

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

## Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36015159	IES Chan do Monte	Marín	2025/2026

## Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación secundaria obrigatoria	Educación física	3º ESO	2	70

Tipo de oferta
Réxime xeral-ordinario

<b>Contido</b>	<b>Páxina</b>
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	3
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	19
4.2. Materiais e recursos didácticos	20
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	20
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	22
7.1. Concreción dos elementos transversais	22
7.2. Actividades complementarias	23
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a práctica docente cos seus indicadores de logro	24
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	24
9. Outros apartados	24

## 1. Introducción

A área de E.Física educa as capacidades físicas e motrices dos alumnos/as. Isto implica tanto mellorar as posibilidades de acción dos/as alumnos/as, como propiciar a reflexión sobre a finalidade, sentido e efectos da acción mesma.

A comprensión da conducta motora non pode illarse da comprensión do propio corpo coma elemento presente na experiencia das persoas. Deste xeito, a educación a través do corpo e do movemento non pode reducirse tan so a aspectos perceptivos ou motrices, posto que implica ademais aspectos expresivos, emocionais, comunicativos, afectivos e cognoscitivos.

A educación das capacidades motrices non é, nembargantes, competencia unicamente da área educación física, xa que o corpo está presente na totalidade de experiencias das persoas e, neste senso, todas as áreas están comprometidas no desenvolvemento das devanditas capacidades.

A sociedade actual é cada vez máis consciente da necesidade de incorporar á cultura básica do cidadán, aqueles aspectos relacionados co seu corpo e co movemento, que contribúen a mellorar a súa calidade de vida.

O ensino da E.F. debe promover e facilitar que cada alumno chegue a comprender significativamente o seu propio corpo e as súas posibilidades, e coñecer e dominar un amplo número de actividades corporais e deportivas. Así, no futuro, poderá escoller as máis convintes para o seu desenvolvemento persoal.

Entendemos que dende a nosa área, debemos dotar ós alumnos/as dos instrumentos precisos para responsabilizarse do seu corpo, disfrutar do exercicio e das súas posibilidades motrices, mellorar as súas condicións de saúde, formar a súa propia personalidade e relacionarse cos seus compañeiros, aproveitando os recursos que o movemento lles brinda.

O departamento desexa formar un hábito deportivo e de movemento entre o alumnado, dentro do recreo persoal e a súa ocupación do tempo de lecer, motivándoos á participación nas competicións deportivas e actividades complementarias e extraescolares que terán lugar ó longo deste curso académico.

Sen dúbida para acadar todos estes obxectivos, somos conscientes das limitacións que temos ó contar con escaso número de horas lectivas semanais, un elevado nº de alumnos por aula (nalgúns casos), unha gran variedade de alumnos que contan, cada un deles, con diferentes niveles de capacidades tanto físicas como motrices.

O departamento tentará solventar, no posible, estas carencias e limitacións tan comúns na nosa área, e traballar para que o alumno tome verdadeira conciencia da importancia da actividade física e da práctica deportiva para mellorar a súa calidade de vida e obter unha aprendizaxe de actividades, valores, normas e coñecementos en beneficio do seu corpo, a súa saúde e o seu presente e futuro desenvolvemento motriz.

O IES CHAN DO MONTE de Mogor é un centro mixto dunha sola liña de ESO e BACHARELATO e FP (básica, media e superior)

En canto á ubicación do centro dicir que está ubicado na parroquia de Mogor, a 300 metros da praia de Agüete. O horario do centro distribúese da seguinte forma:

Mañán (Luns, xoves e venres): de 8:10 a 13:40, con 1 recreos e períodos lectivos de 30 minutos. Martes e mércores, a saída é as 15h con dous recreos de 30 min.

O Departamento de E.F. está integrado por tres profesores que traballarán ó longo do curso cos diferentes grupos, coa finalidade de acadar os obxectivos fixados na programación didáctica.

No referente ás instalacións, o IES Chan do Monte, dispón dun ximnasio que non cumpre os requisitos mínimos, e con dúas pistas exteriores, co pavimento moi deteriorado, podendo empregar unha delas que conta con dúas porterías e unha canastra, que se empregarán, sempre que as condicións atmosféricas o permitan.

Dentro do Ximnasio temos:

- Un vestiario alumnos.
- Un vestiario alumnas.
- Un despacho do Departamento con baño e ducha.

## 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

<b>Obxectivos</b>	<b>CCL</b>	<b>CP</b>	<b>STEM</b>	<b>CD</b>	<b>CPSAA</b>	<b>CC</b>	<b>CE</b>	<b>CCEC</b>
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas e deportivas nas rutinas diarias, a partir dunha análise crítica dos modelos corporais e do rexeitamento das prácticas que carezan de base científica para facer un uso saudable e autónomo do seu tempo libre e así mellorar a calidade de vida.	3		2-5	4	2-4			
OBX2 - Adaptar, con progresiva autonomía na súa execución, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións con dificultade variable, para resolver situacións de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionais, deportivas, expresivas e recreativas e para consolidar actitudes de superación, crecemento e resiliencia ao enfrontarse a desafíos físicos.					4-5		2-3	
OBX3 - Compartir espazos de práctica físico-deportiva con independencia das diferenzas culturais, sociais, de xénero e de habilidade, priorizando o respecto entre os participantes e as regras sobre os resultados, adoptando unha actitude crítica ante comportamentos antideportivos ou contrarios á convivencia e desenvolvendo procesos de autorregulación emocional que canalicen o fracaso e o éxito nestas situacións, para contribuír con progresiva autonomía ao entendemento social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa.	5	3			1-3-5	3		
OBX4 - Practicar, analizar e valorar distintas manifestacións da cultura motriz aproveitando as posibilidades e recursos expresivos que ofrecen o corpo e o movemento, afondando nas consecuencias do deporte como fenómeno social e analizando criticamente as súas manifestacións desde a perspectiva de xénero e desde os intereses económico-políticos que o rodean, para alcanzar unha visión máis realista, contextualizada e xusta da motricidade no marco das sociedades actuais.		3				2-3		1-2-3-4

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX5 - Adoptar un estilo de vida sostible e ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridade individuais e colectivas na práctica físico-deportiva segundo a contorna e desenvolvendo colaborativa e cooperativamente accións de servizo á comunidade vinculadas á actividade física e ao deporte, para contribuír activamente á conservación do medio natural e urbano.			5			4	1-3	

**Descrición:**

**3.1. Relación de unidades didácticas**

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	A resistencia e a flexibilidade: métodos e sistemas de entreno.	Ao longo desta UD., tanto a nivel teórico como práctico, se lle darán aos alumnos certas nocións relacionadas coa resistencia e a flexibilidade así como aqueles métodos e sistemas poden eles empregar para melloralas.	15	10	X		
2	Iniciación ao manexo do stick: floorball e minixokei.	Nesta UD se lle darán aos alumnos nocións prácticas e teóricas relacionadas co floorball, coa finalidade de que poidan aplicar, en situación de xogo, todos os elementos técnicos traballados.	15	10	X		
3	Os elementos técnicos do BALONMÁN (I): situacións prácticas.	Aquí abordaremos os elementos e habilidades específicas do balonmán coa finalidade de que sexan capaces de aplicarlas en situacións reais de xogo.	10	8		X	
4	O acrosport no centro educativo: figuras e pirámides.	Nesta UD. os alumnos coñecerán a nivel teórico e práctico as medidas de seguridade, aspectos regulamentarios deste deporte...así como os agarres e as posicións básicas das que poden partir para logo crear eles mesmos figuras e pirámides. Ademais coñecerán nocións básicas, pero moi importantes, relacionadas co aparato locomotor, os elementos que o compoñen e a relación destes co movemento.	10	6		X	
5	Xogos populares e tradicionais e actividades de trepa.	Levaremos á práctica xogos populares e tradicionais, non só de Galicia, senón tamén de España. Coñeceremos a orixe e aspectos concretos de cada un dos xogos .	5	4			X
6	Retos cooperativos	Proposta de retos cooperativos motrices	5	4	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
6	Retos cooperativos	grupais	5	4	X		
7	Expresión corporal. Circo	Análise dos segmentos corporais, relación co ritmo e a música. Elaboración dunha composición grupal	10	8			X
8	Badminton como deporte de adversario	Nesta UD se lle darán aos alumnos noções prácticas e teóricas relacionadas co badminton, coa finalidade de que poidan aplicar, en situación de xogo, todos os elementos técnicos traballados.	10	8		X	
9	Deporte alternativo cooperación oposición		10	8			X
10	Primeros auxilios	RCP. OVACE	10	4	X		

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	A resistencia e a flexibilidade: métodos e sistemas de entreno.	10

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Realizar actividades cotiás coñecendo novas aplicacións dixitais relacionadas coa actividade física	PE	20
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer métodos e sistemas que permitan mellorar as cualidades físicas (resistencia e velocidade) así como os aparellos e sistemas que inflúen no seu desenvolvemento.		
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Participar en actividades motrices sendo consciente e respectando a propia realidade corporal.	TI	80
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Realizar actividades motrices, de xeito autónomo, que impliquen traballo e mellora da condición física (resistencia e velocidade) tendo en conta aspectos como a alimentación saudable, dosificación do esforzo, hixiene,...		
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar en actividades motrices variadas asumindo papeis de organización, xestión e preparación.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso como do resultado.	Levar a cabo proxectos motores individuais, cooperativos,...sendo capaces de reconducilos, en función dos resultados, logo dun proceso de autoavaliación ou coevaluación.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar na práctica de situacións motrices que permitan alcanzar logros individuais ou colectivos, participando de xeito autónomo, nas diferentes tomas de decisións que vaian xurdindo.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Ser consciente e adoptar unha actitude crítica ante os estereotipos sexistas no mundo do deporte e da actividade física, identificando os factores que inflúen no seu mantemento.		
CA6.3 - Participar en actividades físico-deportivas no medio natural e urbano asumindo responsabilidades e aplicando normas de seguridade individuais e colectivas.	Participar en actividades físicas e motrices no medio natural, dun xeito seguro e responsable.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Control de resultados e variables fisiolóxicas básicas como consecuencia do exercicio físico.</li> <li>- Alimentación saudable e análise crítica da publicidade.</li> <li>- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.</li> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Saúde mental:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Creación dunha identidade corporal definida e consolidada afastada de estereotipos sexistas.</li> </ul> </li> <li>- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.</li> <li>- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.</li> </ul> </li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia).</li> <li>- Sistemas de adestramento.</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.</li> <li>- Igualdade no acceso ao deporte.</li> <li>- Exemplos de deportistas de Galicia de diferentes sexos, idades e outros parámetros de referencia.</li> <li>- Actitude crítica ante barreiras arquitectónicas e obstáculos da contorna que impidan ou dificulten a actividade física autónoma e saudable no espazo público e viario.</li> <li>- O uso da bicicleta como medio de transporte habitual.</li> <li>- Análise e xestión do risco propio e do dos demais nas prácticas físico-deportivas no medio natural e urbano, medidas colectivas de seguridade.</li> <li>- Deseño de actividades físicas no medio natural e urbano.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
2	Iniciación ao manexo do stick: floorball e minixokei.	10

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer e respetar as normas de seguridade do minixokei valorando a importancia que teñen no momento da práctica.	PE	20
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Coñecer e ser consciente das medidas específicas para evitar lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física.		
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Ser capaz de autorregular a práctica física en función das posibilidades individuais respectando a identidade corporal.	TI	80
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Ser capaz de actuar e adaptarse a situacións reais de xogo que requiran incerteza, utilizando os procesos de percepción, decisión e execucións de accións motrices axeitadas ao momento de xogo.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Participar en situacións reais de xogo sendo capaz de aplicar habilidades e elementos técnicos que evidencien control e dominio corporal e que lle permitan resolver, con éxito e de xeito creativo, as devantitas situacións.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar cos seus compañeiros de equipo coa finalidade de obter un resultado exitoso, participando de xeito autónomo na toma de decisións.		
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participar nas actividades motrices propostas, rexeitando as actitudes antideportivas, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade nos diferentes roles ( público, participante, árbitro,...)		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse 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 activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Relacionarse de xeito adecuado cos compañeiros durante as prácticas motrices propostas, mostrando actitudes de diálogo para resolver posibles conflitos e rexeitando actitudes discriminatorias de calquera tipo.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Exixencias e presións da competición.</li> <li>- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.</li> <li>- Ferramentas dixitais para a xestión da actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.</li> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> <li>- Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.</li> <li>- Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.</li> <li>- Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.</li> <li>- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.</li> <li>- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.</li> <li>- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
3	Os elementos técnicos do BALONMÁN (I): situacións prácticas.	8

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Ser capaz de elaborar rutinas da práctica motriz saudables tendo en conta aspectos de hixiene, alimentación saudable, educación postural,...	PE	30
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer normas básicas de seguridade que permitan a práctica dos elementos técnicos específicos do balonmán.		
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Ser capaz de resolver de xeito práctico situacións reais de xogo que requiran da utilización dos procesos de percepción, decisión e execución, utilizando habilidades técnicas específicas do balonmán.		
CA3.4 - Evidenciar control e dominio corporal ao empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa, resolvendo problemas en todo tipo de situacións motrices transferibles ao seu espazo vivencial con autonomía.	Mostrar control e dominio dos elementos técnicos propios do balonmán.	TI	70
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar cos compañeiros na realización de accións motrices que axuden a acadar un logro grupal, sendo autónomo nas tomas de decisións que sexan precisas.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Practicar e participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices valorando as implicacións éticas das prácticas antideportivas, adoptando estratexias de superación, evitando a competitividade desmedida e actuando con deportividade ao asumir os roles de público, participante ou outros.	Participar con deportividade nas situacións propostas, rexeitando as condutas antideportivas e evitando a competitividade desmedida.		
CA4.2 - Relacionarse e entenderse 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 activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Relacionarse cos demais con autonomía, respetando a diversidade de competencia motriz e facendo uso de habilidades sociais de diálogo na resolución de conflitos que xurdan nas situacións prácticas propostas.		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Adoptar unha actitude crítica e de rexeitamento ante os estereotipos de xénero e comportamentos sexistas, analizando os factores que o impulsan.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Autorregulación do adestramento.</li> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Saúde mental:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exixencias e presións da competición.</li> <li>- Elección da práctica física: xestión e enfoque dos diferentes usos e finalidades da actividade física e do deporte en función do contexto, da actividade e dos compañeiros e compañeiras de realización.</li> </ul> </li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.</li> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> <li>- Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.</li> <li>- Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.</li> </ul> </li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.</li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.</li> <li>- Habilidades motrices específicas en actividades físico-deportivas: execución, identificación e corrección de erros máis comúns.</li> <li>- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
4	O acrosport no centro educativo: figuras e pirámides.	6

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Coñecer os protocolos de actuación básicos que debemos empregar ante situacións de emerxencia que poden xurdir nas situacións cotiás. Coñecer tamén os diferentes elementos que forman parte do aparato locomotor e a súa implicación e relación co movemento.	PE	20
CA1.2 - Incorporar de forma autónoma os procesos de activación corporal, autorregulación e dosificación do esforzo, alimentación saudable, educación postural, relaxación e hixiene durante a práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	Empregar de xeito autónomo procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, educación postural,... durante a práctica de actividades motrices para desenvolverlas dunha maneira saudable e responsable.	TI	80
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Coñecer as normas básicas de seguridade individuais e colectivas para a creación de figuras e pirámides.		
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Manexar recursos dixitais que lles permitan obter información relativa á unidade didáctica en cuestión, ampliando así os coñecementos aportados no centro.		
CA3.5 - Colaborar na práctica de diferentes producións motrices e proxectos para alcanzar o logro individual e grupal, participando con autonomía na toma de decisións vinculadas á asignación de roles, á xestión do tempo de práctica e á optimización do resultado final.	Colaborar cos compañeiros na elaboración de figuras e pirámides grupais, participando nas tomas de decisións relativas ao rol que teña o alumno en cada momento ou situación.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Relacionarse e entenderse 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 activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Participar de xeito colaborativo cos compañeiros na elaboración das composicións, facendo uso do respecto, do diálogo, valorando positivamente a diversidade e rexeitando as actitudes discriminatorias de calquera tipo.		
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Crear e representar composicións colectivas ( figuras e pirámides) partindo das posicións básicas, agarres e nocións básicas para a elaboración das mesmas, utilizando o corpo como medio de expresión.		
CA6.1 - Adoptar de maneira responsable e autónoma medidas específicas para a prevención de lesións antes, durante e despois da práctica de actividade física, aprendendo a recoñecer situacións de risco para actuar preventivamente.	Levar á práctica medidas específicas que eviten situación de risco e lesións propias desta práctica deportiva.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Educación postural: movementos, posturas e estiramientos ante dores musculares.</li> <li>- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.</li> <li>- Ergonomía en actividades cotiás.</li> <li>- Importancia das medidas e pautas de hixiene en contextos de práctica de actividade física.</li> </ul> </li> <li>- Saúde mental:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.</li> </ul> </li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Xestión do risco propio e do dos demais.</li> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> </ul> </li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles</li> <li>- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo e estratexias de xestión do fracaso en situacións motrices.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades volitivas e de superación.</li> </ul> </li> </ul>

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.</li> <li>- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices.</li> <li>- Deporte e perspectiva de xénero: historia do deporte desde a perspectiva de xénero.</li> <li>- Estereotipos de competencia motriz percibida segundo o xénero, a idade ou calquera outra característica.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.</li> <li>- Consumo responsable: uso sostible e mantemento de recursos urbanos e naturais para a práctica da actividade física.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
5	Xogos populares e tradicionais e actividades de trepa.	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Autorregular a práctica de actividade física orientada ao concepto integral de saúde e ao estilo de vida activo, segundo as necesidades e os intereses individuais e respectando a propia realidade e identidade corporal.	Ser capaz de autorregular a práctica física sendo consciente e respectando a súa individualidade e a dos demais.	PE	20
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Empregar recursos dixitais que lle axuden a coñecer e desenvolver a práctica de xogos populares ou tradicionais con seguridade e dos que, ao mesmo tempo, poida extraer información sobre eles.	TI	80
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso como do resultado.	Levar a cabo accións motrices de xeito individual ou cooperativo que lle axuden a resolver situacións que se presenten nos xogos populares plantexados.		
CA6.2 - Participar en actividades físico-deportivas en contornas urbanas e naturais, terrestres ou acuáticas, gozando destas de maneira sostible, minimizando o impacto ambiental que estas poidan producir, sendo conscientes da súa pegada ecolóxica e desenvolvendo actuacións intencionadas dirixidas á conservación e á mellora das condicións dos espazos en que se desenvolvan.	Experimentar xogos populares e tradicionais en diferentes contornas respectando dun xeito responsable no entorno no que se desenvolven.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Prácticas insás, mitos e falsas crenzas arredor do corpo e da actividade física.</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde mental:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades condicionais: desenvolvemento das capacidades físicas básicas (forza e resistencia).</li> <li>- Creatividade motriz: creación de retos e situacións-problema con resolución posible de acordo cos recursos dispoñibles</li> <li>- Respecto ás normas viarias nos desprazamentos activos cotiáns para unha mobilidade segura e sostible.</li> <li>- Coidado e mantemento da contorna próxima como servizo á comunidade durante a práctica de actividade física en contornas naturais e urbanas, facendo un uso sostible e responsable.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
6	Retos cooperativos	4

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA2.4 - Coñecer as normas de seguridade individuais e colectivas valorando a súa importancia e aplicándoas na práctica de actividades motrices, dentro e fóra do centro escolar.	Recoñecer e aplicar as normas de seguridade	PE	20
CA2.3 - Participar activamente nunha gran variedade de actividades motrices asumindo responsabilidades na organización, xestión e preparación destas.	Participar e solucionar retos motrices propostos	TI	80
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Coñecemento e emprego de aplicacións dixitais específicas de actividade física		
CA4.3 - Adoptar actitudes comprometidas e conscientes acerca dos distintos estereotipos de xénero e comportamentos sexistas que se seguen producindo nalgúns contextos da motricidade, identificando os factores que contribúen ao seu mantemento e axudando a difundir referentes de distintos xéneros no ámbito físico-deportivo.	Cooperar para acadar a consecución dos retos de xito colaborativo		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación da práctica motriz: disposición, mantemento e reparación de material deportivo.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medidas colectivas de seguridade.</li> </ul> </li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> <li>- Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.</li> <li>- Respecto ás regras: xogo limpo nos distintos niveis de deporte e de actividade física.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
7	Expresión corporal. Circo	8

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA5.1 - Practicar actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo, valorando as súas orixes, e relacionándoas coa cultura propia, coa tradicional ou coas procedentes doutros lugares do mundo.	participar e crear actividades rítmico expresivas	TI	100
CA5.2 - Crear e representar composicións individuais ou colectivas con e sen base musical e de maneira coordinada, utilizando intencionadamente e con autonomía o corpo e o movemento como ferramenta de expresión e comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, e axudando a difundir e a compartir estas prácticas culturais entre compañeiros ou outros membros da comunidade.	Creación e representación de composicións con base musical		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: técnicas específicas de expresión corporal.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter artístico-expresivo.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
8	Badminton como deporte de adversario	8

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA4.2 - Relacionarse e entenderse 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 activamente fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e fronte a calquera tipo de violencia, facendo respectar o propio corpo e o dos demais.	Solucionar problemas na xestión de prácticas motrices	PE	20
CA3.1 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Emprego de aplicacións dixitais relacionadas coa actividade física	TI	80
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso como do resultado.	Organizar e levar a cabo proxectos motrices de xeito cooperativo		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Procura de adaptacións para resolver eficientemente tarefas de certa complexidade en situacións motrices individuais.</li> <li>- Habilidades sociais: estratexias de negociación e mediación en contextos motrices.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
9	Deporte alternativo cooperación oposición	8

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.3 - Adoptar actitudes comprometidas que rexeiten os estereotipos sociais asociados ao ámbito do corporal, ao xénero e á diversidade sexual e os comportamentos que poñan en risco a saúde, contrastando con autonomía e independencia calquera información con base en criterios científicos de validez, fiabilidade e obxectividade.	Aceptar e promover valores de convivencia , respectando a diferenza	PE	20

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA3.2 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, establecendo mecanismos para reconducir os procesos de traballo e asegurar unha participación equilibrada, incluíndo estratexias de autoavaliación e coavaliación tanto do proceso como do resultado.	Crear proxectos motrices de xeito cooperativo	TI	80
CA3.3 - Mostrar habilidades para a adaptación e a actuación ante situacións cunha elevada incerteza, aproveitando eficientemente as propias capacidades e aplicando de maneira automática procesos de percepción, decisión e execución en contextos reais ou simulados de actuación.	Aplicar aspectos da análise motriz en situacións reais		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde mental:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipoloxías corporais predominantes na sociedade e análise crítica da súa presenza nos medios de comunicación e redes sociais.</li> <li>- Efectos negativos dos modelos estéticos predominantes e trastornos vinculados ao culto insán ao corpo.</li> </ul> </li> <li>- Toma de decisións:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución coordinada en situacións motrices cooperativas.</li> <li>- Elección dunha resposta óptima en función do movemento do rival, así como da situación do móbil, se o hai.</li> <li>- Organización anticipada das accións individuais en función das características do contrario en situacións de oposición de contacto.</li> <li>- Delimitación de estratexias previas de ataque e defensa en función das características dos integrantes do equipo propio e do rival en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.</li> </ul> </li> <li>- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración do esquema corporal, toma de decisións na realización dunha actividade motriz acerca dos mecanismos coordinativos, espaciais e temporais para resolvela adecuadamente.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
10	Primeros auxilios	4

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
--------------------------------	-------------------------------	-----------	----------

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.4 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Emprego de apps dixitais para aumentar a seguridade na practica de actividades físicas e deportivas	PE	20
CA2.2 - Desenvolver e compartir con seguridade a práctica física cotiá manexando recursos e aplicacións dixitais vinculados ao ámbito da actividade física e do deporte.	Coñecer e empregar aplicacións dixitais relacionadas cos primeiros auxilios		
CA2.1 - Actuar de acordo cos protocolos de intervención ante situacións de emerxencia ou accidentes aplicando medidas específicas de primeiros auxilios.	Coñecer e por en práctica os protocolos básicos de Primeiros auxilios (RCP, Heimlich, OVACE, PLS)	TI	80

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pautas para tratar a dor muscular de orixe retardada.</li> <li>- Ergonomía en actividades cotiás.</li> <li>- Coidado do corpo: quecemento específico autónomo.</li> </ul> </li> <li>- Actuacións críticas ante accidentes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) ou semiautomático (DESA).</li> <li>- Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).</li> <li>- Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (manobra de Heimlich, sinais de ictus e similares).</li> </ul> </li> </ul>

#### **4.1. Concrecións metodolóxicas**

Os contidos a desenvolver, así coma os obxetivos perseguidos, serán os que nos fagan optar polos diferentes métodos, técnicas, estilos, etc.. Empregaremos tanto formas de ensinanza-aprendizaxe baseadas na recepción coma no descubrimento. Así se recurrirá según as necesidades, á instrución directa ou á búsqueda.

As estratexias na práctica máis usadas serán as globais, sobre todo as de tipo intermedio, con polarización da atención con modificación da situación real, buscando con elo que as aprendizaxes estean o máis contextualizadas posible. En moitos casos empregaremos as analíticas, xa sexa por razóns de seguridade, de gran dificultade ou por existir unha solución de probada eficacia. Debe primar a adaptación das estratexias ás necesidades requeridas polo alumno e á tarefa e non o revés.

Para a organización da clase usaremos estilos como a asignación de tarefas e os grupos de nivel, a inclusión, a ensinanza recíproca, o descubrimento guiado e a resolución de problemas. Preténdese que o número de decisións a tomar polos alumnos, tanto antes, como durante e o finaliza-la súa actuación, sexa cada vez maior. As tarefas a empregar serán dos diferentes tipos: definidas, semidefinidas e non definidas.

O longo da etapa irémonos decantando, cada vez máis, por métodos, estratexias e formas de organización que lle permitan ó alumno irse emancipando, sendo cada vez máis autónomo y responsable das súas accións.

Sempre que as condicións meteorolóxicas o permitan, tentaremos dar as nosas clases no patio exterior coa finalidade de que os alumnos estean o menor tempo posible nun espazo pechado e evitar así compartir a pista dous profesores con dúas clases de 30 alumnos.

## 4.2. Materiais e recursos didácticos

### Denominación

Para o desenvolvemento das clases emplearánse materiais específicos da materia, balóns de diferentes deportes, sticks, colchonetas, raquetas, brúxulas, etc. Ademais usaremos vídeos, fotos, recortes de prensa, diapositivas, mapas topográficos, guías turísticas, bibliografía diversa, etc.

Para traballar determinados aspectos teóricos teremos uns apuntes elaborados polo departamento que se lles facilitarán a principio de curso.

EDIXGAL: ao longo deste curso diferentes contidos de 3º ESO serán traballados a través da plataforma EDIXGAL. Nela están incluídos contidos teóricos, cuestionarios, tarefas,... que complementan a materia. E en determinados momentos ou situacións poderá utilizarse a plataforma WEBEX para contactar co alumnado de xeito grupal.

## 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

A principio de curso levaremos acabo unha AVALIACIÓN INICIAL coa finalidade de coñecer o nivel do que partir co noso alumnado. Para elo faremos unha serie de test de condición física e un breve cuestionario que elaborará cada profesor en función dos cursos, no que lles preguntaremos acerca de diferentes contidos traballados en cursos anteriores.

Tamén y ao principio de cada Unidade Didáctica faremos unha pequena avaliación para saber os coñecementos que teñen os alumnos respecto aos contidos prácticos que imos traballar.

Dos resultados obtidos, tentaremos aplicar unha serie de medidas individuais ou colectivas que lles axuden aos alumnos a mellorar no seu rendemento na materia.

## 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
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>
<b>Proba escrita</b>	20	20	30	20	20	20	0
<b>Táboa de indicadores</b>	80	80	70	80	80	80	100

Unidade didáctica	UD 8	UD 9	UD 10	Total
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
<b>Proba escrita</b>	20	20	20	<b>19</b>

Unidade didáctica	UD 8	UD 9	UD 10	Total
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>100</b>
<b>Táboa de indicadores</b>	80	80	80	<b>81</b>

### **Criterios de cualificación:**

Valoraremos diferentes tipos de contidos posto que consideramos que os tres son importantes dentro da nosa materia:

1.- Contidos teóricos (traballos, exames teóricos, infografías, cuestionarios...): terán un valor do 40% da nota, agás na UD7 que é eminentemente práctica. Esta parte, onde se valorará a adquisición de certos contidos teóricos, ten que ser aprobada polos alumnos para poder sumar a nota dos demais apartados. poderán realizarse o remate de cada UD ou o final do trimestre cos contidos de cada apartado.

2.- Contidos relacionados coa parte práctica (traballo diario e tamén os exames prácticos, tanto individuais como grupo): terán un valor do 60% da nota. Dentro deste apartado consideramos o desenvolvemento e traballo do alumnado durante as prácticas e tamén o aspecto relacionado coa hixiene, aspecto este moi importante na nosa materia

Á hora de avaliar teremos en conta os seguintes aspectos:

- Para poder avaliar a un alumno que presente máis de tres faltas de práctica deberá facer un traballo teórico relacionado cos contidos non realizados.
  - Dada a diversidade de alumnos coa súa condición física e peculiaridades propias, tentaremos levar a cabo unha avaliación individualizada.
  - O/A alumno/a que presente unha lesión temporal ou permanente que lle impida a participación nas clases prácticas deberá asistir, como oínte, ás clases prácticas, non sendo a lesión a xustificación da súa ausencia e será avaliado tendo en conta os contidos impartidos mais facendo unha análise observacional a través de rúbricas ou listas de control.
  - O alumno/a deberá superar os estándares mínimos de aprendizaxe para superar a materia.
  - O alumno debe presentar, en tempo e forma, todos os traballos solicitados polo profesor/a, do contrario calificarase cun 0.
  - A nota final será resultado da media obtida nas tres avaliacións.
  - No caso de que haxa recuperacións o alumno avaliarase dos contidos que foron avaliados de xeito negativo.
  - Poderá existir un examen global da asignatura (Xuño) no que os alumnos que queiran subir nota poderán presentarse e no que se poderán recuperar as avaliacións pendentes.
- O peso de cada UD estableceuse en función do número de sesións e do contido da mesma.

### **Criterios de recuperación:**

A materia de EF. é de avaliación continua.

Aínda así marcaranse diferentes probas para que os alumnos que teñan algunha avaliación suspensa a poidan recuperar se é necesario. Realizaranse un mes despois de cada avaliación

Esas probas estarán en función da UD e dos contidos traballados nela polo que as probas poden ir dende probas escritas a probas prácticas. Os alumnos recuperarán esa parte da materia cando, logo de facer a pertinente proba, demostren que acadan os mínimos esixibles para esa UD.

As probas de recuperación levaranse a cabo, a final de curso, para aqueles alumnos que non superen algunha parte ou toda a materia.

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

Teriamos en conta os seguintes aspectos:

- Aqueles aspectos expostos na programación actual

Dado que os contidos de 4º eso son contidos progresivos ós de 3º da eso, na observación do traballo realizado durante o vindeiro curso académico valorará a profesora a consecución dos mínimos de aprendizaxe, así como a análise dos criterios relacionados nas etapas, avaliarase a súa destreza nos contidos de 3º eso.

Terá acceso trimestral na AV os contidos do curso anterior.

Terá a posibilidade de realizar tres probas escritas o longo do curso sobre os contidos mínimos non superados.

### 6. Medidas de atención á diversidade

Os comportamentos dos alumnos difieren uns doutros debido a múltiples razóns: diferencias individuais (edad biológica, limitaciones sensoriais ou motrices, motivacións, intereses, etc), diferencias de grupo ( étnicas, de xénero o socioculturales) ou de contexto (familiar, social). Isto tradúcese en distintos gustos por actividades, niveis de activación diferentes, estilos de xogo e aprendizaxe heteroxéneos, interés polo rendemento, pola precisión, por cuestións estéticas, etc, moi dispar.

Como xa se comentou na metodoloxía empregaremos formas variadas de interpretar os contidos, así como agrupamentos moi flexibles, o que permitirá ir logrando unha gradación dos contidos e que os alumnos vaian traballando de acordo coas súas posibilidades. O paso dos alumnos dun nivel a outro serán constantes ao ir mellorando, así como, ao ir cambiando de contidos e actividades.

Ao non existir exencións en educación física os alumnos con limitacións, xa sexan permanentes ou temporais, realizarán, se é posible, as actividades que non perxudiquen o seu problema a vez que complementarán con traballos prácticos ou teóricos e exames teóricos, os contidos que non podan desenvolver, para lograr conseguir os obxetivos previstos. No caso de que se solicite unha adaptación de contidos, metodoloxía ou avaliación ésta faríase a vista dun certificado médico oficial no que debe constar con claridade as limitacións de acción que teña esa persoa.

Será obrigatoria a asistencia a clase aínda que non se poida participar dela como consecuencia dunha lesión. Nestos casos os/as alumnos/as terán que traer un informe médico onde indique a lesión e o tempo de baixa do alumno. Dicho alumno será avaliado do mesmo xeito que o resto, agás no apartado practico , no que se lle pedirá un ou varios traballos relacionados cos contidos traballados.

### 7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - EDUCACIÓN PARA A SAÚDE E A CALIDADE DE VIDA	X	X		X	X			X
ET.2 - EDUCACIÓN PARA A IGUALDADE DE XÉNERO	X			X	X			X
ET.3 - EDUCACIÓN AMBIENTAL	X			X	X		X	
ET.4 - EDUCACIÓN PARA O CONSUMIDOR	X		X	X	X		X	
ET.5 - EDUCACIÓN PARA A PAZ E SOBRE A EDUCACIÓN MORAL E CÍVICA	X				X		X	
ET.6 - EDUCACIÓN VIAL	X				X			X

	UD 9	UD 10
ET.1 - EDUCACIÓN PARA A SAÚDE E A CALIDADE DE VIDA		X
ET.2 - EDUCACIÓN PARA A IGUALDADE DE XÉNERO		
ET.3 - EDUCACIÓN AMBIENTAL		X
ET.4 - EDUCACIÓN PARA O CONSUMIDOR	X	
ET.5 - EDUCACIÓN PARA A PAZ E SOBRE A EDUCACIÓN MORAL E CÍVICA		
ET.6 - EDUCACIÓN VIAL	X	

#### Observacións:

Tentaremos tratar os temas transversais, anteriormente citados, de diferentes xeitos en todas as Unidades Didácticas propostas para este curso.

## 7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Ruta sendeirismo	Como complemento ao traballado nas clases prácticas levaremos a cabo unha ruta na que ademais de facer actividade física os rapaces poderán observar diferentes variedades autóctonas da flora e fauna propias deste espazo protexido.			X
Participación en actividades físicas e deportivas que xurdan ao longo do curso e que poidan ser de interese para o desenvolvemento do currículo.	Os alumnos poderán participar en actividades que, ao longo do curso, xurdan como complemento á materia.	X	X	X
Charla " 1ª AUXILIOS"	O alumnado participará nunha charla ao fin da 2ª avaliación onde especialistas abordarán aspectos básicos e moi importantes sobre 1º auxilios.s.	X		
TORNEO DE NADAL	Como todos os anos levaremos a cabo esta actividade con alumnos de todo o centro.	X		
ETAPAS DO CAMIÑO	Faremos varias etapas do Camiño de Santiago.			X
RUTA EN KAYAK AREOSO	Ruta en Kaiak			X

#### Observacións:

Para levar a cabo a maioría das anteriores actividades é preciso que o tempo acompañe, polo que a temporalización pode verse modificada por este motivo.

Ademais levarase a cabo o TORNEO DE NADAL onde poderán participar alumnos/as de todo o centro e tamén ao longo deste curso asistirán ao instituto deportistas de alto nivel que acudirán para contar a súa propia experiencia a alumnos de diferentes cursos, entre eles, 3º. ESO.

## 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
O alumnado acadou maioritariamente os obxetivos da UD.
Metodoloxía empregada
O alumnado acadou os criterios mínimo estipulados para o curso.
Clima de traballo na aula
O alumnado aproveitou os recursos propostos para acadar o éxito académico

### Descrición:

Ao remate de cada UD o profesor realizará unha análise dos resultados obtivos para coñecer o alcance acadado polos alumnos e, de ser o caso, facer algunha modificación no seu método de ensino. A través dun cuestionario, buscaremos respostas os diferentes aspectos do proceso de ensino: metodoloxía, material, preparación, axuste de contidos, criterios explicados....nos resultados obtidos, tentaremos facer unha análise para mellorar.

Así mesmo, cando remate o curso, o profesor deberá facer unha valoración dos resultados de cara a mellorar aspectos débiles da programación que redunden nunha mellora no seguinte curso académico.

## 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

Unha vez establecida a programación, esperaremos a cada avaliación para detectar posibles problemas, para o traballo equilibrado dos contidos, para fixar o seu cumprimento ou para estudar factores que nos permitan o desenvolvemento da mesma. Estaremos atentos a todas estas variacións tentando aportar solución a través das diferentes reunións de departamento.

Ao longo do curso e principalmente ao remate de cada avaliación, faremos un análise dos resultados obtidos polos alumnos e tamén do proceso para o desenvolvemento da programación. De selo caso proporemos cambios non so na temporalización ou na orde das UD senon tamén na forma de desenrolar e traballar os contidos cos alumnos na aula. Por iso tomaremos como principal referente os resultados obtidos polos alumnos ao remate de cada UD ou avaliación.

## 9. Outros apartados