárase "dar continuidade ao traballo realizado na etapa anterior e aos retos clave que comezaron a abordarse nela, que pasan, entre outros, por conseguir que o alumnado consolide un estilo de vida activo, asente o coñecemento da propia corporalidade e o gozo das manifestacións culturais de carácter motriz, integre actitudes ecosocialmente responsables ou afiance o desenvolvemento de todos os procesos de toma de decisións que interveñen na resolución de situacións motrices".

A súa finalidade pedagóxica centrase en consolidar un estilo de vida activo e saudable que lle permita ao alumnado perpetualo ao longo da súa vida a través da planificación autónoma e da autorregulación da súa práctica física e de todos os compoñentes que afecten a saúde.

O I.E.S. de Vilalonga está emprazado nunha zona rural, no lugar da Salgueira, parroquia de Vilalonga, concello de Sanxenxo (Pontevedra), e comezou a súa actividade en novembro de 1980 como instituto de Formación Profesional. En 1989 fundiuse baixo a denominación actual co Instituto de Bacharelato que se creara ao seu carón.

A oferta educativa do Centro abarca desde a ESO e o Bacharelato (Científico-Tecnolóxico e de Humanidades e Ciencias Sociais), os Ciclos Formativos de Grao Medio (Xestión Administrativa e Electromecánica de Vehículos) e Superior (Administración e Finanzas), a Formación Profesional Básica (Mantemento de Vehículos, Servizos Administrativos e Cociña e Restauración) até a ensinanza de adultos (Nivel II de Educación Secundaria de Adultos e a Oferta Modular do Ciclo Medio de Xestión Administrativa).

O alumnado de 1º de Bacharelato provén maioritariamente do noso Centro (4º de ESO), do IES de Sanxenxo, do IES de Meaño e do centro concertado Abrente.

1.4.- Grupos deste nivel no centro:

1º BAC A- Imparte clase a profesora Marta Mera Carrión

1º BAC B- Imparte clase a profesora Marta Mera Carrión

1º BAC C- Imparte clase a profesora Marta Mera Carrión

1º BAC D- Imparte clase a profesora Marta Mera Carrión .

1º BAC E- Imparte clase a profesora Marta Mera Carrión

1.5.- Instalacións:

- Un ximnasio que ten unhas dimensións de 18 x 7 m., empregado para actividades como as actividades ximnásticas, condición física, tenis de mesa, ioga, esgrima, acrosport ou bailes de salón.

- Un pavillón municipal cuberto, para actividades como voleibol, bádminton, aeróbic, balonmán...

- Un patio exterior con dúas pistas polideportivas para a práctica de deportes colectivos e condición física, sempre que o tempo o permita.

Pode ocorrer que algún contido non se traballe ou avalíe por falta de tempo ou por que a chuvia nos impida dar clase nas pistas exteriores ou por humidades o auga no pavillón.

1.6.- Organización do Departamento en función do grupo e da instalación

1º trimestre e o 2º trimestre : O profesor Gerardo Sanmartín Gil utilizará o ximnasio/pistas exteriores con 4º ESO A e B e 3º ESO A e B, a profesora Marta Mera Carrión utilizará o pavillón co alumnado de 1º BAC e 1º ESO A e B e o profesor Ramón Martínez Reguera utilizará o ximnasio/pistas exteriores con 1º C, 2º A,B,C e 4º da ESO C.

3º trimestre: O profesor Gerardo Sanmartín Gil utilizará o pavillón con 4º ESO A e B e 3º ESO A e B, a profesora Marta Mera Carrión utilizará o ximnasio/pistas exteriores co alumnado de 1º BAC e 1º ESO A e B e o profesor Ramón Martínez Reguera utilizará o pavillón con 1º C, 2º A,B,C e 4º da ESO C.

1.7.- Características dos grupos de 1º Bacharelato:

- nº de alumnos/as: 142

nº de alumnos/as por curso: 1º BACH A: 32 Alumnos / 1º BACH B: 30 Alumnos/ 1º BACH C: 26 Alumnos/ 1º BACH D:

26 Alumnos/ 1º BACH E: 28 Alumnos

- nº de alumnos/as que permanecen un ano máis no mesmo curso: 3
- Alumnado susceptible de contar con medidas de atención á diversidade:
- Alumnado con algunha enfermidade ou dado de alta no programa de Alerta escolar: Varios alumnos presentan alerxias e asma.
- Alumnado susceptible de contar con medidas de atención á diversidade: Dislexia, , déficit de aprendizaxe e alumnado en situación de vulnerabilidade

1.8.- Lingua na que se imparte a materia en cada grupo: Castelá.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Interiorizar o desenvolvemento dun estilo de vida activo e saudable, planificando responsable e conscientemente a súa actividade física a partir da autoavaliación persoal con base en parámetros científicos e avaliábeis, e axustando as prácticas motrices ás súas necesidades e motivacións persoais para satisfacer as súas demandas de lecer activo e de benestar persoal, así como coñecer posibles saídas profesionais asociadas á actividade física.			2-5	1-4	11-12-50		3	
OBX2 - Adaptar autonomamente as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices específicas das modalidades practicadas, a diferentes situacións con distintos niveis de dificultade, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión e execución adecuados á súa lóxica interna para resolver situacións motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas, e consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					12-40		2-3	
OBX3 - Difundir e promover novas prácticas motrices, compartindo espazos de actividade físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto cara aos participantes e ás regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica e proactiva ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír autonomamente ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos nos que se participa, fomentando a detección precoz e o coñecemento das estratexias para abordar calquera forma de discriminación ou violencia.	5	3			11-20-50	3		

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX4 - Analizar criticamente, e investigar, sobre as prácticas e manifestacións culturais vinculadas coa motricidade segundo a súa orixe e evolución, desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económicos, políticos e sociais que condicionasen o seu desenvolvemento, practicándoas e fomentando a súa conservación para ser capaz de defender, desde unha postura ética e contextualizada, os valores que transmiten.		3	5		12	1		1
OBX5 - Implementar un estilo de vida sustentable e comprometido coa conservación e mellora da contorna, organizando e desenvolvendo accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, asumindo responsabilidades na seguridade das prácticas, para contribuír activamente ao mantemento e coidado do medio natural e urbano e dar a coñecer o seu potencial entre os membros da comunidade.			5		12-20	4	1	

Descrición:
3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	MELLORA DA CONDICIÓN FÍSICA	Nesta UD o alumnado coñecerá diferentes métodos de adestramento para mellorar a condición física, ademais debe aprender a avaliar e interpretar o estado da súa condición física saudable, empregando distintos test, así como aplicacións específicas.	15	16	X		
2	PRIMEIROS AUXILIOS	Nesta UD o alumnado aprenderá a anticiparse aos riscos e lesións derivadas das diversas prácticas motrices, e tentará dominar os protocolos de intervención ante situacións críticas ou accidentes (PAS, DEA, DESA, RCP, entre outros).	6	6	X		
3	DEPORTES DE EQUIPO: O BALONCESTO	Nesta UD o alumnado traballará un deporte de rede, neste caso o Baloncesto. Repasará e de ser o caso, profundizará na lóxica do xogo e nos elementos técnicos, tácticos e regulamentarios.	14	15	X		
4	PLANIFICACIÓN DO PROGRAMA DE ACTIVIDADE FÍSICA	Nesta UD o alumnado debe facer un programa para mellorar o súa condición	5	6		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
4	INDIVIDUALIZADO. SAÍDAS PROFESIONAIS.	física empregando diferentes métodos de entrenamiento O alumnado aprenderá a planificar o seu propio plan de adestramento en función dos resultados da autoavaliación realizada anteriormente e dos obxectivos que se propoña. Centrarase principalmente na musculatura lumbo-pélvica pola súa relación directa coa saúde musculoesquelética do resto do corpo e a resistencia.	5	6		X	
5	DEPORTES DE EQUIPO: O VOLEIBOL	Nesta UD o alumnado traballará un deporte de rede, neste caso o Voleibol. Repasará e de ser o caso, profundizará na lóxica do xogo e nos elementos técnicos, tácticos e regulamentarios.	12	12		X	
6	EXPRESIÓN CORPORAL: A MUÑEIRA	Nesta UD didáctica o alumnado traballará as técnicas de expresión a través da danza tradicional	6	6		X	
7	DEPORTES DE RAQUETA: O BÁDMINTON	Nesta UD o alumnado traballará un deporte de rede, neste caso o Bádminton. Repasará e de ser o caso, profundizará na lóxica do xogo e nos elementos técnicos, tácticos e regulamentarios.	12	12		X	
8	APLICACIÓN DO PROGRAMA DE ACTIVIDADE FÍSICA INDIVIDUAL	Nesta UD o alumnado debe levar a práctica o programa para mellorar o súa condición física e valorar e intepretar se houbo mellora da condición física cos mesmos test empregados no primeiro trimestre.	9	9			X
9	ACTIVIDADES CIRCENSES	Nesta UD o alumnado deberá afrontar e tentar resolver diferentes desafíos físicos, tanto de xeito individual como colectivo, característicos das actividades acrobáticas e circenses.	11	11			X
10	ACTIVIDADES DE LECER NA NATUREZA	Nesta UD o alumnado disfrutará das actividades o aire libre profundizará nos coñecementos e técnicas de Orientación, tanto no ámbito urbán como no medio natura, e practicará algúns dos deportes tradicionais e populares, tanto autóctonos como doutras rexións do mundo.	10	12			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	MELLORA DA CONDICIÓ FÍSICA .	16

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Empregar de maneira autónoma aplicacións e dispositivos dixitais relacionados coa xestión da actividade física, respectando a privacidade e as medidas básicas de seguridade vinculadas á difusión pública de datos persoais.	Empregar autónomamente aplicacións dixitais relacionadas coa planificación da A. Físico-deportiva para a saúde, e respectar a privacidade e as medidas de seguridade sobre á difusión de datos persoais.	PE	20
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.		TI	80
CA1.1.1. - Realizar a planificación dun programa personal de actividade física dirixida á mellora da forza e da resistencia.	Por en práctica sistemas de adestramento , exercicios compensatorios e coñecer como traballar a musculatura lumbo-pélvica para o adestramento de forza		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Autoavaliación das capacidades físicas e coordinativas como requisito previo á planificación: técnicas, estratexias e probas de valoración. - Sistemas de adestramento. - Profesións vinculadas á actividade física e á saúde. - Dietas equilibradas segundo as características físicas e persoais. - Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física. - Técnicas básicas de descarga postural e relaxación. - Exercicios compensatorios da musculatura segundo a actividade física. - Musculatura lumbo-pélvica para adestramento da forza. - Identificación de problemas posturais básicos e planificación preventiva da saúde postural en actividades específicas. - Saúde social. - Vantaxes e inconvenientes do deporte profesional. - Saúde mental. - Técnicas de respiración, visualización e relaxación para liberar tensión e os seus beneficios na atención e concentración.

UD	Título da UD	Duración
2	PRIMEIROS AUXILIOS	6

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.		PE	50
CA2.1.2. - Poñer en práctica medidas específicas para a prevención de lesións así como medidas para a aplicación de primeiros auxilios.	Coñecer e aplicar correctamente a conduta PAS, Protocolo RCP, maniobra de Heimlich.		
CA2.1 - Coñecer e implementar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da actividade física, así como para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente, poñendo en práctica normas de seguridade individuais e colectivas, identificando as posibles transferencias que estes coñecementos teñen ao ámbito profesional e ocupacional.		TI	50
CA2.1.1. - Coñecer medidas específicas para a prevención de lesións así como medidas para a aplicación de primeiros auxilios ante situacións de emerxencia ou accidente.	Coñecer e aplicar correctamente a conduta PAS, Protocolo RCP, maniobra de Heimlich.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Protocolos ante alertas escolares. - Actuacións críticas ante accidentes. - Conduta PAS: protexer, avisar, socorrer. - Desprazamentos e transporte de accidentados. - Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA). - Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). - Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares). - Contido básico de caixa de primeiros auxilios.

UD	Título da UD	Duración
3	DEPORTES DE EQUIPO: O BALONCESTO	15

Cráterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Organizar e practicar diversas actividades motrices, posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	PE	20
CA3.3 - Identificar, analizar e comprender os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas, identificando erros comúns e propoñendo solucións para estes.	Identificar os factores clave que condicionan a intervención dos compoñentes cualitativos da motricidade na realización de xestos técnicos ou situacións motrices variadas.	TI	80
CA3.4 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de situacións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións. - Análise colectiva de resultados e reaxuste de actuacións para conseguir o éxito en actividades cooperativas. - Accións que provocan situacións de vantaxe con respecto ao adversario nas actividades de oposición. - Oportunidade, pertinencia e risco das accións nas actividades físico-deportivas de contacto a partir da análise dos puntos fortes e débiles propios e do rival. - Perfeccionamento das habilidades específicas dos deportes ou actividades físicas. - Desempeño de roles e funcións relacionados co deporte: arbitraje, persoal técnico, participante, público e outros. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.

UD	Título da UD	Duración
4	PLANIFICACIÓN DO PROGRAMA DE ACTIVIDADE FÍSICA INDIVIDUALIZADO. SAÍDAS PROFESIONAIS.	6

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

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.		PE	100
CA1.1.1. - Realizar a planificación dun programa persoal de actividade física dirixida á mellora da forza e da resistencia.	Elaborar maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora , aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde mental. - Trastornos vinculados coa imaxe corporal. - Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza en publicidade, e medios de comunicación e redes sociais.

UD	Título da UD	Duración
5	DEPORTES DE EQUIPO: O VOLEIBOL	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.1 - Organizar e practicar diversas actividades motrices, valorando o seu potencial como posible saída profesional e analizando os seus beneficios desde a perspectiva da saúde, o gozo, a autosuperación e as posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	Organizar e practicar diversas actividades motrices adaptando actitudes de interese, esforzo, liderado e empatía ao asumir e desempeñar distintos roles relacionados con elas.	PE	20
CA1.3 - Actuar de forma crítica, comprometida e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade á información recibida.	Actuar de forma crítica e responsable ante os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal e os comportamentos que poñan en risco a saúde	TI	80

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Solucionar de forma autónoma situacións de oposición, colaboración ou colaboración-oposición en contextos deportivos ou recreativos con fluidez, precisión e control, aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación e adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.	Aplicar de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación, adaptando as estratexias ás condicións cambiantes que se producen na práctica.		
CA4.2 - Establecer mecanismos de relación e entendemento co resto de participantes durante o desenvolvemento de diversas prácticas motrices con autonomía e facendo uso efectivo de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade de competencia motriz, e situándose activa, reflexiva e criticamente fronte aos estereotipos, as actuacións discriminatorias e a violencia, así como coñecer as estratexias para a súa prevención, detección precoz e abordaxe.	Respectar a diversidade de competencia motriz do resto de participantes durante o desenvolvemento da práctica motriz e facer uso das habilidades sociais na resolución de conflitos.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Identificación de obxectivos motrices, saudables, de actividade ou similares a alcanzar cun programa de actividade física persoal. - Planificación para o desenvolvemento das capacidades físicas básicas: forza e resistencia. - Toma de decisións. - Desempeño de roles variados en procedementos ou sistemas tácticos postos en práctica para conseguir os obxectivos do equipo. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal; toma de decisións previas á realización dunha actividade motriz sobre os mecanismos coordinativos, espaciais e temporais, así como reaxuste da propia intervención para resolvela adecuadamente respecto a si mesmo, aos participantes e ao espazo no que se desenvolve a práctica. - Xestión do éxito e da fama en contextos físico-deportivos: exemplos, dificultades e estratexias. - Medidas para fomentar a igualdade no deporte. - Deporte e perspectiva de xénero: estereotipos de xénero en contextos físico-deportivos, presenza en medios de comunicación e redes sociais. - Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade.

UD	Título da UD	Duración
6	EXPRESIÓN CORPORAL: A MUÑEIRA	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.3 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	TI	100
CA5.3 - Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas, con e sen base musical, aplicando con precisión, idoneidade e coordinación escénica as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición para representalas ante as súas compañeiras e compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións corporais individuais ou colectivas con e sen base musical ante as súas compañeiras e compañeiros, e aplicar as técnicas expresivas máis apropiadas a cada composición.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociais: estratexias de inclusión doutras persoas nas actividades de grupo, animando á súa participación e respectando as diferenzas. - Técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicais con intencionalidade estética ou artístico-expresiva.

UD	Título da UD	Duración
7	DEPORTES DE RAQUETA: O BÁDMINTON	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución	PE	20
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.		TI	80
CA3.1.1. - Coñecer patróns motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso .	Coñecer patróns motores de carácter individual, xestionando calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso .		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.1.2. - Desenvolver e poñer en práctica patróns motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Desenvolver e poñer en práctica patróns motores de carácter cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisións. - Resolución de situacións motrices variadas axustando eficientemente os compoñentes da motricidade en actividades individuais. - Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema coa resolución máis eficiente de acordo cos recursos dispoñibles. - Historias de vida significativas de deportistas profesionais de ambos os xéneros, exemplos de boas prácticas profesionais no deporte. - Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade. - Mercado, consumismo e deporte. - Saídas profesionais no ámbito deportivo.

UD	Título da UD	Duración
8	APLICACIÓN DO PROGRAMA DE ACTIVIDADE FÍSICA INDIVIDUAL	9

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Planificar, elaborar e poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora ou ao mantemento da saúde, aplicando os diferentes sistemas de desenvolvemento das capacidades físicas implicadas, segundo as necesidades e intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal, avaliando os resultados obtidos.			
CA1.1.2. - Poñer en práctica de maneira autónoma un programa persoal de actividade física dirixido á mellora da forza e a resistencia.	Poñer en práctica un programa persoal de actividade física dirixido á mellora da forza e a resistencia.	TI	100

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma, e segundo as súas preferencias persoais, os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural e relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, reflexionando sobre a súa relación con posibles estudos posteriores ou futuros desempeños profesionais.	Incorporar procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física. - Programa persoal de actividade física atendendo á frecuencia, volume, intensidade e tipo de actividade. - Avaliación do logro dos obxectivos do programa e reorientación de actividades a partir dos resultados. - Beneficios e regras da práctica de actividade física para a saúde individual ou colectiva. - Hábitos sociais e os seus efectos na condición física e a saúde.

UD	Título da UD	Duración
9	ACTIVIDADES CIRCENSES	11

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	Desenvolver proxectos motores de carácter colaborativo, xestionando autonomamente calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso de forma eficiente, creativa e axustada aos obxectivos que se pretendan alcanzar.	TI	100
CA2.3 - Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos e producións motrices, liquidando de forma coordinada calquera imprevisto ou situación que poida ir xurdindo ao longo do proceso.	Colaborar mostrando iniciativa durante o desenvolvemento de proxectos		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Xestión das medidas relacionadas coa planificación da actividade física e deportiva (tipo de deporte, material necesario, obxectivos da preparación, actividades e similares). - Selección responsable e sustentable do material deportivo. - Análise crítica de estratexias publicitarias.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Autoxestión de proxectos persoais de carácter motor. - Prevención de accidentes nas prácticas motrices. - Xestión do risco propio e do dos demais: planificación de factores de risco en actividades físicas, medidas colectivas de seguridade.

UD	Título da UD	Duración
10	ACTIVIDADES DE LECER NA NATUREZA	12

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Comprender e contextualizar a influencia cultural e social das manifestacións motrices máis relevantes no panorama actual, analizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Contextualizar a influencia cultural e social nalizando as súas orixes e a súa evolución ata a actualidade e rexeitando aqueles compoñentes que non se axusten aos valores dunha sociedade aberta, inclusiva, diversa e igualitaria.	PE	20
CA6.1 - Promover e participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, interactuando con elas de maneira sustentable, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir reducindo ao máximo a súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións dirixidas á conservación e mellora das condicións dos espazos nos que se desenvolvan.	Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais terrestres ou acuáticas, minimizando o impacto ambiental	TI	80
CA6.2 - Practicar e organizar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.	- Practicar actividades físico-deportivas no medio natural e urbano, aplicando normas de seguridade individuais e colectivas para previr e controlar os riscos intrínsecos á propia actividade derivados da utilización dos equipamentos, a contorna ou a propia actuación dos participantes.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Os xogos e deportes tradicionais e autóctonos e o seu vínculo cultural: orixe, evolución, preservación e factores condicionantes. - Deporte: análise crítica da súa influencia na sociedade. - Fomento da mobilidade activa, segura, saudable e sustentable en actividades cotiás. A aprendizaxe da práctica ciclista urbana segura. - Análise das posibilidades da contorna natural e urbana e actuacións para a súa mellora desde o punto de vista da motricidade, para a práctica de actividade física e deporte: equipamentos, accesibilidade, usos e necesidades. - Prevención de riscos asociados ás actividades e os derivados da propia actuación e da do grupo.

Contidos

- Materiais e equipamentos: manexo segundo as súas especificacións técnicas.
- Uso sustentable e conservación de recursos urbanos e naturais para a práctica de actividade física.
- Promoción e usos creativos da contorna desde a motricidade.

4.1. Concrecións metodolóxicas

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

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

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

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

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

1. ESTILOS DE ENSINO

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

Na relación ensino-aprendizaxe non se pode considerar que un estilo sexa mellor que outro, xa que ningún deles aseguranos a consecución de todos os obxectivos a traballar na E.F.

Polo tanto, partindo da idea de que non existe un estilo de ensino ideal, chegamos á conclusión de que cada un ten un carácter propio que permite alcanzar obxectivos secundarios específicos deste.

Chegado o momento de decidirse por un determinado estilo de ensino, a súa selección farase en función de cal sexa o máis apropiado para a ensino-aprendizaxe dunha tarefa determinada. Así para as aprendizaxes técnicas e doutros contidos de similares características, empregaremos estilos máis directivos; mentres que para aprendizaxes tácticas, de expresión corporal, e outros de similares características fomentaremos a creatividade a través de estilos baseados no descubrimento.

Darase o caso de que nunha mesma sesión se varíen os estilos de ensino empregados dependendo de cada tarefa.

2. ORGANIZACIÓN ESPAZO-TEMPORAL

AGRUPAMENTOS

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

UTILIZACIÓN DE ESPAZOS

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

OPTIMIZACIÓN DO TEMPO DE ACTIVIDADE

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

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

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

Eficiencia no tempo dispoñible. O devandito tempo trataremos de optimizalo do seguinte xeito;

a) Claridade e brevidade nas explicacións das tarefas. Focalizaremos a atención nun ou dous aspectos que aseguren certas posibilidades de éxito nos primeiros intentos para non desbordar o alumnado con demasiada información e ademais, conseguir que se motiven polos primeiros éxitos alcanzados. Especial trato dedicaremos ás premisas de respecto mutuo e de seguridade nas tarefas, de cara a que o alumnado aprenda claramente o seu papel na prevención de riscos e na axuda ao compañeiro/a.

b) Rendibilidade na montaxe e recollida do material. Para evitar as perdas de tempo nesta faceta da sesión, aproveitaremos ao máximo os materiais que seleccionemos para a sesión. Ademais, designaremos ao inicio da sesión, ao alumnado responsable da colocación e recollida do material que se vaia utilizar. Naquelas sesións nas que se vaia traballar en circuíto e necesiten moito material, intentaremos na medida do posible, realizar a montaxe previamente á sesión.

c) Eficiencia na formación e transición dos agrupamentos. Para evitar as perdas de tempo que supoñen tanto o establecemento de agrupamentos, como a transición duns a outros, naquelas sesións nas que as actividades de ensino-aprendizaxe demanden continuos cambios de agrupamentos, secuenciaremos as mesmas de tal maneira que vaian seguidas todas as actividades individuais, logo por parellas, logo por cuartetos, etc., aproveitando o agrupamento anterior para facer o seguinte, de ser posible.

d) Optimización das partes da sesión. Aínda que diferentes autores propoñen varias divisións das sesións de E.F., podemos dicir que basicamente as sesións de educación física divídense en tres partes, a saber: posta en acción, parte principal e volta á calma. Nos puntos anteriores abordamos as pautas a seguir para evitar as perdas de tempo na parte principal da sesión, centrándonos agora nas outras dúas partes.

Para limitar as perdas de tempo na posta en acción, aproveitaremos esta para explicar o sentido da sesión, relacionala coa sesión previa, e transmitir a maior parte da información necesaria para a súa parte principal.

Na volta á calma, aproveitaremos o tempo de recuperación para recordar os puntos máis importantes traballados na parte anterior, repartiremos, no seu caso, as fichas de avaliación da sesión e motivaremos o alumnado para a sesión seguinte.

3. O COÑECEMENTO DOS RESULTADOS/EXECUCIÓN

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

A progresión ao longo das etapas educativas debe ir dende un Coñecemento dos Resultados Extrínseco cara a un cada vez máis Intrínseco.

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

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

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

4. ACTIVIDADES

A función das actividades é a de reforzar os contidos, grazas a elas o alumnado adquire os mesmos. Ademais, teñen unha función favorecedora do proceso de socialización.

Polo tanto, para cumprir coa súa función, empregaremos diferentes tipos de actividades. As actividades de Diagnóstico empregarémolas principalmente nas primeiras sesións de cada U.D. co obxectivo de levar a cabo a avaliación dos coñecementos previos do alumnado sobre os contidos a desenvolver. As actividades de Desenvolvemento que empregaremos para desenvolver os contidos centrais das distintas UU.DD. Ligadas a estas actividades virán as de Síntese, nas cales trataremos de conseguir a aplicación dos contidos aprendidos, en situacións reais de práctica. Por último, seguindo a lóxica metodolóxica, levaremos a cabo as actividades de Avaliación, coas que pretendemos comprobar o nivel de adquisición de contidos desenvolvido polo alumnado. Non debemos esquecer, que dada a heteroxeneidade do alumnado, os ritmos de aprendizaxe son individuais, polo tanto teremos preparados dous tipos máis de actividades; as de Reforzo, que empregaremos con aquel alumnado cuxo ritmo de aprendizaxe sexa máis lento que o do grupo de referencia; e as de Ampliación, que empregaremos con aquel alumnado que presenta un dominio importante do contido dende un principio, ou cuxo ritmo de aprendizaxe está por riba do grupo de referencia.

5. ESTRATEXIA NA PRÁCTICA

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

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

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

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

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

6. RUTINAS

Para favorecer o bo funcionamento das sesións, e coa intención de optimizar ao máximo o tempo de práctica efectivo por parte do alumnado que redunde nunha maior aprendizaxe por parte destes, establécense unha serie de rutinas.

Entrada e Saída da aula: A entrada á aula será o máis puntual posible, establecéndose unha marxe de 5 minutos entre o toque do timbre e a entrada na aula de educación física (pavillón, pista, etc) correspondente. A saída da mesma non se producirá ata que toque o timbre.

Cambio de Roupa: O alumnado, nada máis acceder á instalación que así o requira, procederá sen demora ao cambio da roupa necesaria para realizar a sesión, sempre e cando este sexa necesario.

Hábitos Hixiénicos: Entendemos por aseo o secado da sudoración e o cambio de roupa. Para iso o alumnado contará con 5 minutos.

Recollida do Material: O material utilizado na sesión será recollido por quendas polo alumnado participante na sesión

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
Instalacións deportivas: Un ximnasio (18 x 7 m.), un pavillón municipal cuberto, un patio exterior con dúas pistas polideportivas.
Material diverso para traballar Bádminton: raquetas, voantes.
Material específico para traballar os deportes colectivos: balóns de voleibol, balóns de baloncesto.
Material común para a parte práctica de todas as unidades didácticas: conos, picas, petos.
Material específico dos diferentes deportes tradicionais: billardas, canicas, cordas, tabas, panos, buxainas.
Equipamento deportivo: Espaldeiras, redes, postes, canastras.
Material específico para as prácticas de RCP facilitado polo CFR de Pontevedra: maniquies.
Material común para a parte teórica de todas as unidades didácticas: pizarra, cañón.
Aula Virtual do centro/moodle.
Material bibliográfico do departamento e da biblioteca.

Na Aula Virtual, o alumnado terá á súa disposición material de traballo para desenvolver os contidos da aula, material de apoio para reforzar eses contidos e material de consulta e ampliación. Ademais poderán consultar aspectos relacionados coa programación, as cualificacións e os progresos que van acadando ao longo do curso.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Durante as dúas primeiras semanas de clase adicaranse unha sesión semanal a facer actividades de avaliación inicial que sirvan para comprobar en que medida o alumnado executa a nivel xeral as competencias adquiridas o curso anterior (necesarias para o seguimento da programación).

Ao inicio de cada Unidade Didáctica realizarase unha avaliación inicial durante a primeira sesión para comprobar os coñecementos previos que posúe o alumnado sobre os contidos da mesma.

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

Os instrumentos para realizar dita avaliación dependerá de cada Unidades Didáctica e pode ser un ou varios dos seguintes:

- Observación sistemática.
- Entrevista oral.
- Preguntas sobre coñecementos previos.
- Cuestionario escrito.
- Probas específicas.

Unha vez corrixiadas as actividades de avaliación inicial atendendo aos criterios de cualificación, o docente contará cunha referencia para adecuar o nivel de esixencia dos estándares de aprendizaxe e as orientacións metodolóxicas ó nivel de competencias rexistradas no alumnado. Así mesmo contará coa información pertinente para, unha vez contrastada cos outros membros da xunta de avaliación inicial, decidir que medidas ordinarias ou extraordinarias de atención á diversidade deberá aplicar.

As tarefas de avaliación inicial vanse a orientar na seguinte dirección:

- 1.- Identificar con claridade problemas de aprendizaxe do noso alumnado a comezos de curso. Para iso levarase a cabo unha proba escrita na que se tratará de avaliar non tanto o que lembran ou non o noso alumnado de etapas anteriores senón o seu nivel competencial á hora de interpretar textos, gráficos, realizar esquemas e resolver problemas formulados con contidos da nosa disciplina.
- 2.- Valorar o grao de desenvolvemento individual nos seguintes aspectos: comprensión, capacitación motriz, resolución de problemas e comunicación. Os instrumentos empregados neste caso serán test de condición física e unha rúbrica para avaliar o tratamento da diversidade individual
- 3.- Valorar aspectos relacionados co grupo: motivación-intereses do alumnado, actitude-colaboración e comunicación. O instrumento empregado neste caso será unha rúbrica para avaliar o tratamento da diversidade do grupo.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
Peso UD/ Tipo Ins.	15	6	14	5	12	6	12	9	11	10
Proba escrita	20	50	20	100	20	0	20	0	0	20
Táboa de indicadores	80	50	80	0	80	100	80	100	100	80

Unidade didáctica	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	100
Proba escrita	21
Táboa de indicadores	79

Criterios de cualificación:

Para a cualificación de cada Unidade Didáctica teremos en conta, os Criterio de Avaliación, os mínimos de consecución establecidos e o seu peso orientativo (establecido en cada UD). Tendo en conta estes elementos, cada UD valorarase sobre 10 puntos. No caso de detectarse dificultades nalgún alumno ou alumna, adoptaránse as

medidas de reforzo educativo necesarias.

A cualificación de cada trimestre, obterase calculando a partir de media ponderada das cualificacións obtidas en cada UD impartida no trimestre.

Para a obtención da nota empregaranse distintos procedementos, tanto probas escritas, como observación directa por parte da persoa docente. As probas escritas poderán ser exames tipo test, de resposta curta ou de desenvolvemento. Tamén poderán solicitarse a realización de traballos escritos. Ao ser unha materia eminentemente práctica, o procedemento de avaliación máis empregado será a observación directa a través de diversos instrumentos, principalmente rúbricas, listas de cotexo e escalas de valoración, en función dos contidos a desenvolver.

Atención especial require o alumnado que por diferentes motivos (lesións, malestares diversos, etc) non pode seguir o ritmo das sesións ou facer a clase por un período de tempo indeterminado. Ao ser a nosa materia práctica, intentarase que na medida do posible se incorpore ás sesións facendo as adaptacións oportunas. De non ser posible, determinarase o rol que deberá desempeñar, en función do tipo de sesión que se estea a desenvolver: árbitro, apoio aos compañeiros, alumno avantaxado, axudante da persoa docente, etc

AVALIACIÓN FINAL

A nota final dos alumnos/as será a media aritmética das tres avaliacións (tendo en conta as recuperación realizadas da primeira, segunda e terceira avaliación) tendo en conta as notas reais (non a que aparece no XADE). Esta media debe ser igual ou superior a 5 puntos para superar a materia

Criterios de recuperación:

Recuperación trimestral:

No caso de que algún alumno/-a non supere a primeira ou a segunda avaliación, deberá realizar ao longo do seguinte trimestre, as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. No caso de non superar a terceira avaliación, deberá realizar antes de finalizar o trimestre as probas teórico/prácticas das UD non superadas. Una vez superadas ditas probas, a súa cualificación alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a U.D. avaliada, e polo tanto afectará á media da nota do trimestre. A materia quedará aprobada se a media aritmética (notas reais non a do xade) das tres avaliacións é igual ou superior a 5 puntos.

Recuperación final :

No caso de que algún alumno/a non supere a nota final, deberá realizar a finais da avaliación , as probas teórico/prácticas das UD non superadas nas avaliacións anteriores. Unha vez superadas ditas probas, a súa cualificación, alterará a nota xeral da avaliación á que corresponda a UD avaliada e polo tanto afectará á media da nota final de curso. A materia quedará aprobada se a media aritmética (notas reais non a do xade) das tres avaliacións é igual ou superior a 5 puntos.

Avaliación final extraordinaria:

O alumnado que non superara o curso, deberá realizar unha proba final extraordinaria con toda a materia do curso. Será unha proba escrita (50%) e outra práctica (50%).

No período que comprende os días entre a avaliación ordinaria e a avaliación final extraordinaria, o alumnado que non superase a materia, terá clases para reforzar os contidos do curso e preparar as diferentes probas tanto teóricas como prácticas.

O alumnado que superou a materia, nese período terá actividades de ampliación, levando a cabo a práctica de deportes e actividade física para o tempo de lecer, como o coñecemento de deportes alternativos e actividades na natureza e ao aire libre.

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

Para superar as materias pendentes,

O departamento de Educación Física considera que o alumnado que teña a materia pendente de 1º de Bacharelato en 2º curso, deberá realizar unha serie de tarefas e/ou probas tanto teóricas como prácticas propostas polo Xefe do Departamento. No presente curso 2024/-25 non se atopa ningún alumno/-a nesta situación.

Se se producise o caso de ter alumnado nesta situación, as tarefas e/ou probar teórico-prácticas propostas polo Xefe de Departamento serán trimestrais e versarán sobre os contidos e unidades didácticas que se estén a impartir no curso de 1º de Bacharelato, seguindo os criterios de cualificación e avaliación dese curso. O seguimento, reforzo e presentación de tarefas, contidos, probas, etc. a este alumnado será a cargo da xefatura de departamento.

Para este alumnado un plan de recuperación personalizado. Neste plan farase constar, ademais dos apartados establecidos normativamente, os mínimos de consecución que o alumnado ten pendentes de superar, e de ser o caso, as UU.DD. Tamén farase un calendario de titorías, previa cita por parte do alumnado, para desenvolver o seguimento das tarefas propostas no plan de recuperación. Neste calendario estableceranse tamén as datas das probas para superar os contidos en cada un dos trimestres, e o tipo das mesmas.

A materia pendente considerarase superada cando, tralos 3 trimestres, o alumno/a teña unha nota media igual

ou superior a 5 puntos

Unha vez establecido o calendario da ABAU, e de non ter superado a materia fixarase unha proba final extraordinaria. En dita proba o alumnado deberá superar os mínimos establecidos para cada unha das UDD mediante probas prácticas (50%) e unha proba escrita (50%). Os instrumentos da avaliación utilizados serán os indicados anteriormente.

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo á Orde do 8 de setembro de 2021 polo que se desenvolve o Decreto 229/2011 de atención á diversidade en Galicia, adoptaranse as medidas de carácter ordinario e extraordinario que se consideren oportunas e axeitadas ao alumnado.

As medidas de atención á diversidade tomadas dende a área de Educación Física terán coma obxectivo prioritario a procura dun contexto de aprendizaxe que favoreza non só a adquisición de coñecementos relacionados coa área senón tamén aprendizaxes que favorezan ó máximo a súa socialización no contexto escolar e na sociedade.

Os resultados obtidos das avaliacións iniciais e dos informes individualizados van a orientarnos sobre as diferenzas que existen entre o alumnado en canto a niveis, motivacións e ritmos de aprendizaxe.

Con carácter xeral, para adecuarse aos diferentes ritmos de aprendizaxe e capacidades, contéplanse actividades de reforzo e ampliación con tempos flexibles e aprendizaxe cooperativa en grupos heteroxéneos.

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

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

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

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

Para atender as diferenzas entre o alumnado desta área contéplanse tres tipos de medidas ordinarias nos tempos e espazos das aulas habituais:

1. Adaptación dos instrumentos de avaliación en forma de actividades de reforzo para os alumnos que teñan grandes dificultades para acadar o grao mínimo de consecución dos estándares de aprendizaxe.
2. Adaptación dos instrumentos de avaliación en forma de actividades de ampliación para os alumnos que manifesten unha grande capacidade na aprendizaxe dos estándares.
3. Adaptación das metodoloxías de ensino-aprendizaxe en forma de traballo colaborativo entre alumnado con grao heteroxéneo de desenvolvemento de capacidades de modo que os máis avanzados titoricen aos que precisan algún tipo de reforzo.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL		X				X		
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - CREATIVIDADE						X		

	UD 9	UD 10
ET.1 - COMPRENSIÓN DE LECTURA	X	X
ET.2 - EXPRESIÓN ORAL E ESCRITA	X	X
ET.3 - COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL	X	X
ET.4 - COMPETENCIA DIXITAL	X	X
ET.5 - EMPRENDEMENTO SOCIAL E EMPRESARIAL	X	X
ET.6 - FOMENTO DO ESPÍRITU CRÍTICO E CIENTÍFICO	X	X
ET.7 - EDUCACIÓN EMOCIONAL E EN VALORES	X	X
ET.8 - IGUALDADE DE XÉNERO	X	X
ET.9 - CREATIVIDADE	X	

Observacións:

A comprensión de lectura traballarase en todas as UU.DD. a través da proposta de lecturas que aborden a temática da U.D.

A expresión oral valorarase nas exposicións que deba facer o alumnado, así como na dirección de partes das sesións de clase (quecemento, por exemplo).

A expresión escrita traballarase a través das tarefas de redacción, recensión e nas probas escritas.

A comunicación audiovisual traballarase nas tarefas propostas ao alumnado sobre contidos da U.D.

A competencia dixital traballarase tanto a través do uso da aula virtual, como das aplicacións que se empreguen para desenvolver os contidos das diferentes UU.DD.

O emprendemento social e empresarial traballarase nas UU.DD. de primeiros auxilios, orientación, actividades acrobáticas e circenses, e a dramatización xa que se proporá ao alumnado facer representacións ante colectivos fora do centro, así como a organización de eventos no medio natural.

A educación emocional e en valores traballarase ao longo do curso a través das diferentes UU.DD.

A igualdade de xénero está presente en todo o currículo e polo tanto en toda a programación, especialmente a teremos presente en aquelas UU.DD. nas que os prexuízos poden influir nas ideas preconcebidas do alumnado.

A creatividade, aínda que presente en todas as tarefas motrices, traballarase principalmente nas unidades de actividades acrobáticas e circenses, e de dramatización.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Torneos deportivos	Durante este curso realizaranse torneos deportivos durante os recreos.		X	X

Observacións:

Na organización e desenvolvemento dos mesmos haberá unha implicación por parte do alumnado: elaboración de inscricións, cruces, arbitrase...

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

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
Realizo a programación de Educación Física tendo como referencia o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia.
Programo a materia tendo en conta o tempo dispoñible para o seu desenvolvemento.
Selecciono e secuencio de forma progresiva os contidos da programación de aula tendo en conta as particularidades de cada un dos grupos de estudantes.
Programo actividades e estratexias en función dos criterios de avaliación e dos contidos.
Planifico as clases de modo flexible, preparando actividades e recursos axustados á programación de aula e ás necesidades e aos intereses do alumnado.
Establezo, de modo explícito, os criterios, procedementos e instrumentos de avaliación e auto avaliación que permiten facer o seguimento do progreso do alumnado e comprobar o grao en que alcanzan as aprendizaxes.
Teño en conta o procedemento xeneral, que concreto na miña programación de aula, para a avaliación das aprendizaxes de acordo coa Programación de Área.
Contemplo outros momentos de avaliación inicial: a comezos dun tema, de Unidade Didáctica, de novos bloques de contido.

Cumpro a temporalización prevista no desenvolvemento dos contidos.
Aplico criterios de avaliación e criterios de cualificación en cada un das UD de acordo coa programación de área.
Reviso e corrijo frecuentemente os contidos, actividades propostas dentro e fora da aula, adecuación dos tempos, agrupamentos e materiais utilizados.
Metodoloxía empregada
Presento e propoño un plan de traballo, explicando a súa finalidade, antes de cada unidade.
Expoño situacións introdutorias previas ao tema que se vai a tratar (traballos, diálogos, lecturas...).
Relaciono as aprendizaxes con aplicacións reais ou coa súa funcionalidade.
Informo ao alumnado sobre os progresos conseguidos e as dificultades atopadas.
Comprobo que os alumnos comprenderon a tarefa que teñen que realizar: facendo preguntas, facendo que verbalicen o proceso.
Expoño actividades que aseguran a adquisición dos obxectivos didácticos previstos e as habilidades e técnicas instrumentais básicas.
Propoño aos meus alumnos actividades variadas (de diagnóstico, de introdución, de motivación, de desenvolvemento, de síntese, de consolidación, de recuperación, de ampliación e de avaliación).
Facilito estratexias de aprendizaxe: como solicitar axuda, como buscar fontes de información, pasos para resolver cuestións, problemas, dou ánimos e asegúrome a participación de todos...
Comprobo que os alumnos comprenderon a tarefa que teñen que realizar: facendo preguntas, facendo que verbalicen o proceso.
Controlo frecuentemente o traballo dos alumnos: explicacións adicionais, dando pistas...
Proporciono información ao alumnado sobre a execución das tarefas e como pode melloralas e, favorezo procesos de auto avaliación e coavaliación.
Corrijo e explico os traballos e actividades do alumnado e, dou pautas para a mellora das súas aprendizaxes.
Uso estratexias e procedementos de auto avaliación e co avaliación en grupo que favorezan a participación dos alumnos na avaliación.
Emprego de recursos multimedia no desenvolvemento das diferentes unidades didácticas.
Nas actividades que propoño existe equilibrio entre as actividades individuais e traballos en grupo.
Distribúo o tempo adecuadamente: (breve tempo de exposición e o resto do mesmo para as actividades que os alumnos realizan na clase).
Adopto distintos agrupamentos en función do momento, da tarefa a realizar, dos recursos para utilizar... etc, controlando sempre que clima de traballo sexa o adecuado.
Utilizo recursos didácticos variados (audiovisuais, informáticos, técnicas de aprender a aprender...), tanto para a presentación dos contidos como para a práctica dos alumnos, favorecendo o uso autónomo por parte dos mesmos.
Medidas de atención á diversidade
En caso de obxectivos insuficientemente alcanzados propoño novas actividades que faciliten a súa adquisición.
Relaciono os contidos e as actividades cos intereses e coñecementos previos do alumnado.
En caso de obxectivos suficientemente alcanzados, en curto espazo de tempo, propoño novas actividades que faciliten un maior grao de adquisición.
Teño en conta o ritmo de aprendizaxes do alumnado e, en función deles, adapto os distintos momentos do proceso de ensino- aprendizaxe.

Clima de traballo na aula
As relacións que establezo cos meus alumnos dentro da aula e as que estes establecen entre si son correctas, fluídas e non discriminatorias.
Favorezo a elaboración de normas de convivencia coa achega de todos e reacciono de forma ecuánime ante situacións conflitivas.
Estimulo a participación activa do alumnado na clase.
Fomento o respecto e a colaboración entre os alumnos e acepto as súas suxestións e achegas.
Proporciono situacións que facilitan ao alumnado o desenvolvemento da afectividade como parte da súa educación integral.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Planifico a miña actividade educativa de forma coordinada co resto do profesorado (xa sexa por nivel, ciclo, departamentos, equipos educativos e profesorado de apoio).
Coordínome con outros profesionais (profesores de apoio, Departamento de Orientación), para modificar e/ou adaptar contidos, actividades, metodoloxía, recursos...aos diferentes ritmos de aprendizaxe.
Realizo unha avaliación inicial a principio de curso, para axustar a programación, na que teño en conta o informe final do titor anterior, o doutros profesores e o do Departamento de Orientación.
Utilizo diferentes medios para informar a pais/nais, e profesorado dos resultados da avaliación.

Descrición:

Para avaliar as diferentes categorías "Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico", "Metodoloxía empregada" e "Organización xeral na aula e o aproveitamento dos recursos", utilizarase unha lista de control onde queden reflectidos cada un dos indicadores mencionados anteriormente.

Na avaliación do "Clima de traballo na aula" empregaranse dous instrumentos: un cuestionario dirixido ao alumnado e e unha reflexión persoal do docente baseada na experiencia co grupo e no rexistro diario de clase.

Para avaliar as "Medidas de atención á diversidade" empregarase unha escala de valoración onde se lle otorgará un valor a cada un dos indicadores: acadado, parcialmente acadado e non acadado.

A "Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais" será avaliada mediante unha listaxe de control. Avaliarase se as familias e o alumnado foron informados en tempo e forma dos contidos desta programación didáctica a través da páxina web do centro, da evolución do alumnado mediante entrevistas (titorías pais/nais) e se o alumnado tivo unha información constante ao longo do curso do relativo ao desenvolvemento da mesma. Tamén quedarán reflectidos na mesma listaxe os catro indicadores referentes á coordinación co resto do equipo docente.

Os resultados obtidos na avaliación dos diferentes indicadores faranse constar no seguimento de cada avaliación didáctica e da avaliación final e servirán de base a para a elaboración de propostas xerais de modificación e/ou mellora para o curso seguintes.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

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

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

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

- Ao remate de cada unidade didáctica: avaliarase a eficacia das actividades plantexadas, a consecución de

obxectivos por parte do alumnado, as dificultades atopadas, as necesidade de medidas de reforzo, os materiais e recursos empregados, outros instrumentos, etc.

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

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

- Ao rematar o curso escolar.

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

9. Outros apartados

1. CONDICIONANTES NO DESENVOLVEMENTO DA PROGRAMACIÓN.

Debido á situación extraordinaria que imos ter durante este curso debido ás obras nas instalacións deportivas do Concello de Sanxenxo, que emprega o centro para o desenvolvemento das sesións de Educación Física, a programación poderá necesitar axustes na temporalización das diferentes unidades didácticas.

2. GRAVACIÓN DE SESIÓNS DOCENTES OU EXAMES

- A profesora da materia, no exercicio da súa función educativa, poderá realizar gravacións dalgún exame práctico do alumnado como medio utilizado para a corrección do mesmo ou como visionado para a corrección de xestos técnicos relacionados coa práctica deportiva.

- Advertirase previamente ao alumnado da gravación da proba. Na Aula Virtual do centro, dentro do curso de Educación Física, publicarase a información do tratamento de imaxes en cumprimento do artigo 13 do RXP de acordo coas cláusulas tipo que achegue a Consellería.