COLEXIO PLURILINGÜE
ABRENTE

ADAPTACIÓN

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EDUCACIÓN FÍSICA

4 º E.S.O.

Pombal s/n Portonovo
36979 Sanxenxo
Tlf:986723494/Fax:986723493
colexioabrente@colexioabrente.com
http://www.colexioabrente.com

Curso escolar 2019-2020

Colexio Plurilingüe Abrente

PROFESORA: Raquel Martínez Lorenzo

Instrucións do 27 de abril de 2020, da Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa para o desenvolvemento do terceiro trimestre do curso académico 2019/20, nos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia.

ÍNDICE

1. **Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles.**
2. **Avaliación e cualificación.**
3. **Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, reforzo, repaso, e no seu caso ampliación)**
4. **Información e publicidade.**

1. Estándares de aprendizaxe e competencias imprescindibles.

BLOQUE1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

Criterios de Avaliación	Estándares de aprendizaxe	CC	T1	T2	T3
B1.1. Opinar, tanto desde a perspectiva de participante como de espectador ou espectadora, ante as posibles situacións conflitivas xurdidas, participando en debates, e aceptando as opinións dos e das demais.	EFB1.1.1. Investiga, reflexiona e debate de forma guiada sobre distintos aspectos da moda e a imaxe corporal dos modelos publicitarios.	CSC CAA CD	x		
	EFB1.1.2. Explica aos seus compañeiros e compañeiras as características dun xogo practicado na clase.	CCL CAA CSC		x	
	EFB1.1.3. Mostra boa disposición para solucionar os conflitos de xeito razoable.	CSC CAA CSIEE		x	
	EFB1.1.4. Recoñece as condutas inapropiadas que se producen na práctica deportiva.	CSC CAA CSIEE		x	
	EFB1.1.5. Demostra un nivel de autoconfianza axeitada ás súas capacidades.	CSC CSIEE CAA	x		
B1.2. Buscar e presentar información e compartila, utilizando fontes de información determinadas e facendo uso das tecnoloxías da información e a comunicación como recurso de apoio á área.	EFB1.2.1. Utiliza as novas tecnoloxías para localizar a información que se lle solicita.	CD CAA			x
	EFB1.2.2. Presenta os seus traballos atendendo as pautas proporcionadas, con orde, estrutura e limpeza.	CCL CD CAA		x	x
	EFB1.2.3. Expón as súas ideas expresándose de forma correcta en diferentes situacións e	CCL	x	x	x

	respecta as opinións dos e das demais.	CSC			
B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a un mesmo e ás outras persoas nas actividades físicas e nos xogos, aceptando as normas e regras establecidas e actuando con interese e iniciativa individual e traballo en equipo.	EFB1.3.1. Participa activamente nas actividades propostas buscando unha mellora da competencia motriz.	CSC CAA	x	x	
	EFB1.3.2. Demostra certa autonomía resolvendo problemas motores.	CSIEE CAA CCEC	x		
	EFB1.3.3. Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.	CSC CSIEE CAA	x	x	x
	EFB1.3.4. Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases.	CSC	x	x	x
	EFB1.3.5. Acepta formar parte do grupo que lle corresponda e o resultado das competicións con deportividade.	CSC CAA		x	x
	EFB1.3.6. Recoñece e respecta as normas de educación viaria en contornos habituais e non habituais.	CSC CAA		x	
BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN					
Criterios de Avaliación	**Estándares de aprendizaxe**	**CC**			
B2.1. Aceptar e respectar a propia realidade corporal e a das demais persoas.	EFB2.1.1. Respecta a diversidade de realidades corporais e de niveis de competencia motriz entre os nenos e nenas da clase.	CSC CAA	x	x	
	EFB2.1.2. Toma de conciencia das esixencias e valoración do esforzo que comportan as aprendizaxes de novas habilidades.	CSC CAA CSIEE	x	x	
B2.2. Coñecer a estrutura e funcionamento do corpo para adaptar o movemento ás circunstancias e	EFB2.2.1. Recoñece os dous tipos de respiración.	CAA CSC	x		

condicións de cada situación, sendo capaz de representar mentalmente o seu corpo na organización das accións motrices.	EFB2.2.2. Mantense en equilibrio sobre distintas bases de sustentación a alturas variables.	CSC CAA		x	
	EFB2.2.3. Coñece os músculos e articulacións principais que participan en movementos segmentarios básicos e no control postural.	CMCCT CAA CSC	x	x	x
	EFB2.2.4. Colócase á esquerda-dereita de diferentes obxectos, persoas e espazos en movemento, con e sen manipulación de distintos móbiles.	CAA CSC CSIEE	x		
	EFB2.2.5. Mellora a súa eficacia nas repostas motrices ante combinacións de estímulos visuais, auditivos e táctiles no tempo e no espazo.	CAA CSC CSIEE	x	x	
BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES					
Criterios de Avaliación	**Estándares de aprendizaxe**	**CC**			
B3.1. Resolver situacións motrices con diversidade de estímulos e condicionantes espazo-temporais, seleccionando e combinando as habilidades motrices básicas e adaptándoas ás condicións establecidas de forma eficaz.	EFB3.1.2. Realiza a habilidade motriz básica do salto en diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas sen perder o equilibrio e a continuidade, axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais.	CSC CCEE CAA		x	x
	EFB3.1.3. Realiza as habilidades motrices básicas de manipulación de obxectos (lanzamento, recepción) a diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas aplicando os xestos e utilizando os segmentos dominantes.	CSC CCEE CAA		x	
	EFB3.1.4. Realiza as habilidades motrices de xiro en diferentes tipos de contornos sen perder o equilibrio e a continuidade, tendo en conta dous eixes corporais e os dous sentidos, e axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais.	CSC CCEE CAA	x		
	EFB3.1.5. Mantén o equilibrio en diferentes posicións e superficies.	CSC CAA	x		

		CSIEE			
BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS					
Criterios de Avaliación	**Estándares de aprendizaxe**	**CC**			
B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, de forma estética e creativa, comunicando sensacións, emocións e ideas	EFB4.1.2. Realiza movementos a partir de estímulos rítmicos ou musicais, individualmente,en parellas ou grupos.	CCEC CSC CAA			x
B4.2. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades artístico-expresivas.	EFB4.2.1. Distingue as capacidades físicas básicas implicadas nas actividades artístico-expresivas.	CMCCT CSC CAA	x		
	EFB4.2.2. Coñece a importancia do desenvolvemento das capacidades físicas para a mellora das habilidades motrices implicadas nas actividades artístico-expresivas.	CMCCT CAA CSC			x
BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE					
Criterios de Avaliación	**Estándares de aprendizaxe**	**CC**			
B5.1. Recoñecer os efectos do exercicio físico, a hixiene, a alimentación e os hábitos posturais sobre a saúde e o benestar, manifestando unha actitude responsable cara a un mesmo ou mesma.	EFB5.1.1. Participa activamente nas actividades propostas para mellorar as capacidades físicas relacionándoas coa saúde.	CSIEE CAA	x		
	EFB5.1.2. Relaciona os principais hábitos de alimentación coa actividade física (horarios de comidas, calidade/cantidade dos alimentos inxeridos etc.).	CSC CAA CMCCT	x		
	EFB5.1.3. Coñece os efectos beneficiosos do exercicio físico para a saúde.	CSC CAA	x		
	EFB5.1.4. Adopta hábitos posturais axeitados recoñecendo a súa importancia para saúde.	CSC CAA CSIEE	x		

		CMCCT			
	EFB5.1.5. Realiza os quecementos de forma autónoma.	CSC CAA CSIEE	x		
B5.2. Mellorar o nivel das súas capacidades físicas, regulando e dosificando a intensidade e duración do esforzo, tendo en conta as súas posibilidades e a súa relación coa saúde.	EFB5.2.1. Mellora o seu nivel de partida das capacidades físicas orientadas á saúde.	CAA CSC	x		
	EFB5.2.2. Identifica a frecuencia cardíaca en repouso e realizando actividade física, nel mesmo ou nun compañeiro ou compañeira.	CAA CMCCT CSC	x		
	EFB5.2.3. Percibe e comeza a adaptar a intensidade do seu esforzo ás demandas da estrutura da clase de Educación física.	CAA CSIEE CSC	x	x	
B5.3. Identificar e interiorizar a importancia da prevención, a recuperación e as medidas de seguridade na realización da práctica da actividade física.	EFB5.3.1. Ten en conta a seguridade na práctica da actividade física, sendo capaz de realizar o quecemento con certa autonomía.	CAA CSC	x		

BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Criterios de Avaliación	Estándares de aprendizaxe	CC			
B6.1. Resolver retos tácticos elementais propios do xogo e de actividades físicas, con ou sen oposición, aplicando principios e regras para resolver as situacións motrices, actuando de forma individual, coordinada e cooperativa e desempeñando as diferentes funcións implícitas en xogos e actividades	EFB6.1.1. Consolida o uso dos recursos adecuados para resolver situacións básicas de táctica individual e colectiva en situacións motrices habituais.	CSC CSIEE CAA	x	x	
	EFB6.1.2. Utiliza as habilidades motrices básicas en distintos xogos e actividades físicas.	CAA CSIEE CSC	x	x	

B6.2. Coñecer, a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas, en especial as de Galicia.	EFB6.2.3. Realiza distintos xogos e deportes tradicionais de Galicia seguindo as regras básicas.	CSC CAA			x
B6.3. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades físico-deportivas.	EFB6.3.1. Distingue as capacidades físicas básicas implicadas nos xogos e nas actividades deportivas.	CSC CAA	x	x	x
	EFB6.3.2. Distingue en xogos e deportes individuais e colectivos estratexias de cooperación e de oposición.	CAA CSC	x	x	

2. **Avaliación e cualificación**		
Criterios de cualificación	**Valoración**	**Instrumentos utilizados**
Valoración dos contidos teóricos e competencias adquiridas ou desenvolvidas nas unidades didácticas do trimestre.	40%	-Realización dunha proba escrita por trimestre (con preguntas test preguntas curtas e de relación) - Traballo optativo.
Valoración dos contido prácticos e competencias adquiridas o desenvolvidas o finalizar cada unidade didáctica. **Realización do traballo na aula:** -Participa activamente nas actividades propostas. - Demostra autonomía motora. - Recoñece e utiliza hábitos posturais adecuados. -Colocación e recollida de materiais.	40%	-Rúbricas de avaliación por unidade didáctica (observarase a progresión na adquisición das habilidades mediante probas prácticas) - Diario de clase: - Rexistro de actividades da clase. - Rexistro de colocación, tratamento e recollida de materiais. - Rexistro do respeto, compañerismo e deportividade.
Valoración de actitudes e comportamento persoal e social: -Utilización do uniforme e calzado deportivo adecuado. - Rutinas de coidado e hixiene do corpo. - Acepta formar parte do grupo que corresponda. - Acepta e respeta a propia realidade corporal e a dos demais.	20%	-Rexistro diario de faltas de uniformidade e coidado da hixiene do corpo (*). -Rexistro de actitude e comportamento na aula(**)

- (*)os alumnos deberán ducharse ou lavarse e cambiar a camiseta e utilizar durante a sesión de EF pantalón curto de deporte azul mariño e camiseta do colexio.

Cada negativo restará 0,1ptos:

- Non asearse despois das clases ou non poñer a camiseta limpa (-0.1 ptos)
- Mentir a hora de dicir que traen o de hixiene en non traelo (-0,2)
- Non utilizar a roupa deportiva esixida (-0.1 ptos).

Si o neno non trae uniformidade, non poderá facer a práctica, e deberá facer a ficha de clase, o que teña máis dun 30% de faltas de uniformidade, por trimestre, non contarán os exames para a súa nota e o suspenso será de forma automática, podendo recuperalo no seguinte trimestre.

- (**)a valoración dos obxectivos afectivos e actitudinais farase mediante a observación, tendo en conta o comportamento cos seus compañeiros, co profesor e co material e a aceptación dos seus límites e os dos compañeiros.

Cada negativo restará de 0,1 a 0,5 ptos en función do grao.

- Falar, xogar ou interromper repetidamente unha explicación ou exercicio (-0.1ptos)
- Por interromper reiteradamente a dinámica da clase poñendo en perigo as accións realizadas (-0.2)
- Contestación a un compañeiro ou a o profesor de forma desconsiderada, burlarse de un compañeiro

(-0.3 ptos)

- Unha pelea con un compañeiro, rebote co profesor ou expulsión (-0,5)

Estes criterios, valoración e instrumentos se aplicarán a 1ª e 2ª avaliación, ata o momento da interrupción das clase presenciais.

Cualificación final	Os traballos realizados durante o terceiro trimestre, ante a imposibilidade de poder revisalos persoalmente, e tendo en conta que a materia de EF é primordialmente visual e de traballo de aula, aplicaráselle o disposto no punto 7.3 das Instrucións da Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa para o desenvolvemento do 3º trimestre do curso 2019-20 (con data do 27 de abril de 2020).
Proba extraordinaria de setembro	Deberán realizar un exame teórico, da materia dada no primeiro e segundo trimestre, así como entregar un traballo dos contidos dados.
Alumnado de materia pendente	Non temos alumnos con materias pendentes.

3. **Metodoloxía e actividades do 3º trimestre (recuperación, repaso, reforzo, e no seu caso, ampliación)**	
Actividades	- Tódalas semanas se programan as actividades a realizar nas 2 clases da semana e cólganse na páxina web do colexio. - Ao mesmo tempo envíanse as actividades os nenos por classroom as 8:00h da mañá, os días que teñen clase. - Realízanse actividades prácticas mediante vídeos (con actividades de repaso, reforzo do visto en las clases presenciais e ampliación de contidos dados) - Actividades de recuperación de tradicións. - Práctica de danzas tradicionais, de forma individual e investigación sobre as mesmas. - Actividades con material reciclado. - Actividades do programa "Aliméntate ben". - Retos varios.
Metodoloxía (alumnado con conectividade e sen conectividade)	- Todos teñen acceso a internet: Polo que tódolos nenos, teñen acceso os apuntamentos de EF, que están colgados na web, sempre (non só neste caso). As actividades, preguntas o dúbidas e correccións, son mediante classroom, cando as conexións son escasas, realizan entregas por mail ou mesmo por whatsapp.
Materiais e recursos	- Vídeos de youtube, apuntamentos habituais colgados na web e outros materiais online dos contidos que imos traballando.

4. **Información e publicidade**	
Información ao alumnado e ás familias	- As clases levanse a cabo por Classroom (toda la información, dúbidas de tarefas, correccións, comentarios relízanse por este medio). - Para a xente que non quere ou non pode traballar por classroom, as tarefas están, colgadas na web do colexio semanalmente. - Ademais actualmente estanse entregando tarefas e preguntando dúbidas por outros medios como email ou whatssapp persoal.
Publicidade	Publicación obrigatoria na páxina web do centro.