

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

CEIP Joan Capó - 2022-2023

ÍNDEX

1. Característiques dels alumnes
2. Competències bàsiques
3. Relació entre els objectius d'EF i les competències bàsiques
4. Dimensions de cada competència bàsica a l'EF
5. Seqüenciació d'objectius
6. Seqüenciació de continguts
7. Recursos
8. Metodologia
9. Avaluació
10. Criteris d'avaluació
11. Activitats complementàries i extraescolars
12. Distribució espai-temps
13. Temporització
14. Unitats didàctiques de segon
15. Unitats didàctiques de quart
16. Unitats didàctiques de sisè

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

1. CARACTERÍSTIQUES DELS ALUMNES

Alumnes d'edats compreses entre 6 i 8 anys

Aquests alumnes tenen un creixement harmònic de pes i talla.

És l'etapa en que es comença a definir la lateralitat, es cansen ràpidament i no són d'estranyar els desequilibris en la coordinació. És una etapa de gran desimboltura, espontaneïtat i gràcia en els moviments. Època de consolidació de les habilitats motrius bàsiques.

És el període de desenvolupament en el que l'alumnat es troba en l'estadi de les operacions concretes, en el qual és capaç de construir explicacions atomistes. El tot es explicat per la composició de les parts. És capaç d'una descentralització, no estan limitats únicament pel seu punt de vista. Encara raona basant-se en enunciats verbals, per tant, necessita recolzar-se en els objectes reals. Època de gran egocentrisme.

Solen agrupar-se i expressar el desig de jugar d'una manera espontània. Aprenen jocs col·lectius i reglats.

Hi ha una indiferència al sexe, amb estabilitat emocional i cerquen l'aprovació de l'adult.

En el procés d'ensenyament-aprenentatge hem de tenir en compte :

- Importància del treball dels jocs d'imaginació i expressió lliure. Activitats atentes al desenvolupament de l'esquema corporal, en quant permeten una desimboltura global del cos, així com a afirmar la realitat.
- Potenciar i reforçar el desenvolupament d'activitats que ens porten de l'expressió lliure l'expressió socialitzada i la comunicació: jocs funcionals.
- Adaptació de les sessions a les condicions materials i d'espai i de temps.
- Desenvolupar els processos d'interiorització del/la nen/a.
- Etapa educativa caracteritzada per la globalització en l'aprenentatge.

Interessa el treball dels aspectes cognitius: desenvolupament perceptivo-motor.

Alumnes amb edats compreses entre 8 i 10 anys

Les seves característiques són:

1.1.- Nivell cognitiu-social:

Període racional amb desenvolupament de l'atenció i de les funcions intel·lectuals. Dedueixen, el fet que permet ordenar les seves idees. Arriben a les possibilitats perceptives, comprensives i analítiques similars a les dels adults. És època de la síntesi racional.

1.2.- Nivell Motor:

Apareixen desequilibris funcionals i hi ha una aturada en el desenvolupament de les coordinacions, a causa del gran impuls de creixement que experimenten, sobretot en la talla. Els músculs creixen més per llarg que per ample, tenen dificultats per moure les grans palanques òssies de les extremitats, la resistència disminueix en proporció al creixement. Els defectes posturals del moviment són freqüents.

Es desenvolupa la motricitat bàsica i les habilitats coordinatives generals, es tendeix cap al treball motriu més elaborat, interiorització de moviments, inici i introducció del treball més específic i de caràcter qualitatiu.

1.3.- Nivell afectiu:

Negativisme general. L'aparició dels caràcters sexuals secundaris afecten notablement les característiques afectives. Inestabilitat i oscil·lacions entre extrems. Tendeixen a oposar-se i a criticar als altres. Són sensibles i tenen un amor propi molt vulnerable. Atracció entre nins i nines. Recerca de relacions extra familiars. Crisi d'independència i major força en el desenvolupament de la personalitat.

En aquesta etapa l'alumnat va adquirint major autonomia, tenen una forta predilecció pels grups del seu mateix sexe, hi ha una gran estabilitat emocional, comença el període d'exteriorització i interès per la vida social.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

Alumnes amb edats compreses entre 10 i 13 anys

En aquest moment evolutiu, el creixement és molt desigual, mentre que un creixen molt ràpid, altres ho fan més pausadament. A nivell maduratiu, ens trobem amb que la nena es desenvolupa abans que el nen. Gaudeixen agrupant-se en equips per qualsevol motiu.

Es desenvolupa la necessitat per la perfecció, donant-se accions cruels per les diferències físiques o psíquiques. Afirment la seva personalitat i es tornen més objectius.

Precisen aprovació i afectivitat. També al final de l'etapa, es veurà una consciència crítica cap al propi cos i la seva imatge. Si es fomenta un clima d'acceptació i confiança, és possible suavitzar els conflictes que pogueren derivar-se, en aquest moment evolutiu.

Tenen perfectament elaborat el seu esquema corporal. Serà necessari seguir insistint en l'adquisició d'hàbits d'higiene i salut.

Podran realitzar imitacions controlant el moviment tenint capacitat per a percebre a partir de l'entrenament, la qualitat del mateix.

Volen jocs actius de molta coordinació motora i ràpida acció, gaudeixen de l'aplicació de regles complicades que impliquen un esforç mental important.

L'estructuració de les capacitats coordinatives i perceptives haurien de ser definitives en aquest moment d'evolució, però no obstant, es seguiran treballant formes més complexes d'estructuració espacial com: orientació sobre pla.

En aquesta edat, amb una intensitat moderada, es treballa de forma sistemàtica i continua les qualitats físiques bàsiques, el que permetrà augmentar el desenvolupament motor i, per tant, millorar la seva condició física.

Es desperta un fort interès per la tàctica i tècnica, el que facilita la iniciació esportiva tant en esports col·lectius com individuals. També hem d'aprofitar la popularitat socials dels esports donant una visió més crítica amb la finalitat de torbar i valorar els seus valors educatius i positius per sobre dels interessos econòmics i el fanatisme.

2. COMPETÈNCIES BÀSIQUES

L'àrea d'EF contribueix al desenvolupament de les competències bàsiques, essencialment a la **competència social i cívica**, ja que ajuda a aprendre a conviure, acceptar les regles per al funcionament col·lectiu, la participació i el respecte envers les diferències i conèixer les possibilitats i limitacions pròpies i alienes.

Els intercanvis comunicatius i la valoració crítica dels missatges i estereotips referits al cos procedents dels mitjans d'informació i comunicació, contribueixen al desenvolupament de la **competència en comunicació lingüística i competència digital**.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

La **competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia** es desenvolupa mitjançant la interacció del propi cos i l'espai determinat, el coneixement, la pràctica i la valoració de l'activitat física per preservar la salut així com l'aprenentatge d'elements i raonaments matemàtics, incidint en la seva utilització per a la resolució de problemes en situacions quotidianes pròpies de la nostra matèria.

El coneixement d'un mateix o mateixa i de les pròpies possibilitats i carències, l'autosuperació, perseverança i actitud positiva, i l'organització individual i col·lectiva contribueixen a la **competència aprendre a aprendre** i a la de **sentit d'iniciativa i esperit emprenedor**.

El reconeixement i l'apreciació de les manifestacions culturals específiques de la motricitat humana col·labora amb la **competència de consciència i expressions culturals**.

3. RELACIÓ ENTRE ELS OBJECTIUS D'EF I LES COMPETÈNCIES (CCBB)

Objectius d'EF CCBB	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
C. en comunicació lingüística						X			X	
C. matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia	X	X	X	X		X	X	X		X
Competència digital									X	
C. socials i cíviques	X	X			X	X	X	X		X
Consciència i expressions culturals					X		X	X		X
Aprendre a aprendre			X	X					X	
Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor	X	X	X	X	X	X			X	

4. DIMENSIONS DE CADA COMPETÈNCIA BÀSICA A L'EF

COMPETÈNCIA EN COMUNICACIÓ LINGÜÍSTICA	
<input type="checkbox"/>	Eliminar estereotips i expressions sexistes de la pròpia parla i expressió escrita.
<input type="checkbox"/>	Posar-se en el lloc de l'altre: escoltar, analitzar i tenir en compte opinions diferents.
<input type="checkbox"/>	Establir vincles constructius amb els altres a través de la conversa.
<input type="checkbox"/>	Formar-se un judici crític i ètic a partir de la lectura.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<input type="checkbox"/>	Parlar en públic amb seguretat i confiança.
<input type="checkbox"/>	Iniciar, mantenir i finalitzar converses en diversos contextos comunicatius.
<input type="checkbox"/>	Resoldre conflictes a través del diàleg.
COMPETÈNCIA MATEMÀTICA I COMPETÈNCIES BÀSIQUES EN CIÈNCIA I TECNOLOGIA	
<input type="checkbox"/>	Planificar i aplicar estratègies de resolució de problemes a situacions de la vida quotidiana.
<input type="checkbox"/>	Comunicar el plantejament d'un problema els processos seguits en la seva resolució i els resultats obtinguts.
<input type="checkbox"/>	Integrar el coneixement matemàtic amb altres tipus de coneixement per comprendre i resoldre situacions.
<input type="checkbox"/>	Saber utilitzar les tècniques i els procediments matemàtics bàsics per comptar, operar, mesurar, situar-se a l'espai i organitza i analitzar dades.
<input type="checkbox"/>	Manejar elements matemàtics bàsics (números, mesures, formes geomètriques...) en situacions reals o simulades de la vida quotidiana.
<input type="checkbox"/>	Percebre l'espai físic des de l'entorn immediat fins a gran escala.
<input type="checkbox"/>	Moure's en l'espai i resoldre situacions en què intervenen objectes i la seva posició.
<input type="checkbox"/>	Tenir consciència i control del propi cos.
<input type="checkbox"/>	Valorar i prendre decisions sobre el món físic.
<input type="checkbox"/>	Analitzar els hàbits de consum i la seva incidència en el medi.
<input type="checkbox"/>	Interpretar la informació que es rep per predir i prendre decisions amb autonomia i iniciativa personal.
<input type="checkbox"/>	Obtenir, interpretar i avaluar resultats.
<input type="checkbox"/>	Percebre les necessitats de les persones, de les organitzacions i del medi ambient.
<input type="checkbox"/>	Actuar per millorar la conservació dels recursos i de la diversitat natural.
<input type="checkbox"/>	Conèixer i valorar els elements clau que milloren la qualitat de vida de les persones.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

Adoptar actituds favorables al manteniment d'una vida física i mental saludable.

Considerar la doble dimensió –individual i col·lectiva- de la salut i adoptar actituds de responsabilitat i respecte cap als altres i cap a un mateix.

COMPETÈNCIA DIGITAL

Emprar el vocabulari bàsic de l'ordinador.

Utilitzar les eines de navegació per Internet com a element essencial per informar-se i aprendre.

Mostrar una actitud crítica i reflexiva en la valoració de la informació disponible, contrastant-la quan sigui necessari.

Mostrar una actitud positiva davant les noves TIC, com una font potencial d'enriquiment personal i social.

Emprar les TIC de manera ètica, responsable i segura.

COMPETÈNCIES SOCIALS I CÍVIQUES

Valorar les diferències i reconèixer la igualtat entre els distints col·lectius, i en particular entre homes i dones.

Construir, acceptar i practicar normes de convivència d'acord amb els valors democràtics.

Responsabilitzar-se de les eleccions i les decisions adoptades.

Actuar amb criteri propi mantenint una actitud constructiva, solidària i responsable.

Practicar el diàleg i la negociació per arribar a acords com a forma de resoldre els conflictes tant en l'àmbit personal com en el social.

Saber comunicar-se en distints contextos, expressar les idees pròpies i escoltar les dels altres.

Tenir consciència dels propis pensaments, valors, sentiments, emocions i accions, controlar-los i autoregular-los.

Construir un sistema de valors propi i comportant-se amb coherència amb aquest a l'hora d'enfrontar-se a una decisió o a un conflicte.

Saber posar-se al lloc dels altres i comprendre el seu punt de vista.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

Resoldre els conflictes amb actitud constructiva.

Prendre decisions en els distints niells de la vida comunitària valorant conjuntament els interessos individuals i els del grup.

CONSCIÈNCIA I EXPRESSIONS CULTURALS

Appreciar la creativitat implícita en l'expressió d'idees, d'experiències o de sentiments a través de diferents mitjans artístics: música, arts escèniques...

Mostrar una actitud oberta, respectuosa i crítica cap a la diversitat d'expressions artístiques.

Trobar fonts, formes i vies d'expressió personal.

Adequar la utilització de recursos artístics d'expressió i representació per realitzar produccions pròpies.

Tenir iniciativa, imaginació i creativitat per expressar-se a través de codis artístics.

Tenir interès i voluntat de cultivar la pròpia capacitat estètica, tècnica i creadora.

Tenir consciència de la importància de donar suport i d'apreciar les iniciatives i contribucions dels altres.

Tenir un coneixement bàsic de les principals tècniques, recursos i convencions dels diferents llenguatges artístics per a la pròpia expressió.

Disposar d'habilitats de cooperació per contribuir a la consecució d'un resultat final en treballs col·lectius.

APRENDRE A APRENDRE

Iniciar-se en el coneixement de les pròpies possibilitats, dificultats i mancances, del que es pot fer sol o amb ajuda.

Tenir confiança en si mateix i perspectives d'èxit.

Tenir voluntat per superar els obstacles i per afrontar nous reptes d'aprenentatge.

Manifestar interès per aprendre.

Desenvolupar hàbits d'esforç i responsabilitat en la feina.

Identificar i manejar la diversitat de respostes possibles davant una mateixa situació o problema.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<input type="checkbox"/>	Aprendre de i amb els altres.
<input type="checkbox"/>	Relacionar els continguts que s'han d'aprendre amb els aprenentatges previs i amb l'experiència personal.
<input type="checkbox"/>	Ser capaç d'autoavaluar-se i d'autoregular-se.
<input type="checkbox"/>	Analitzar problemàtiques establint relacions de causa-efecte, cercant alternatives i prenent decisions.
<input type="checkbox"/>	Emprar tècniques i hàbits de treball individual i cooperatiu.
<input type="checkbox"/>	Saber administrar l'esforç.
SENTIT D'INICIATIVA I ESPERIT EMPRENEDOR	
<input type="checkbox"/>	Ser conscient de la necessitat d'actuar amb creativitat, responsabilitat i perseverança i de demorar la necessitat de satisfacció immediata.
<input type="checkbox"/>	Adquirir confiança en un mateix i autoestima.
<input type="checkbox"/>	Aprendre dels errors.
<input type="checkbox"/>	Tenir capacitat d'escollir, de calcular i assumir riscos, i d'afrontar problemes.
<input type="checkbox"/>	Ser capaç d'imaginar, emprendre, desenvolupar i avaluar accions o projectes individuals o col·lectius.
<input type="checkbox"/>	Analitzar possibilitats i limitacions pròpies.
<input type="checkbox"/>	Tenir una visió estratègica dels reptes i les oportunitats.
<input type="checkbox"/>	Mantenir la motivació per aconseguir l'èxit.
<input type="checkbox"/>	Conèixer, respectar i complir les normes de seguretat i manteniment.
<input type="checkbox"/>	Relacionar-se, cooperar i treballar en equip de manera cooperativa i flexible.
<input type="checkbox"/>	Saber posar-se al lloc de l'altre, dialogar i negociar.
<input type="checkbox"/>	Comunicar als altres les pròpies idees i decisions així com valorar les idees dels altres.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

5. SEQÜENCIACIÓ D'OBJECTIUS DE SEGON DE PRIMÀRIA

CONTINGUTS	OBJECTIUS GENERALS D'EF	CRITERIS D'AVALUACIÓ
EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ	1. Conèixer, acceptar i valorar el propi cos, les seves possibilitats de moviment i l'activitat física com a mitjà d'aprenentatge i diversió, de coneixement personal i de sentir-se bé amb un mateix i amb els altres.	<ul style="list-style-type: none"> - Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç. - Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticexpressives. - Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.
HABILITATS MOTRIUS	3. Utilitzar les seves capacitats físiques, habilitats motrius i el coneixement de l'estructura i del funcionament del cos per adaptar el moviment a les circumstàncies i condicions de cada situació.	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticexpressives. - Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.
	4. Adquirir, triar i aplicar principis i regles per resoldre problemes motors i actuar de manera eficaç i autònoma, desenvolupant la iniciativa individual i l'hàbit de treball en equip en la pràctica d'activitats físiques, esportives i artísticexpressives.	<ul style="list-style-type: none"> - Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç. - Resoldre problemes motors senzills amb oposició i sense, aplicant principis i regles per resoldre les situacions motrius, actuant de forma individual, coordinada i cooperativa i duent a terme les diferents funcions implícites en jocs i activitats.
ACTIV. FÍSQUES ARTÍSTIQUES I EXPRESSIVES	5. Emprar els recursos expressius del cos i del moviment, de forma estètica, creativa i autònoma, comunicant sensacions i comprenent emocions i idees.	<ul style="list-style-type: none"> - Utilitzar els recursos expressius del cos i el moviment per comunicar sensacions, emocions i idees.
ACTIVITAT FÍSICA I SALUT	2. Apreciar l'activitat física per al benestar i manifestar una actitud responsable cap a un mateix, cap als altres i cap a l'entorn, i reconèixer els efectes de l'exercici físic, del descans, de la higiene, de l'alimentació, de la relaxació i dels hàbits de postura sobre la salut.	<ul style="list-style-type: none"> - Descobrir els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut i el benestar, i manifestar una actitud responsable cap a un mateix. - Millorar el nivell de les capacitats físiques, regulant i dosificant la intensitat i la durada de l'esforç i tenint en compte les possibilitats pròpies i la seva relació amb la salut.
	7. Conèixer, respectar i experimentar les possibilitats de l'entorn, els equipaments i els recursos naturals del nostre territori per adaptar-hi les activitats físiques i de temps lliure de forma responsable, i reconèixer la importància de sensibilitzar-se per protegir-lo i mantenir-lo de forma sostenible.	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p style="text-align: center;">JOCS I ACTIVITATS ESPORTIVES</p>	<p>6. Participar en activitats físiques establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns, resolent mitjançant el diàleg, els conflictes que puguin sorgir i evitant discriminacions per qüestions personals, de gènere, socials i/o culturals així com també les conductes violentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres. - Identificar i interioritzar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física. - Demostrar un comportament personal i social responsable, respectant-se un mateix i els altres en les activitats físiques i els jocs, acceptant les normes i regles establertes i actuant amb interès, iniciativa individual i treball en equip.
	<p>8. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com a elements culturals, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com des de la d'espectador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, esportives i expressives. - Opinar coherentment amb actitud crítica tant des de la perspectiva del participant com des de la d'espectador davant les situacions conflictives sorgides, participar en debats i acceptar les opinions dels altres.
	<p>9. Utilitzar recursos de recerca i d'intercanvi d'informació relacionada amb l'àrea, fent servir diferents fonts i fent ús de les tecnologies de la informació i la comunicació, de forma responsable, per desenvolupar un esperit crític davant els missatges que reben i elaboren.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artisticoexpressives. - Extreure i elaborar informació relacionada amb temes d'interès de l'etapa i compartir-la, emprant fonts d'informació determinades i fent ús de les tecnologies de la informació i la comunicació com a recurs de suport a l'àrea.
	<p>10. Conèixer, valorar, practicar i transmetre els jocs tradicionals de les Illes Balears com a elements característics de la nostra cultura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Manifestar respecte cap a l'entorn i el medi natural en els jocs i activitats a l'aire lliure, i identificar i dur a terme accions dirigides a preservar-lo.

SEQÜENCIACIÓ D'OBJECTIUS DE QUART I SISÈ DE PRIMÀRIA

CONTINGUTS	OBJECTIUS GENERALS D'EF	CRITERIS D'AVUACIÓ
EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ	1. Conèixer, acceptar i valorar el propi cos, les seves possibilitats de moviment i l'activitat física com a mitjà d'aprenentatge i diversió, de coneixement personal i de sentir-se bé amb un mateix i amb els altres.	<ul style="list-style-type: none"> – Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç. – Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticoadressives. – Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.
HABILITATS MOTRIUS	<p>3. Utilitzar les seves capacitats físiques, habilitats motrius i el coneixement de l'estructura i del funcionament del cos per adaptar el moviment a les circumstàncies i condicions de cada situació.</p> <p>4. Adquirir, triar i aplicar principis i regles per resoldre problemes motors i actuar de manera eficaç i autònoma, desenvolupant la iniciativa individual i l'hàbit de treball en equip en la pràctica d'activitats físiques, esportives i artísticoadressives.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticoadressives. – Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica. – Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç. – Resoldre reptes tàctics elementals propis del joc i d'activitats físiques, amb oposició i sense, aplicant principis i regles per resoldre les situacions motrius, actuant de forma individual, coordinada i cooperativa i duent a terme les diferents funcions implícites en jocs i activitats.
ACTIV. FÍSQUES ARTÍSTIQUES I EXPRESSIVES	5. Emprar els recursos expressius del cos i del moviment, de forma estètica, creativa i autònoma, comunicant sensacions i comprenent emocions i idees.	<ul style="list-style-type: none"> – Utilitzar els recursos expressius del cos i el moviment, de forma estètica i creativa, per comunicar sensacions, emocions i idees.
ACTIVITAT FÍSICA I SALUT	2. Apreciar l'activitat física per al benestar i manifestar una actitud responsable cap a un mateix, cap als altres i cap a l'entorn, i reconèixer els efectes de l'exercici físic, del descans, de la higiene, de l'alimentació, de la relaxació i dels hàbits de postura sobre la salut.	<ul style="list-style-type: none"> – Reconèixer els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut i el benestar, i manifestar una actitud responsable cap a un mateix. – Millorar el nivell de les capacitats físiques, regulant i dosificant la intensitat i la durada de l'esforç i tenint en compte les possibilitats pròpies i la seva relació amb la salut.

	7. Conèixer, respectar i experimentar les possibilitats de l'entorn, els equipaments i els recursos naturals del nostre territori per adaptar-hi les activitats físiques i de temps lliure de forma responsable, i reconèixer la importància de sensibilitzar-se per protegir-lo i mantenir-lo de forma sostenible.	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar i interioritzar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física.
JOCS I ACTIVITATS ESPORTIVES	6. Participar en activitats físiques establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns, resolent mitjançant el diàleg, els conflictes que puguin sorgir i evitant discriminacions per qüestions personals, de gènere, socials i/o culturals així com també les conductes violentes.	<ul style="list-style-type: none"> - Resoldre reptes tàctics elementals propis del joc i d'activitats físiques, amb oposició i sense, aplicant principis i regles per resoldre les situacions motrius, actuant de forma individual, coordinada i cooperativa i duent a terme les diferents funcions implícites en jocs i activitats. - Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica. - Identificar i interioritzar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física. - Demostrar un comportament personal i social responsable, respectant-se un mateix i els altres en les activitats físiques i els jocs, acceptant les normes i regles establertes i actuant amb interès, iniciativa individual i treball en equip.
	8. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com a elements culturals, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com des de la d'espectador.	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, esportives i expressives. - Opinar coherentment amb actitud crítica tant des de la perspectiva del participant com des de la d'espectador davant les situacions conflictives sorgides, participar en debats i acceptar les opinions dels altres.
	9. Utilitzar recursos de recerca i d'intercanvi d'informació relacionada amb l'àrea, fent servir diferents fonts i fent ús de les tecnologies de la informació i la comunicació, de forma responsable, per desenvolupar un esperit crític davant els missatges que reben i elaboren.	<ul style="list-style-type: none"> - Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticexpressives. - Extreure i elaborar informació relacionada amb temes d'interès de l'etapa i compartir-la, emprant fonts d'informació determinades i fent ús de les tecnologies de la informació i la comunicació com a recurs de suport a l'àrea.
	10. Conèixer, valorar, practicar i transmetre els jocs tradicionals de les Illes Balears com a elements característics de la nostra cultura.	<ul style="list-style-type: none"> - Manifestar respecte cap a l'entorn i el medi natural en els jocs i activitats a l'aire lliure, i identificant i dur a terme accions dirigides a preservar-lo.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

6. CONTINGUTS DE SEGON

BLOCS	CONTINGUTS DE SEGON
<p>EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Percepció, identificació i representació del propi cos. - Identificació de les parts del cos i la seva relació amb el moviment. - Coordinació dinàmica general i segmentària. - Experimentació, exploració i discriminació de diverses possibilitats sensorials (vista, oïda, tacte). - Presa de consciència del propi cos en relació amb la tensió, la relaxació i la respiració. <p>Experimentació de postures corporals diferents.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Afirmació de la lateralitat. - Experimentació de situacions d'equilibri i desequilibri estàtic i dinàmic: sense objectes, sobre objectes estables, portant un objecte en situacions simples. - Percepció i expressió de relacions espacials i temporals (velocitat, trajectòries, intercepció, control del ritme d'execució de les tasques motrius). - Apreciació de dimensions espacials i temporals. - Acceptació i valoració de la pròpia realitat corporal augmentant la confiança en les seves possibilitats, autonomia i autoestima.
<p>HABILITATS MOTRIUS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Experimentació de diferents formes d'execució i control de les habilitats motrius bàsiques. - Pràctica de la marxa, cursa, salts i girs d'una forma natural. - Resolució de problemes motors senzills en el maneig d'objectes i en la manipulació d'instruments habituals en la vida quotidiana i en les activitats d'aprenentatge escolar. - Desenvolupament i control de la motricitat fina i la coordinació. - Disposició favorable a participar en activitats diverses acceptant l'existència de diferències en el nivell d'habilitat. - Adquisició d'autonomia i confiança en les pròpies habilitats motrius en situacions habituals.
<p>ACTIV. FÍSQUES ARTÍSTIQUES I EXPRESSIVES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Descobriments, exploració i experimentació de les possibilitats expressives del cos i del moviment. - Sincronització del moviment amb pulsacions i estructures rítmiques senzilles. - Exteriorització d'emocions i de sentiments mitjançant el cos, el gest i el moviment, amb desinhibició. - Imitació de personatges, objectes i situacions. - Valoració i utilització de la dramatització com a mitjà per desenvolupar l'expressió corporal i l'expressió no verbal. - Gaudi mitjançant l'expressió a través del propi cos. <p>Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos, propis i dels companys.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exploració i reconeixement de les possibilitats expressives amb objectes i materials. - Experimentació de tasques lúdiques i motrius amb base musical. - Participació i respecte davant situacions que suposin comunicació corporal. -Reconeixement de les diferències en la manera d'expressar-se.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

ACTIVITAT FÍSICA I SALUT	<ul style="list-style-type: none">- Preparació i realització d'alguna activitat fora del recinte escolar, aprenent a conèixer, valorar, gaudir i respectar el medi natural.- Adquisició d'hàbits bàsics d'higiene corporal, alimentaris i de postura relacionats amb l'activitat física.- Relació de l'activitat física amb el benestar i el gust per a la cura del cos.- Orientació de la mobilitat corporal cap a la salut.- Respecte per les normes d'ús de materials i espais en la pràctica d'activitat física establint mesures bàsiques de seguretat i prevenció d'accidents.- Valoració de l'esforç, per aconseguir una major autoestima i autonomia.
JOCS I ACTIVITATS ESPORTIVES	<ul style="list-style-type: none">- Reconeixement del joc com a activitat comuna a totes les cultures.- Realització de jocs lliures i organitzats en què s'hagin d'emprar les habilitats bàsiques.- Descobriments de la cooperació i l'oposició amb relació a les regles de joc.- Acceptació de diferents rols al joc.- Reconeixement, valoració i acceptació vers les persones que participen en el joc.- Actitud de col·laboració, tolerància i no discriminació durant els jocs i activitats esportives.- Resolució de conflictes de forma pacífica en la realització dels jocs i activitats esportives.- Comprensió i compliment de les normes de joc.- Confiança en les pròpies possibilitats i esforç personal en els jocs.- Valoració del joc com a desenvolupament de l'activitat física, com a mitjà de gaudi, de relació amb els altres i d'ús del temps lliure. <p>Coneixement i gaudi dels jocs tradicionals de la Comunitat Autònoma de les Illes Balears com a element per conèixer els nostres costums i història.</p> <ul style="list-style-type: none">- Comprensió d'informació senzilla sobre jocs, tradicionals o actuals, instruccions... en petits textos o a través dels mitjans audiovisuals i les tecnologies de la informació i la comunicació.

SEQÜENCIACIÓ DE CONTINGUTS DE QUART I SISÈ

BLOCS	CONTINGUTS DE QUART	CONTINGUTS DE SISÈ
--------------	----------------------------	---------------------------

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Exploració de les capacitats perceptives i la seva relació amb el moviment. - Descobriments dels elements orgànicofuncionals relacionats amb el moviment. - Percepció i interiorització de la independència i la relació existent entre els segments corporals. - Realització de tasques que impliquen coordinació dinàmica general i segmentària. - Conscienciació i control del cos amb relació a la tensió, la relaxació i la respiració. - Representació del propi cos i del dels altres. - Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius. - Consolidació de la lateralitat i la seva projecció a l'espai. - Experimentació de situacions d'equilibri i desequilibri estàtic i dinàmic: sense objectes, portant objectes, sobre objectes estables. - Organització espaciotemporal que incideix en l'orientació espacial amb relació a un mateix, als altres i als objectes. - Valoració i acceptació de la pròpia realitat corporal i dels altres, augmentant la confiança en les seves possibilitats, l'autonomia i l'autoestima. 	<ul style="list-style-type: none"> Utilització, representació, interiorització i organització del propi cos: estructuració de l'esquema corporal. - Elements orgànicofuncionals relacionats amb el moviment. - Realització de tasques que suposen una correcta coordinació dinàmica general i segmentària. - Consciència i control del cos en repòs i en moviment. - Aplicació del control tònic i de la respiració al control motor. - Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma econòmica i equilibrada. - Utilització adequada de la discriminació selectiva d'estímul i de l'anticipació perceptiva. - Execució de moviments de certa dificultat amb els segments corporals no dominants. - Assoliment d'equilibri estàtic i dinàmic en situacions complexes. - Percepció i estructuració espaciotemporal en accions i situacions motrius complexes. - Valoració i acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud crítica vers el model d'estètica corporal socialment vigent.
--	--	--

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

HABILITATS MOTRIUS	<ul style="list-style-type: none">- Formes i possibilitats del moviment. Ajustament i consolidació dels elements fonamentals en l'execució de les habilitats motrius bàsiques.- Utilització eficaç de les habilitats bàsiques en medis i situacions estables i conegudes.- Augment del control motor i domini corporal incidint en els mecanismes d'execució.- Millora de les qualitats físiques bàsiques de manera genèrica i orientada a l'execució motriu.- Destresa en el maneig d'objectes i en la manipulació d'instruments habituals a la vida quotidiana i dels propis de l'àrea.- Increment de la qualitat d'execució de la marxa, cursa, salt i gir com a elements fonamentals per a un bon desenvolupament.- Interès per millorar la competència motriu.- Disposició favorable a participar en activitats diverses, acceptant les diferències individuals del nivell d'habilitat i valorant l'esforç personal.	<ul style="list-style-type: none">- Adaptació de l'execució de les habilitats motrius a contextos de pràctica de complexitat creixent, amb eficiència i creativitat.- Domini motor i corporal des d'un plantejament previ a l'acció mitjançant els mecanismes de decisió i control.- Condicionament físic orientat a la millora de l'execució amb autonomia i confiança en les habilitats motrius.- Valoració del treball ben executat des del punt de vista motor.- Manipulació correcta i destresa en el maneig d'objectes propis de l'entorn escolar i extraescolar.- Autonomia i confiança en les pròpies habilitats motrius en situacions noves o entorns desconeguts.- Adquisició d'una major confiança i independència motriu.- Disposició favorable a participar en activitats individuals i en grups diversos, tot acceptant l'existència de diferències en el nivell d'habilitat.
---------------------------	--	--

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

ACTIV. FÍSQUES ARTÍSTIQUES I EXPRESSIVES	<ul style="list-style-type: none">- Utilització del cos i el moviment com a instruments d'expressió i comunicació.- Exploració i experimentació de les possibilitats i els recursos expressius del propi cos, tenint en compte les seves parts, els sentits, el ritme i l'espai.- Millora de l'espontaneïtat i de la creativitat en el moviment expressiu.- Adequació del moviment a estructures espaciotemporals i execució de balls i coreografies simples.- Expressió d'emocions i sentiments per mitjà del cos, el gest i el moviment.- Recreació de personatges reals i ficticis i els seus contextos dramàtics.- Utilització dels objectes i materials i les seves possibilitats en l'expressió.- Gaudi mitjançant l'expressió i la comunicació a través del propi cos.- Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos, propis i dels companys.- Experimentació de tasques lúdicomotrius amb base musical.- Participació i respecte davant situacions que suposin comunicació corporal, valorant les diferències en la manera d'expressar-se.	<ul style="list-style-type: none">- El cos i el moviment. Exploració i consciència de les possibilitats i els recursos del llenguatge corporal, mostrant espontaneïtat i creativitat.- Millora de l'espontaneïtat i de la creativitat en el moviment expressiu.- Composició de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals. Elaboració de balls i coreografies simples.- Exploració i experimentació de les possibilitats i els recursos expressius del propi cos mitjançant la dansa, la mímica i la dramatització.- Expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides a través del cos, el gest i el moviment.- Representacions i improvisacions artístiques amb el llenguatge corporal i amb l'ajuda d'objectes i materials.- Valoració dels usos expressius i comunicatius del cos, propis i dels companys.- Valoració de la iniciativa individual.- Participació i respecte davant de situacions que suposin comunicació corporal.- Desenvolupament de la capacitat de cooperació i treball en grup.
---	---	--

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

ACTIVITAT FÍSICA I SALUT	<ul style="list-style-type: none">- Preparació i realització d'alguna activitat fora del recinte escolar, coneixent, valorant, gaudint i respectant el medi natural.- Adquisició d'hàbits de postura i alimentaris saludables relacionats amb l'activitat física i el treball intel·lectual que es realitza diàriament a l'aula, al costat de la consolidació d'hàbits d'higiene corporal.- Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar, reconeixent els beneficis de l'activitat física en la salut.- Millora de forma genèrica de la condició física orientada a la salut, incrementant globalment les capacitats físiques bàsiques d'acord amb el moment de desenvolupament motriu.- Actitud favorable cap a l'activitat física en relació amb la salut.- Adopció de mesures de seguretat en la pròpia pràctica de l'activitat física, com l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la relaxació.- Reconeixement i valoració de les mesures bàsiques de seguretat i de prevenció d'accidents en la pràctica de l'activitat física en relació amb l'entorn.- Ús correcte i respectuós d'instal·lacions, espais i materials.- Valoració de l'esforç per aconseguir una major autoestima i autonomia.	<ul style="list-style-type: none">- Millora de la condició física orientada a la salut incrementant globalment les capacitats físiques bàsiques d'acord amb el moment de desenvolupament motriu.- Adquisició d'hàbits de postura i alimentaris saludables i autonomia en la higiene corporal.- Reconeixement dels efectes beneficiosos de l'activitat física en la salut i identificació de les pràctiques poc saludables.- Aplicació de mesures de prevenció de lesions en l'activitat física com l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la presa de consciència de la necessitat de la recuperació i la relaxació.- Reconeixement i valoració de les mesures de seguretat i de prevenció d'accidents en la pràctica de l'activitat física en relació amb l'entorn.- Ús correcte i respectuós de materials i espais.- Valoració de l'esforç per aconseguir una major autoestima i autonomia.- Autonomia en els hàbits d'higiene corporal i de postura.- Valoració de l'activitat física per al manteniment i la millora de la salut i com a alternativa als hàbits nocius per a la salut.- Valoració, gaudi i respecte conscient pel medi ambient mitjançant la realització d'activitats en el medi natural.
---------------------------------	---	---

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>JOCS I ACTIVITATS ESPORTIVES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reconeixement del joc i de l'esport com a elements de la realitat social. - Participació en jocs i iniciació a la pràctica d'activitats esportives. - Aplicació de les habilitats bàsiques en les situacions de joc. - Descobriments de les estratègies bàsiques de joc relacionades amb la cooperació, l'oposició i la cooperació/oposició. - Respecte, tolerància i col·laboració amb les persones que participen en el joc i rebuig envers els comportaments antisocials. - Comprensió, acceptació i compliment de les normes de joc i actitud responsable en relació a les estratègies establertes. - Acceptació, dins de l'equip, del paper que li correspon com a jugador i de la necessitat d'intercanvi de papers perquè tots experimentin diferents responsabilitats. - Valoració del joc com a mitjà de plaer i de relació, i valoració de l'ús del temps de lleure i de l'esforç als jocs i a les activitats esportives. - Participació en jocs i esports tradicionals de la C.C.A.A. Illes Balears. - Comprensió d'informació sobre jocs, tradicionals o actuals, instruccions, esports, etc., en textos escrits o a través dels mitjans audiovisuals i de les tecnologies de la informació i la comunicació. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconeixement del joc i l'esport com a fenòmens socials i culturals. - Iniciació a l'esport adaptat a l'espai, al temps i als recursos. - Tipus de jocs i activitats esportives. Realització de diverses modalitats de jocs i d'activitats esportives de dificultat creixent. - Ús adequat de les habilitats i les estratègies bàsiques de joc relacionades amb la cooperació, l'oposició i la cooperació/oposició. - Acceptació i respecte cap a les normes, regles, estratègies i persones que participen en el joc. - Elaboració i compliment d'un codi de joc net. - Valoració de l'esforç personal i col·lectiu en els diferents tipus de jocs i activitats esportives al marge de preferències i prejudicis. - Organització, participació i apreciació del joc i les activitats recreatives o esportives com mitjà de gaudi, de relació i de l'ús satisfactori del temps de lleure. - Acceptació del paper que correspongui exercir com a jugador dins de l'equip, independentment de la seva capacitat motriu. - Identificació dels valors fonamentals del joc: l'esforç personal, la relació amb els altres i l'acceptació del resultat. - Ús de les tecnologies de la informació i la comunicació com a mitjà per recollir informació, elaborar documents i fomentar un esperit crític en relació amb l'àrea. - Recerca, comprensió i selecció d'informació sobre esports, regles de jocs i altres temes relacionats amb l'àrea en textos escrits o en suport audiovisual.
--	--	--

7. RECURSOS

Les condicions que afavoriran el procés d'e/a són funció directa dels recursos. Les classificam en:

- **Recursos materials.** Podem classificar-los en instal·lacions i en materials.

Les instal·lacions de les quals disposam per dur a terme les sessions d'EF: el pati de l'escola exterior i una sala interior amb un teatre.

El material de què disposam és el següent:

- Material encastat o instal·lat (fix): a l'exterior tenim dues porteries i dues cistelles de bàquet; a l'interior de la sala hi ha la il·luminació, una pissarra, espatlles, cordes per trepar, escala penjada...

- Material transportable (poc manejable): cavalls de salt, plints, trampolins, bancs suecs, pals de salts d'alçada, taula de ping-pong, matalassos de diferents gruixos i formes...

- Materials manuals: xarxes, cistelles petites de bàquet, cèrcols de diferents mides, bolles de pesos, discs de pesos, testimonis, piques, bases, bitlles, cordes, elàstics, pitrells, raquetes, sticks, cons, paracaigudes, plats voladors, bats, infladors, pilotes diverses....

- **Recursos humans.** Fan referència a les persones, en aquest cas, que col·laboren en el procés d'e/a del programa d'EF. Existeixen dues variants: els que intervenen directament o indirectament a l'hora d'impartir l'àrea (mestre d'EF del centre, altres professionals en relació amb l'activitat física i altres docents del centre) i els que intervenen en el procés d'e/a directament o indirectament (direcció del centre, alumnat i els pares).

Recursos funcionals. Són aquells que garanteixen de manera conjunta l'organització i gestió dels altres recursos. Es basen en el Projecte de Gestió de Centre Educatiu; que està compost per: el PEC, el Reglament de Règim Interior, la Programació General de Centre, el Projecte de Pressupost i la Memòria de Gestió. Es tindrà molt en compte el Pla de Convivència.

8. METODOLOGIA

La metodologia fa referència als criteris i decisions que organitzen l'acció didàctica, per tant, la clau dels processos de desenvolupament de competències en els aprenentatges resideix en el canvi metodològic. Les orientacions metodològiques constitueixen el punt de partida de les formes d'intervenció educativa que tindrà en compte una sèrie de principis bàsics:

1. El primer principi es refereix a la necessitat de partir del nivell de desenvolupament de l'alumne i dels seus coneixements previs. Tenir en compte el nivell exigeix atendre simultàniament dos aspectes bàsics: el seu nivell de competència cognitiva, és a dir, el nivell de desenvolupament en què es troba, i els coneixements que ha construït anteriorment. Per tant, es duran a terme activitats progressives.

2. Un segon principi es refereix a la necessitat d'assegurar la construcció d'aprenentatges significatius de contingut escolar de tot tipus: tant continguts conceptuals o de tipus procedimental com continguts relatius a valors, normes i actituds a partir d'activitats significatives i funcionals.

3. La intervenció educativa tindrà com a objectiu prioritari possibilitar que els alumnes realitzin aprenentatges significatius per si mateixos; és a dir, que siguin capaços d'aprendre a aprendre. Per tant, prestarem especial atenció a l'adquisició d'estratègies cognitives.

4. El nin participa activament: observa, pren decisions, crea, importa idees i crítiques, elabora estratègies... és el vertader protagonista del seu aprenentatge.

5. El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenients per resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats.

6. En aquesta etapa la perspectiva globalitzadora es perfila com la més adient perquè els aprenentatges siguin significatius. El principi de globalització suposa que l'aprenentatge és el

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

producte establert amb múltiples connexions i relacions entre els nous continguts i el que ja s'ha après.

7. Les activitats motivants i lúdiques. El joc té un paper rellevant i importants possibilitats perquè els nins estableixin relacions significatives.

8. El treball en grup i la cooperació adquireixen un relleu especial en aquesta etapa. Els nins necessiten establir amb l'educador i els seus companys relacions personals de qualitat; per tant, els transmetrà una confiança bàsica i la seguretat precisa per al seu desenvolupament.

9. L'atenció a la diversitat ha de ser un altre principi bàsic, per això, el procés d'ensenyament-aprenentatge s'ha d'adaptar a l'alumne i no a l'inrevés, fomentant la integració de l'alumnat.

10. Els alumnes contribuiran en la seva pròpia avaluació, a l'avaluació dels companys i també a l'avaluació de la meua pròpia pràctica docent.

Els estils d'ensenyament són la manera o forma que adopten les relacions didàctiques entre els elements personals del procés educatiu, tant a nivell tècnic i comunicatiu, com a nivell d'organització de la classe i relacions afectives. Mosston (1966) classifica els estils d'ensenyament en:

Comandament directe. L'ensenyament autoritari i la pràctica estan sota l'autoritat directa del professor que pren totes les decisions

L'ensenyament per assignació de tasques. Una part de les explicacions i quasi tota la pràctica s'introdueixen en les tasques per permetre una individualització del contingut i del ritme d'execució.

L'ensenyament recíproc. Els alumnes treballen per parelles i prenen la responsabilitat de certes funcions d'ensenyament, sobretot els *feedbacks*.

L'ensenyament en petits grups. Als alumnes se'ls atribueixen diversos papers: executants, observadors o administradors.

L'ensenyament a partir de programes individuals. El contingut és individualitzat sobre la base de les habilitats de l'alumne.

L'ensenyament per descobriment guiat. El professor guia els alumnes al llarg d'una sèrie de problemes en què s'explotaran les solucions i es prendran decisions per trobar la que sembli més apropiada.

L'ensenyament per resolució de problemes. El professor planteja un problema i els alumnes l'han de resoldre explorant i explotant una gran varietat de respostes.

La lliure exploració. Es tracta de buscar lliurement experiències motrius per part de l'alumne al voltant d'un material, d'una instal·lació o d'un contingut. Porta a l'extrem el mètode d'indagació, desenvolupant la capacitat creativa de l'ésser humà. El mestre passa a ser un element passiu.

Dins les sessions d'EF s'utilitzaran distints estils d'ensenyament per aconseguir els objectius que s'han proposat, en funció de la sessió que haguem de dur a terme. Principalment utilitzarem la resolució de problemes.

9. AVALUACIÓ

L'avaluació ha d'estar integrada en el procés d'ensenyament-aprenentatge de forma contínua i formativa i la recollida d'informació sobre el progrés de l'alumnat en relació als objectius i CCBB del currículum ha de fer-se amb procediments i instruments diversos de manera sistemàtica i continuada.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

Planificació de l'avaluació	
- <i>Per què avaluam?</i>	Funció de l'avaluació
- <i>Què avaluam?</i>	Aprenentatges, ensenyament, resultats
- <i>Com avaluam?</i>	Instruments
- <i>Quan avaluam?</i>	Fases de l'avaluació

Per què avaluar?

L'avaluació s'ha d'entendre com un conjunt d'activitats programades per recollir i analitzar informació i, per això, ha de comptar amb tècniques i instruments que garanteixin la seva qualitat fent-ne un procés rigorós i sistemàtic.

Des d'aquest punt de vista l'avaluació compleix **tres funcions** fonamentals:

-*Permetre l'ajustament de l'ajuda pedagògica a les característiques individuals.*

-*Determinar el grau en què s'han aconseguit els objectius previstos.*

-*Valorar la programació i el conjunt de la intervenció pedagògica.*

L'avaluació haurà de proporcionar dades que serviran als professors i als alumnes:

a) Als professors per descobrir les dificultats d'aprenentatge dels alumnes i valorar el seu aprenentatge, apreciament el grau de desenvolupament de les capacitats previstes i d'assimilació dels continguts conceptuals, procedimentals i actitudinals; realitzar modificacions en la programació i, finalment, valorar i millorar la pràctica docent.

b) Als alumnes per conèixer l'evolució realitzada des de la situació de partida; corregir estratègies i comportaments inadequats; identificar les dificultats del seu procés d'aprenentatge i, finalment, qualificar el progrés realitzat per l'alumne.

Què avaluar?

S'ha de considerar, per una banda, l'àmbit dels alumnes i per l'altre l'àmbit del professor.

a) Àmbit dels alumnes: dependrà dels objectius que ens hem proposat.

b) Àmbit del professor: dependrà dels elements que vulguem analitzar i valorar per millorar la nostra pràctica. En aquest sentit es podria assenyalar: adequació de la programació i dels seus diferents elements al procés que s'ha desenvolupat i actitud i grau d'implicació del professor en aquest procés.

Com avaluam?

Podem respondre a aquesta pregunta descrivint les tècniques i instruments d'avaluació.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

TÈCNiques		INSTRUMENTS
Observació	Directe	<u>Registre anecdòtic o diari de classe</u> : Consisteix en una breu descripció d'algun comportament significatiu.
	Indirecte	<u>Llistat de control</u> : són una sèrie de frases que expressen conductes i s'assenyalarà la seva absència o presència. SI/NO/A VEGADES
		<u>Rúbriques o escales descriptives</u> : superen al llistat de control ja que permeten situar a l'individu en relació amb el grau de desenvolupament.
		<u>Registre d'aconteixements</u> : es registra el comportament predefinit cada vegada que apareix. Per exemple: les plantilles utilitzades pels anotadors.
		<u>Mostres de temps i registres d'interval</u> : durant un període curt de temps, l'observador comprova si el comportament definit es verifica.
	<u>Cronometratge</u> : es cronometra la duració de cada comportament.	
Experimentació		<u>Examen o prova objectiva</u> : són preguntes breus que l'alumne ha de respondre amb una resposta simple.
		<u>Examen escrit</u> : exercici de comprovació del rendiment basat en el desenvolupament d'un número de qüestions.
		<u>Examen oral</u> : són preguntes de classe sistematitzades.
		<u>Entrevista</u> : consisteix en fer preguntes per recollir informació.
		<u>Tècniques sociomètriques</u> : la seva aplicació és per conèixer socialment al grup.
		<u>Proves d'execució</u> : són la realització de qualsevol tasca on es posi de manifest l'eficàcia de l'aprenentatge.
		<u>Test</u> : és una situació experimental estandarditzada, que serveix d'estímul a un comportament que és comparat amb els altres.

Les tècniques d'observació són aplicables en qualsevol moment de l'avaluació contínua ja que qualsevol pas del procés d'ensenyament-aprenentatge és susceptible de ser avaluat.

Valoració: a l'hora d'avaluar les UD utilitzarem escales descriptives o rúbriques elaborades a partir dels criteris, establint nivells o graus de consecució:

- Nivell 1: **insuficient**, poc adequat, poc satisfactori, amb poca freqüència o mai.
- Nivell 2: **suficient**, adequat, amb freqüència, bàsic.
- Nivell 3: **bé**, bastant adequat, bastant satisfactori, amb bastant freqüència.
- Nivell 4: **notable**, adequat, satisfactori, quasi sempre, avançat.
- Nivell 5: **excel·lent**, molt adequat, molt satisfactori, sempre.

Quan es pretengui avaluar el producte motriu de cada alumne, s'ha de procurar que l'observació es dugui a terme en una atmosfera lúdica, evitant la repetició de situacions que resultin avorrides o traumàtiques per al nin. Els èxits i fracassos no seran hipervaloritzats ni jutjats, sinó simplement enregistrats en el full.

La valoració, depenent de la UD, serà realitzada pel mestre (heteroavaluació) o pels mateixos alumnes amb les propostes del mestre (coavaluació). Aquells alumnes que no assoleixin els objectius programats durant a terme activitats de recuperació introduïdes durant tot el curs, ja que es tracta d'un procés continu.

Quan avaluam?

Centrant-nos en l'avaluació dels alumnes, hem de considerar tres fases:

a) Avaluació inicial: té com a objectiu determinar la situació de cada alumne i del grup-classe a l'inici d'una seqüència formativa per a poder-la adequar a les seves necessitats.

b) Avaluació progressiva o formativa: s'aplica durant tot el procés d'ensenyament-aprenentatge. Es planteja com una activitat més. Les seves funcions són informar al mestre i als alumnes dels èxits o fracassos (de forma instantània), evitar que els problemes siguin detectats al final de períodes llargs de temps i adequar el ritme d'ensenyament al d'aprenentatge.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

c) Avaluació final o sumativa: consisteix en determinar l'èxit o fracàs d'un projecte de treball. Utilitzarem una graella d'observació que ens informará del grau de compliment de les intencions educatives. S'aplica al final de cada trimestre, d'un curs o d'un cicle per obtenir informació sobre el grau de consecució dels objectius.

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

10. CRITERIS D'AVALUACIÓ I ESTÀNDARDS D'APRENENTATGE

Segon curs

BLOC 1. El cos: imatge i percepció	
<p>- Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç.</p>	<p>.1. Adapta els desplaçaments a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticopressives, ajustant-los als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural.</p> <p>.2. Adapta l'habilitat motriu bàsica de salt a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticopressives, ajustant-la als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural.</p> <p>.3. Adapta les habilitats motrius bàsiques de manipulació d'objectes a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticopressives, aplicant correctament els gests i utilitzant preferentment els segments dominants.</p> <p>.4. Aplica les habilitats motrius de gir a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticopressives, tenint en compte els tres eixos corporals i els dos sentits, ajustant-les als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural.</p> <p>.5. Manté l'equilibri en diferents posicions i superfícies conegudes.</p> <p>.6. Fa activitats físiques i jocs en el medi natural, adaptant les habilitats motrius a la diversitat i la incertesa provinents de l'entorn i a les seves possibilitats.</p>
<p>- Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticopressives.</p>	<p>.1. Comprèn l'explicació i descriu els exercicis fets, utilitzant termes i coneixements que es desenvolupen en l'àrea de ciències naturals sobre l'aparell locomotor.</p>
<p>- Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.</p>	<p>.1. Respecta la diversitat de realitats corporals i de nivells de competència motriu entre els infants de la classe.</p>
BLOC 2. Habilitats motrius	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>- Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímul i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç.</p>	<p>.1. Adapta els desplaçaments a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticoadaptatives, ajustant-los als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural.</p> <p>.2. Adapta l'habilitat motriu bàsica de salt a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticoadaptatives, ajustant-la als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural.</p> <p>.3. Adapta les habilitats motrius bàsiques de manipulació d'objectes a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticoadaptatives, aplicant correctament els gests i utilitzant preferentment els segments dominants.</p> <p>.4. Aplica les habilitats motrius de gir a entorns coneguts i estables i a diferents tipus d'activitats físicoesportives i artísticoadaptatives, tenint en compte els tres eixos corporals i els dos sentits, ajustant-les als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural.</p>
<p>- Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticoadaptatives.</p>	<p>.1. Utilitza els recursos adequats per resoldre problemes motors senzills en situacions conegudes i estables.</p> <p>.2. Fa combinacions d'habilitats motrius bàsiques i s'ajusta a un objectiu i uns paràmetres espaciotemporals.</p>
<p>- Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.</p>	<p>.1. Identifica la capacitat física bàsica implicada de forma més significativa en els exercicis.</p> <p>.2. Reconeix la importància del desenvolupament de les capacitats físiques per millorar les habilitats motrius.</p>
<p>- Resoldre problemes motors senzills amb oposició i sense, aplicant principis i regles per resoldre les situacions motrius, actuant de forma individual, coordinada i cooperativa i duent a terme les diferents funcions implícites en jocs i activitats.</p>	<p>.1. Respecta la diversitat de realitats corporals i de nivells de competència motriu entre els infants de la classe.</p> <p>.2. Pren consciència de les exigències i valora l'esforç que comporta l'aprenentatge de noves habilitats.</p>
<p>BLOC 3. Activitats físiques artístiques i expressives</p>	
<p>- Utilitzar els recursos expressius del cos i el moviment per comunicar sensacions, emocions i idees.</p>	<p>.1. Representa personatges, situacions, idees i sentiments emprant els recursos expressius del cos individualment, en parelles o en grups.</p> <p>.2. Representa moviments a partir d'estímul rítmics o musicals, individualment o en grup.</p> <p>.3. Coneix i practica danses i balls senzills representatius de les Illes Balears, d'altres cultures i de diferents èpoques, seguint una coreografia establerta.</p> <p>.4. Construeix composicions de grup en interacció amb companys fent servir els recursos expressius del cos i partint d'estímul musicals, plàstics o verbals.</p>
<p>BLOC 4. Activitat física i salut</p>	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>- Descobrir els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut i el benestar, i manifestar una actitud responsable cap a un mateix.</p>	<p>.1. Té interès per millorar les capacitats físiques. .2. Identifica els principals hàbits d'alimentació amb l'activitat física (horaris de menjar, qualitat i quantitat d'aliments ingerits, etc.). .3. Identifica els principals aspectes beneficiosos de l'exercici físic per a la salut. .4. Coneix els efectes negatius del sedentarisme, d'una dieta desequilibrada i del consum d'alcohol, tabac i altres substàncies. .5. Fa escalfaments i en valora la funció preventiva.</p>
<p>- Millorar el nivell de les capacitats físiques, regulant i dosificant la intensitat i la durada de l'esforç i tenint en compte les possibilitats pròpies i la seva relació amb la salut.</p>	<p>2.1. Mostra una millora global respecte del nivell inicial de les capacitats físiques orientades a la salut. 2.2. Identifica la seva freqüència cardíaca i respiratòria en diferents intensitats d'esforç. 2.3. Adapta la intensitat de l'esforç al temps de durada de l'activitat. 2.4. Identifica el seu nivell i compara els resultats obtinguts en proves de valoració de les capacitats físiques i coordinatives amb els valors corresponents a la seva edat.</p>
<p>- Identificar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física.</p>	<p>3.1. Reconeix les lesions i les malalties esportives més comunes, així com les accions preventives bàsiques i els primers auxilis.</p>
<p>BLOC 5. Jocs i activitats esportives</p>	
<p>- Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats fisicoesportives i artisticoexpressives.</p>	<p>1.1. Distingeix en jocs i esports individuals i col·lectius estratègies bàsiques de cooperació i oposició.</p>
<p>- Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres.</p>	<p>2.1. Respecta la diversitat de realitats corporals i de nivells de competència motriu entre els infants de la classe. 2.2. Pren consciència de les exigències i valora l'esforç que comporta l'aprenentatge de noves habilitats.</p>
<p>- Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, esportives i expressives.</p>	<p>3.1. Coneix els jocs populars de l'entorn i les diferències, característiques i/o relacions entre jocs populars, esports i activitats a la naturalesa. 3.2. Reconeix la riquesa cultural, la història i l'origen dels jocs i l'esport.</p>
<p>- Opinar coherentment amb actitud crítica tant des de la perspectiva del participant com des de la d'espectador davant les situacions conflictives sorgides, participar en debats i acceptar les opinions dels altres.</p>	<p>4.1. Adopta una actitud crítica davant les modes i la imatge corporal dels models publicitaris. 4.2. Explica als companys les característiques d'un joc practicat a classe i com es desenvolupa. 4.3. Mostra bona disposició per solucionar els conflictes de manera raonable. 4.4. Reconeix i qualifica negativament les conductes inadequades que es produeixen en la pràctica o en els espectacles esportius.</p>
<p>- Manifestar respecte cap a l'entorn i el medi natural en els jocs i activitats a l'aire lliure, i identificar i dur a terme accions dirigides a preservar-lo.</p>	<p>5.1. Es fa responsable d'eliminar els residus que es generen en les activitats en el medi natural. 5.2. Fa servir els espais naturals respectant la flora i la fauna del lloc.</p>

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>- Identificar i interioritzar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física.</p>	<p>6.1. Reconeix les lesions i malalties esportives més comunes, així com les accions preventives i els primers auxilis.</p>
<p>- Extreure i elaborar informació relacionada amb temes d'interès de l'etapa i compartir-la, emprant fonts d'informació determinades i fent ús de les tecnologies de la informació i la comunicació com a recurs de suport a l'àrea.</p>	<p>7.1. Utilitza les tecnologies de la informació i la comunicació per localitzar i extreure la informació sol·licitada. 7.2. Presenta els treballs atenent a les pautes proporcionades, amb ordre, estructura i netedat i emprant programes de presentació. 7.3. Exposa les seves idees de forma coherent, s'expressa de forma correcta en diferents situacions i respecta les opinions dels altres.</p>
<p>- Demostrar un comportament personal i social responsable, respectant-se un mateix i els altres en les activitats físiques i els jocs, acceptant les normes i regles establertes i actuant amb interès, iniciativa individual i treball en equip.</p>	<p>8.1. Té interès per millorar la competència motriu. 8.2. Demostra autonomia i confiança en diferents situacions, resol problemes motors i millora l'espontaneïtat i la creativitat. 8.3. Incorpora a les seves rutines la cura i la higiene del cos. 8.4. Participa en la recollida i l'organització del material utilitzat a les classes. 8.5. Accepta formar part del grup que li correspongui i el resultat de les competicions amb esportivitat.</p>

Del quart i sisè curs

BLOC 1. El cos: imatge i percepció	
<p>- Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç.</p>	<p>.1. Adapta els desplaçaments a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticopressives, ajustant-los als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural. .2. Adapta l'habilitat motriu bàsica de salt a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticopressives, ajustant-la als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural. .3. Adapta les habilitats motrius bàsiques de manipulació d'objectes a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticopressives, aplicant correctament els gests i utilitzant els segments dominants i no dominants. .4. Aplica les habilitats motrius de gir a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticopressives, tenint en compte els tres eixos corporals i els dos sentits, ajustant-les als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural. .5. Manté l'equilibri en diferents posicions i superfícies. .6. Fa activitats físiques i jocs en el medi natural o en entorns no habituals, adaptant les habilitats motrius a la diversitat i la incertesa provinents de l'entorn i a les seves possibilitats.</p>

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>- Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticosexpressives.</p>	<p>2.1. Comprèn l'explicació i descriu els exercicis fets, utilitzant termes i coneixements que es desenvolupen en l'àrea de ciències naturals sobre l'aparell locomotor.</p>
<p>- Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.</p>	<p>3.1. Respecta la diversitat de realitats corporals i de nivells de competència motriu entre els infants de la classe.</p>
<p>BLOC 2. Habilitats motrius</p>	
<p>- Resoldre solucions motrius amb diversitat d'estímuls i condicionants espaciotemporals, seleccionant i combinant les habilitats motrius bàsiques i adaptant-les a les condicions establertes de forma eficaç.</p>	<p>1.1. Adapta els desplaçaments a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticosexpressives, ajustant-los als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural. 1.2. Adapta l'habilitat motriu bàsica de salt a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticosexpressives, ajustant-la als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural. 1.3. Adapta les habilitats motrius bàsiques de manipulació d'objectes a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticosexpressives, aplicant correctament els gests i utilitzant els segments dominants i no dominants. 1.4. Aplica les habilitats motrius de gir a diferents tipus d'entorns i d'activitats físicoesportives i artísticosexpressives, tenint en compte els tres eixos corporals i els dos sentits, ajustant-les als paràmetres espaciotemporals i mantenint l'equilibri postural. 1.5. Fa activitats físiques i jocs en el medi natural o en entorns no habituals, i adapta les habilitats motrius a la diversitat i la incertesa provinents de l'entorn i a les seves possibilitats.</p>
<p>- Resoldre reptes tàctics elementals propis del joc i d'activitats físiques, amb oposició i sense, aplicant principis i regles per resoldre les situacions motrius, actuant de forma individual, coordinada i cooperativa i duent a terme les diferents funcions implícites en jocs i activitats.</p>	<p>2.1. Utilitza els recursos adequats per resoldre situacions bàsiques de tàctica individual i col·lectiva en diferents situacions motrius. 2.2. Fa combinacions d'habilitats motrius bàsiques i s'ajusta a un objectiu i uns paràmetres espaciotemporals.</p>
<p>- Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats físicoesportives i artísticosexpressives.</p>	<p>3.1. Identifica la capacitat física bàsica implicada de forma més significativa en els exercicis. 3.2. Reconeix la importància del desenvolupament de les capacitats físiques per millorar les habilitats motrius.</p>
<p>- Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.</p>	<p>4.1. Respecta la diversitat de realitats corporals i de nivells de competència motriu entre els infants de la classe. 4.2. Pren consciència de les exigències i valora l'esforç que comporta l'aprenentatge de noves habilitats.</p>
<p>BLOC 3. Activitats físiques artístiques i expressives</p>	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>- Utilitzar els recursos expressius del cos i el moviment, de forma estètica i creativa, per comunicar sensacions, emocions i idees.</p>	<p>.1. Representa personatges, situacions, idees i sentiments emprant els recursos expressius del cos individualment, en parelles o en grups. .2. Representa moviments a partir d'estímuls rítmics o musicals, individualment o en grup. .3. Coneix i practica danses i balls senzills representatius de diferents cultures i diferents èpoques, seguint una coreografia establerta. .4. Construeix composicions de grup en interacció amb companys fent servir els recursos expressius del cos i partint d'estímuls musicals, plàstics o verbals.</p>
<p>BLOC 4. Activitat física i salut</p>	
<p>- Reconèixer els efectes de l'exercici físic, la higiene, l'alimentació i els hàbits posturals sobre la salut i el benestar, i manifestar una actitud responsable cap a un mateix.</p>	<p>.1. Té interès per millorar les capacitats físiques. .2. Relaciona els principals hàbits d'alimentació amb l'activitat física (horaris de menjar, qualitat i quantitat d'aliments ingerits, etc.). .3. Identifica els aspectes beneficiosos de l'exercici físic per a la salut. .4. Descriu els efectes negatius del sedentarisme, d'una dieta desequilibrada i del consum d'alcohol, tabac i altres substàncies. .5. Fa escalfaments i en valora la funció preventiva.</p>
<p>- Millorar el nivell de les capacitats físiques, regulant i dosificant la intensitat i la durada de l'esforç i tenint en compte les possibilitats pròpies i la seva relació amb la salut.</p>	<p>.1. Mostra una millora global respecte del nivell inicial de les capacitats físiques orientades a la salut. .2. Identifica la seva freqüència cardíaca i respiratòria en diferents intensitats d'esforç. .3. Adapta la intensitat de l'esforç al temps de durada de l'activitat. .4. Identifica el seu nivell i compara els resultats obtinguts en proves de valoració de les capacitats físiques i coordinatives amb els valors corresponents a la seva edat.</p>
<p>- Identificar i interioritzar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física.</p>	<p>.1. Explica i reconeix les lesions i les malalties esportives més comunes, així com les accions preventives i els primers auxilis.</p>
<p>BLOC 5. Jocs i activitats esportives</p>	
<p>- Resoldre reptes tàctics elementals propis del joc i d'activitats físiques, amb oposició i sense, aplicant principis i regles per resoldre les situacions motrius, actuant de forma individual, coordinada i cooperativa i duent a terme les diferents funcions implícites en jocs i activitats.</p>	<p>1.1. Utilitza els recursos adequats per resoldre situacions bàsiques de tàctica individual i col·lectiva en diferents situacions motrius.</p>
<p>- Relacionar els conceptes específics de l'educació física i els introduïts en altres àrees amb la pràctica d'activitats fisicoesportives i artisticoexpressives.</p>	<p>2.1. Distingeix en jocs i esports individuals i col·lectius estratègies de cooperació i oposició.</p>
<p>- Valorar, acceptar i respectar la pròpia realitat corporal i la dels altres, mostrant una actitud reflexiva i crítica.</p>	<p>3.1. Respecta la diversitat de realitats corporals i de nivells de competència motriu entre els infants de la classe. 3.2. Pren consciència de les exigències i valora l'esforç que comporta l'aprenentatge de noves habilitats.</p>

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>- Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, esportives i expressives.</p>	<p>4.1. Exposa les diferències, característiques i/o relacions entre jocs populars, esports col·lectius, esports individuals i activitats a la naturalesa. 4.2. Reconeix la riquesa cultural, la història i l'origen dels jocs i l'esport.</p>
<p>- Opinar coherentment amb actitud crítica tant des de la perspectiva del participant com des de la d'espectador davant les situacions conflictives sorgides, participar en debats i acceptar les opinions dels altres.</p>	<p>5.1. Adopta una actitud crítica davant les modes i la imatge corporal dels models publicitaris. 5.2. Explica als companys les característiques d'un joc practicat a classe i com es desenvolupa. 5.3. Mostra bona disposició per solucionar els conflictes de manera raonable. 5.4. Reconeix i qualifica negativament les conductes inadequades que es produeixen en la pràctica o en els espectacles esportius.</p>
<p>- Manifestar respecte cap a l'entorn i el medi natural en els jocs i activitats a l'aire lliure, i identificant i dur a terme accions dirigides a preservar-lo.</p>	<p>6.1 Es fa responsable d'eliminar els residus que es generen en les activitats en el medi natural. 6.2. Fa servir els espais naturals respectant la flora i la fauna del lloc.</p>
<p>- Identificar i interioritzar la importància de la prevenció, la recuperació i les mesures de seguretat en la pràctica de l'activitat física.</p>	<p>7.1. Explica i reconeix les lesions i malalties esportives més comunes, així com les accions preventives i els primers auxilis.</p>
<p>- Extreure i elaborar informació relacionada amb temes d'interès de l'etapa i compartir-la, emprant fonts d'informació determinades i fent ús de les tecnologies de la informació i la comunicació com a recurs de suport a l'àrea.</p>	<p>8.1. Utilitza les tecnologies de la informació i la comunicació per localitzar i extreure la informació sol·licitada. 8.2. Presenta els treballs atenent a les pautes proporcionades, amb ordre, estructura i netedat i emprant programes de presentació. 8.3. Exposa les seves idees de forma coherent, s'expressa de forma correcta en diferents situacions i respecta les opinions dels altres.</p>
<p>- Demostrar un comportament personal i social responsable, respectant-se un mateix i els altres en les activitats físiques i els jocs, acceptant les normes i regles establertes i actuant amb interès, iniciativa individual i treball en equip.</p>	<p>9.1. Té interès per millorar la competència motriu. 9.2. Demostra autonomia i confiança en diferents situacions i resol problemes motors amb espontaneïtat i creativitat. 9.3. Incorpora a les seves rutines la cura i la higiene del cos. 9.4. Participa en la recollida i l'organització de material utilitzat a les classes. 9.5. Accepta formar part del grup que li correspongui i el resultat de les competicions amb esportivitat.</p>

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

11. ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES I EXTRAESCOLARS

S'han sol·licitat nombroses activitats del programa SUMA'T a l'esport i s'està a l'espera de la confirmació o rebuig de les sol·licituds.

12. DISTRIBUCIÓ ESPAI-TEMPS

L'horari dels diferents grups és el següent:

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9-9:55		6è EP			
9:55-10:50	2n EP	3r EP	5è EP	4t EP	
10:50-11:45	1r EP	4t EP	1r EP	6è EP	3r EP
12:15-13:10					2n EP
13:10-14:00					5è EP

Les instal·lacions que s'empraran per dur a terme les classes seran les pistes exteriors de forma habitual i la sala polivalent per activitats específiques i els dies que plou.

13. TEMPORITZACIÓ

SEGON. Blocs de continguts
Psicomotricitat
Jocs perceptius
Jocs de condició física
Jocs d'habilitats motrius
Jocs gestuals i balls
Els jocs: jocs populars i tradicionals, jocs del món, jocs cooperatius i jocs alternatius.

QUART. Blocs de continguts
Jocs perceptius
Jocs de condició física
Jocs motrius
Jocs gestuals i balls
Iniciació esportiva

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

SISÈ. Blocs de continguts
Jocs perceptius
Jocs de condició física
Jocs motrius
Jocs gestuals
Jocs d'iniciació esportiva

14. UNITATS DIDÀCTIQUES DE PRIMER I SEGON

UNITAT DIDÀCTICA 1: JOCS PERCEPTIUS	TRIMESTRE: primer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<input type="checkbox"/> C. en comunicació lingüística. <input type="checkbox"/> C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. <input type="checkbox"/> C. per aprendre a aprendre. <input type="checkbox"/> C. autonomia i iniciativa personal.	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Coneixement del cos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar i representar parts del seu cos: cap, tronc, membres superiors i membres inferiors. - Representar els segments corporals i les seves parts. - Identificar i percebre la mobilitat articular. <p>Lateralitat</p> <ul style="list-style-type: none"> - Afirmar la lateralitat corporal. - Millorar les aptituds perceptivomotrius de lateralitat i direccionalitat. - Desenvolupar les aptituds de lateralitat i imatge corporal. - Utilitzar de forma apropiada els segments corporals. - Observar i desenvolupar la dominància lateral: visual, manual i pèdica. <p>Els sentits</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupar la capacitat visual, d'observació i la memòria visual. - Desenvolupar la capacitat d'atenció i l'agudesia auditiva. - Millorar els umbrals dels sentit tàtil. - Desenvolupar el sentit kinestèsic. - Desenvolupar el sentit d'equilibri. <p>Relaxació</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potenciar el coneixement de l'actitud i la postura. - Interioritzar la imatge corporal per a equilibrar objectes. - Desenvolupar la conscienciació global de les actituds i de la mobilitat de l'eix corporal. - Interioritzar la imatge corporal per a conservar l'equilibri en diferents accions. - Interioritzar la imatge corporal per a conservar l'equilibri en desplaçament... - Experimentar el control de la respiració per boca i nas en situació estàtica. - Identificar, contreure i descontreure diferents parts corporals. <p>Percepció espai/temps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conèixer les variacions de: velocitat, duració, intensitat i freqüència, com a conceptes d'espai-temps. - Ajustar el moviment en relació a l'espai i al temps. - Adquirir nocions temporals: abans, durant i després. - Distingir noció de moviment-pausa i duració de la pausa. - Percebre distàncies i trajectòries. - Reconèixer la duració d'estímuls auditius o d'accions observades per a respondre amb moviments rítmics. - Identificar ritmes i respondre amb moviments adequats. - Vivenciar el ritme pel moviment espontani. 	<p>CONEIXEMENT DEL COS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les parts del cos, els segments corporals, les articulacions i la mobilitat articular i flexibilitat muscular. - Activitats destinades al coneixement del propi cos. - Dur a terme tasques que impliquen la representació de parts del cos i dels segments corporals. - Exercicis de flexibilitat i mobilitat articular. - Acceptació de la seva pròpia realitat corporal. - Atenció i interès per les explicacions. - Respecte i bon ús del material. <p>LATERALITAT</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dominància lateral: visual, manual, pèdica. - Orientació de l'esquema corporal. - Imatge i percepció corporal. - Activitats de manipulació amb ambdues mans. - Activitats per a descobrir i afirmar la dominància lateral. - Acceptar les diferències corporals. <p>ELS SENTITS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Els sentits: vista, oïda, tacte, olfacte i gust. - El sentit kinestèsic i el sentit de l'equilibri. - Realitzar jocs sensorials que facilitin el desenvolupament dels diferents sentits. - Experimentar situacions de desequilibris. - Exercicis que desenvolupin el sentit kinestèsic. - Activitats amb els ulls tapats. <p>RELAXACIÓ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Actitud postural. - Respiració: inspiració i expiració. - To muscular: relaxació i tensió muscular. - Exercicis de inspiració i expiració. - Bufar objectes. - Realitzar activitats específiques de relaxació. - Assumir hàbits d'higiene postural. <p>PERCEPCIÓ ESPAI/TEMPS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nocions de velocitat, duració, intensitat i freqüència. - Nocions d'ordre, simultaneïtat i alternança. - Nocions de ritme i seqüència. - Realitzar accions en les que se diferencien les velocitats, les duracions, les intensitats i les freqüències. - Moviments lliures seguint ritmes senzills. - Realitzar accions de duració i velocitat amb objectes. - Realitzar tot tipus de jocs de ritme. - Millorar la capacitat per a respondre a diferents estímuls rítmics. <p style="text-align: center;">- Participar activament i amb gust en les accions i jocs que es proposen.</p>
CRITERIS D'AVALUACIÓ	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

CONEIXEMENT DEL COS

- Reconeix els segments corporals.
- Identifica les parts del cos.
- Identifica les diferents articulacions en el seu cos.
- Manté i exercita la mobilitat articular i la flexibilitat muscular.
- Mobilitza totes les articulacions augmentant o mantenint la seva elasticitat muscular.

LATERALITAT

- Llança i recull la pilota sense que li caigui.
- Passa la pilota d'una mà a l'altra amb precisió.
- Llança amb precisió amb la mà dominant.
- Es col·loca: davant/darrere, davall/dalt, dins/fora, respecte a un objecte, segons indiqui el mestre.

ELS SENTITS

- Mostra interès en les activitats per al desenvolupament i millora dels diferents sentits.
- És capaç de distingir a un company pel tacte i per l'oïda.
- És capaç de mantenir l'atenció.

RELAXACIÓ

- Reconeix les dues vies de presa i sortida d'aire.
- És capaç de passar d'un estat de tensió a un altre de relaxació.
- És capaç de mantenir la mirada fixa durant 5".

PERCEPCIÓ ESPAI/TEMPS

- Utilitza distintes parts del cos per a seguir ritmes.
- Segueix de forma espontània ritmes bàsics.
- Mostra una actitud positiva davant les activitats de ritme.
- És capaç de desplaçar-se a ritme d'un company.
- Es mou intentant dur ritmes diferents.
- Adapta les passes de desplaçament a ritmes proposats.
- És capaç de botar rítmicament.
- És capaç d'entrar a botar a la corda.

METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT
<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivència, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
UNITAT DIDÀCTICA 2: JOCS DE CONDICIÓN FÍSICA	TRIMESTRE: primer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

- C. matemàtica.
- C. en el coneixement i la interacció amb el món físic.
- C. d'aprendre a aprendre.
- Autonomia i iniciativa personal.

OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS
<p>Desplaçaments, salts i girs</p> <ul style="list-style-type: none"> - Millorar les formes bàsiques de desplaçaments. - Conèixer i identificar tipus de desplaçaments. - Coordinar diverses possibilitats de desplaçaments. - Millorar les formes bàsiques de salts. - Conèixer i identificar els tipus de salts. - Millorar la seguretat en les caigudes en relació amb els diferents tipus de salts. - Coordinar accions de desplaçaments i salts. - Experimentar les formes bàsiques de girar entorn de l'eix longitudinal i transversal. - Coordinar de forma global accions de salts/girs, desplaçaments/girs i desplaçaments/salts/girs. <p>Coordinacions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Resoldre problemes motors d'agilitat. - Desenvolupar moviments controlats. - Fomentar hàbits de cooperació i ordre. - Assolir mitjançant desplaçaments, desenvolupar la coordinació. - Mantenir posicions determinades en situacions dinàmiques i estàtiques. - Adquirir confiança davant postures d'equilibri. 	<p>DESPLAÇAMENTS, SALTS I GIRS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Els desplaçaments: formes bàsiques i encadenaments. - Els salts: formes bàsiques i encadenaments. - Amplitud: curt/llarg. - Parts principals d'un salt: impuls/caiguda. - Els girs: formes bàsiques. - Realitzar activitats amb les formes bàsiques de desplaçament: marxa, a quatre grapes, arrossegar-se... - Realitzar les activitats anteriors en diferents espais: superfícies i plans. - Fer marxa i cursa entre obstacles. - Fer combinacions de les formes bàsiques de desplaçaments i salts. - Córrer i saltar per damunt d'obstacles. - Realitzar girs entorn de l'eix longitudinal i transversal. - Girar i rodar sobre diferents superfícies i plans. - Acceptació de la pròpia realitat corporal valorant les possibilitats i limitacions del seu ús. - Confiança i seguretat en sí mateix en afrontar situacions habituals. <p>COORDINACIONS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordinació corporal: agilitat. - Equilibri. - Situacions d'equilibri i desequilibri variant la seva base de sustentació i elevació. - Coordinació dinàmica general a través de desplaçaments combinats. - Experimentar situacions d'equilibri i desequilibri més complexes. (segons base de sustentació, alçada...). - Jocs d'equilibri i desequilibri. - Jocs d'agilitat. - Prendre mesures de seguretat en la realització d'aquestes activitats. <ul style="list-style-type: none"> - Actitud positiva davant el treball cooperatiu i la relació amb el grup.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Desplaçaments, salts i girs</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordina els moviments de braços i cames en les formes bàsiques de desplaçament, marxa i cursa. - Fa desplaçaments variant el sentit i les direccions en funció dels obstacles, sense pèrdua de l'equilibri. - Adapta la longitud del pas segons diferents senyals i obstacles de forma correcta. - Realitza les fases principals del salt: impuls i caiguda, amb una i amb les dues cames. - Adapta diferents formes de salts, d'alçada i profunditat, en funció d'obstacles variats. - Gira entorn de l'eix longitudinal en diferents postures. - Roda entorn de l'eix transversal cap endavant en un pla inclinat. - Realitza salts amb impulsos variats combinats amb un gir de 360° entorn de l'eix longitudinal. <p>Coordinacions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprova la utilització d'objectes amb les diferents parts del cos. - Participa amb interès i coopera en les activitats grupals. - Soluciona diferents problemes motrius d'agilitat. - Respecte les normes establertes per organitzar i realitzar els jocs. - Soluciona diferents problemes d'equilibri. - Adopta mesures de seguretat, necessàries per a preveure accidents. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT
<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivència, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tinguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>

UNITAT DIDÀCTICA 3: JOCS D'HABILITATS MOTRIUS	TRIMESTRE: segon SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> C. en comunicació lingüística. <input type="checkbox"/> C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. <input type="checkbox"/> C. social i ciutadana. <input type="checkbox"/> C. per aprendre a aprendre. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Desplaçaments, salts i girs: es continuarà treballant en aquesta UD.</p> <p>Equilibri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conèixer la varietat de les postures corporals. - Controlar el cos en situacions d'equilibri. - Experimentar situacions d'equilibri en terra. - Equilibrar-se després d'una acció. - Equilibrar objectes sobre diferents parts del cos. - Iniciar-se en equilibris invertits. - Desplaçar-se sobre diferents obstacles amb seguretat. - Adquirir confiança davant diferents situacions d'equilibri. <p>Llançaments i recepcions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Experimentar lliurement llançaments. - Experimentar lliurement recepcions. - Llançar mòbils a blancs fàcils amb precisió. - Llançar i recepcionar un mòbil un mateix. - Recepcionar el mòbil que passa un company situat a curta distància. - Gaudir de l'activitat física. - Acceptar les possibilitats i limitacions pròpies i les dels companys. 	<p>DESPLAÇAMENTS, SALTS I GIRS: es continuarà treballant en aquesta UD.</p> <p>EQUILIBRI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equilibri corporal (consciència). - Postures corporals. - Equilibri estàtic i dinàmic. - Vivenciar distintes postures d'equilibri en terra. - Realitzar accions que impliquin equilibris i desequilibris. - Equilibrar objectes diversos en el cos i en situacions estàtiques i dinàmiques. - Realitzar activitats d'equilibri reduïnt la base de sustentació, sobre plànols inclinats... - Realitzar equilibris variant el nombre de punts de recolzament. - Desenvolupar la confiança en sí mateix. - Cooperar amb altres companys. - Interès per experimentar diferents postures. <p>LLANÇAMENTS I RECEPCIONS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Experimentació d'habilitats motrius bàsiques de forma lliure i dirigida. - Els llançaments. - Les passades amb diferents mòbils. - Les recepcions amb diferents mòbils. - Gust en la realització d'activitats físiques. - Acceptació de les possibilitats i limitacions pròpies i les dels companys.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<p>Desplaçaments, salts i girs: es continua treballant de la UD anterior.</p> <p>Equilibri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Manté l'equilibri sobre una cama variant el centre de gravetat. - Manté objectes en equilibri sobre el seu cos. - Es desplaça en equilibri sobre un banc suec invertit. - Es desplaça, amb objectes equilibrats sobre el seu cos. - Es manté en equilibri en superfícies elevades. - Col·labora en el desenvolupament dels jocs de grup. <p>Llançaments i recepcions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es capaç de llançar diferents mòbils. - Llança amb precisió. - Rep amb precisió. - Manté una actitud positiva en les activitats. <ul style="list-style-type: none"> - Sap participar activament en el joc acceptant les possibilitats i limitacions pròpies i dels altres. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nous podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 4: JOCS GESTUALS I BALLS	TRIMESTRE: segon SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> C. en comunicació lingüística. <input type="checkbox"/> C. matemàtica. <input type="checkbox"/> C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. <input type="checkbox"/> C. cultural i artística. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - Experimentar les possibilitats expressives del propi cos de forma global. - Representar papers senzills de la vida quotidiana. - Representar objectes animats i inanimats fàcilment reconeixedors. - Experimentar el ritme pel moviment espontani. - Integrar estructures rítmiques senzilles. - Imitar gests, postures, imatges... - Realitzar postures de mirall amb companys. - Moure's per l'espai, ocupant-lo de forma adequada. - Relacionar expressions segons estats d'ànim o situacions. - Enriquir possibilitats expressives per a establir el diàleg amb els altres. - Ser capaç d'emetre i comprendre missatges de forma no verbal. - Ser capaç d'adequar els moviments corporals a estímuls externs i expressar el que ens suggereix. - Experimentar el ritme pel moviment espontani. - Valorar les propostes pròpies i dels altres. - Reproduir moviments seguint el ritme de la música. 	<ul style="list-style-type: none"> - El moviment expressiu de caràcter espontani. - La simulació i la imitació d'objectes, animals, situacions bàsiques. - El cos com a caixa de sons. - Relació entre llenguatge corporal i altres llenguatges. - Manifestacions expressives associades al moviment: mímica, dansa i dramatització. - Les qualitats associades al moviment: pesat, lleuger-fort, suau-ràpid, lent. - Objecte que es mou i forma de moviment. - Imatge personal. - Interpretació i resposta. - Jocs d'imitació i identificació amb molt poques regles (joc lliure de caràcter espontani). - Realitzar activitats en què l'alumne treballi amb sons produïts pel seu cos i els adapti a un ritme bàsic. - Realitzar activitats en què l'alumne hagi de seguir ritmes senzills amb moviments segmentaris. - Realitzar activitats del mateix tipus amb moviments globals espontanis. - Exploració de les possibilitats i recursos expressius del propi cos. - Utilització personal del gest i del moviment per a l'expressió, representació i comunicació d'emocions i sentiments, per mitjà del llenguatge corporal. - Pràctica de jocs ballats, populars o inventats d'execució senzilla. - Relació de les qualitats del moviment, amb sensacions d'ànims. - Execució de missatges corporals. - Incloure els altres en les meves propostes. - Viure l'expressivitat com un mitjà de relació amb el món. - Participació activa espontània i comunicativa en els jocs d'intencionalitat expressiva. - Col·laboració en situacions que suposin, la comunicació amb altres. - Respecte a les manifestacions dels altres. - Reproducció de moviments seguint un ritme. - La dansa amb coordinacions senzilles. - El ritme.
--	--

CRITERIS D'AVUACIÓ

- Representa amb el seu cos les característiques principals d'objectes senzills d'imitar.
- Segueix ritmes binaris amb diferents moviments o sons provocats per diferents segments corporals.
- Segueix ritmes binaris amb el cos de forma global i espontània.
- Coneix i respon amb el moviments a la relació so-silenci.
- Imita (gests, postures, imatges...).
- Ocupa l'espai adequadament.
- Reconeix situacions anímiques.
- Comunica amb llenguatge gestual.
- Coneix balls senzills.
- Adapta el seu moviment a estímuls externs.
- Representa situacions que requereixin esforç imaginatiu.

METODOLOGIA

ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nous podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

<p>UNITAT DIDÀCTICA 5: ELS JOCS (jocs populars i tradicionals, jocs del món, jocs cooperatius i jocs alternatius)</p>	<p>TRIMESTRE: tercer SESSIONS:</p>
<p style="text-align: center;">COMPETÈNCIES BÀSIQUES</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> C. en comunicació lingüística. <input type="checkbox"/> C. social i ciutadana. <input type="checkbox"/> C. cultural i artística. <input type="checkbox"/> C. per aprendre a aprendre. 	
<p style="text-align: center;">OBJECTIUS DIDÀCTICS</p>	<p style="text-align: center;">CONTINGUTS</p>

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - Vivenciar diferents papers dins d'un mateix joc. - Practicar jocs populars i col·lectius dins de l'àmbit escolar. - Acceptar el resultat del joc atenent a les seves normes. - Recopilar jocs de pati i carrer. - Valorar els factors de risc en el pati. - Practicar jocs cooperatius dins l'àmbit escolar. - Conèixer diferents tipus de jocs cooperatius. - Conèixer diferents jocs i esports alternatius als convencionals. - Identificar materials per a jocs alternatius. - Experimentar jocs alternatius. - Realitzar activitats en les quals els grups hagin de treballar en cooperació. - Participar activament i col·laborar en els jocs proposats. - Millorar la confiança en un mateix i fomentar el sentit de col·laboració. - Valorar la multiculturalitat a través d'activitats jugades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realització de jocs correctament. - Experimentació dels jocs com a objecte de plaer. - Participar en la realització dels jocs. - Jocs tradicionals de pati i carrer. - Jocs de cooperació. - Recopilar jocs de pati i carrer. - Valorar els factors de risc en el pati. - Confiança en les pròpies possibilitats - Noció de joc cooperatiu. - Pràctica de jocs que exigeixin la cooperació com a estratègia de joc. - Experimentació de diferents tipus de rols dins els jocs proposats. - Utilització de la cooperació per a l'organització situacions col·lectives de joc. - Respecte cap al material utilitzat. - Material alternatiu: reciclat, no convencional... - Recerca de jocs d'altres països. - Jocs de llançaments. - Acceptació dels diferents nivells de destresa i habilitat. - Jocs en gran grup d'altres cultures. - Respecte i valoració de la multiculturalitat. - Actitud de respecte als companys. - Valoració de l'esforç personal i col·lectiu.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<ul style="list-style-type: none"> - Entén i respecta les normes del joc. - Explica oralment les normes d'un joc. - Coneix el nom dels jocs. - Reconeix les pròpies possibilitats i limitacions dins el desenvolupament d'un joc. - Mostra interès pel coneixement i la pràctica de jocs tradicionals: de pati, carrer, corda... - Accepta el rol que li correspon dins el grup. - Mostra una actitud favorable per a la consecució d'objectius comuns. - Participa activament en els jocs proposats. - Col·labora en la posada en pràctica de diferents jocs alternatius. - És capaç de coordinar els segments corporals en la pràctica de diferents jocs alternatius. - Valora la multiculturalitat a través d'activitats jugades. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

15. UNITATS DIDÀCTIQUES DE QUART

UNITAT DIDÀCTICA 1: JOCS PERCEPTIUS	TRIMESTRE: primer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - C. Matemàtica. - C. Tractament de la informació i competència digital. - C. Comunicació lingüística. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Coneixement del cos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tenir i millorar el coneixement de l'actitud i postura. - Desenvolupar l'esquema corporal. - Afirmar la lateralitat amb respecte a altres. - Reconèixer el cos per la seva simetria o assimetria. - Vivenciar la mobilitat de totes les parts del cos. - Identificar les variacions del to muscular. - Vivenciar la respiració en distintes situacions. - Vivenciar la relaxació segmentària i global. - Identificar els ossos i músculs més importants, a més de totes les articulacions. - Practicar l'escalfament, identificant-ne les parts i funcions. - Emprar correctament el costat hàbil i no hàbil. - Utilitzar les habilitats motrius bàsiques en diferents situacions i formes d'execució. - Conèixer i identificar les fases de la respiració. - Acceptar les pròpies possibilitats i les de la resta de companys. <p>Lateralitat</p> <p>Els sentits</p> <p>Relaxació</p> <p>Percepció espai/temps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptar el moviment a les nocions espaials bàsiques. - Observar recorreguts i apreciar distàncies. - Col·locar-se en relació amb els objectes. - Traslladar-se en relació als objectes. - Orientar-se en espais amplis respecte a múltiples objectes. - Realitzar recorreguts representats gràficament. - Utilitzar les habilitats bàsiques en la resolució de problemes que impliquen una adient percepció espai i temporal. 	<p>CONEIXEMENT DEL COS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esquema corporal: moviments globals i segmentaris. - To muscular. - Actitud postural. - Respiració i relaxació. - Activitats que impliquen reconeixement de dreta i esquerra en un mateix i en relació amb els altres. - Exercicis per a vivenciar la correcta actitud postural. - Activitats que impliquen dissociacions segmentàries en diferents postures i accions. - Exercicis de flexibilitat i elasticitat. - Activitats de relaxació global i segmentària utilitzant sensacions de pesat/lleuger, fred/calent... - Coneixement i acceptació del meu cos tal com és. - Interès per conèixer i experimentar les possibilitats del seu cos. - Valoració de les possibilitats i limitacions dels altres sense necessitat de comparar amb les meves. - Les diferents parts del cos humà. Principals grups musculars i estructures òssee. - Treball dels dos costats del cos dintre de diferents situacions motrius. - Utilització de les habilitats motrius bàsiques. - La respiració: fases (inspiració/expiració), apnees i dispnees. - Control de la respiració. - L'escalfament: funcions i parts. - Practica de diferents tipus d'escalfament. - Respecte envers les pròpies possibilitats i les dels altres. <p>LATERALITAT</p> <p>ELS SENTITS</p> <p>RELAXACIÓ</p> <p>PERCEPCIÓ ESPAI/TEMPS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relacions temporals i espaials. - Nocions topològiques: dins/fora, adalt/abaix, davant/darrere... - Realització d'activitats i jocs que impliquin agrupacions i dispersions. - Realització de jocs de persecució en diferents espais. - Activitats que impliquen seguir trajectòries. - Realització de tot tipus d'activitats i formes jugades que impliquen l'ús d'una o diverses nocions topològiques. - Realització de tasques que impliquen diferents intensitats de moviment. - Adquisició d'una major independència motriu. - Valoració del propi esforç i interès. <ul style="list-style-type: none"> - Acceptació de les normes de grup.
<p>CRITERIS D'AVALUACIÓ</p>	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Coneixement del cos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconeix la dreta i esquerra en ell mateix i en un company. - És capaç de contreure i relaxar diferents segments corporals. - Situa un objecte a la dreta/esquerra d'un altre objecte. - Identifica els principals ossos, músculs i articulacions. - Practica l'escalfament i identifica les seves parts i funcions. - Empra correctament i identifica el costat hàbil i no hàbil. - Utilitza les habilitats motrius bàsiques de forma correcta. - Conèix i identifica les fases de la respiració. - Respecta les pròpies possibilitats i les dels altres. <p>Lateralitat</p> <p>Els sentits</p> <p>Relaxació</p> <p>Percepció espai/temps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es situa correctament respecte a objectes: dins/fora, adalt/abaix, davant/darrere... - Es col·loca a la dreta i esquerra d'un company o d'un objecte. - Verbalitza correctament nocions espaials. - Es desplaça establint relacions espaials en funció d'estímul externs. - Respecte les normes del joc en equip. - Interpreta plànols senzills. - És capaç de moure-se seguint un ritme. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT
<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivència, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>

UNITAT DIDÀCTICA 2: JOCS DE CONDICIÓN FÍSICA	TRIMESTRE: primer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

- C. en comunicació lingüística.
- C. en el coneixement i la interacció amb el món físic.
- Autonomia i iniciativa personal.
- C. Aprendre a aprendre.

OBJECTIUS DIDÀCTICS

CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - Realitzar accions pròpies d'habilitats bàsiques o específiques de forma ràpida. - Desenvolupar la velocitat de reacció i desplaçament mitjançant formes jugades. - Mantenir un esforç continuat en jocs motrius. - Desenvolupar el treball de força amb i sense l'ajuda dels companys. - Conèixer els efectes del treball físic en l'organisme. - Acceptar les limitacions pròpies i les dels companys. <p>Desplaçaments</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupar i millorar els desplaçaments lliures i naturals (marxa, carrera, quadrupèdia...). - Millorar la coordinació de les formes bàsiques de desplaçament. - Desenvolupar les possibilitats de reacció de l'alumne. - Desenvolupar els desplaçaments amb objectes i materials. - Usar correctament els desplaçaments en situacions de joc (relleus, jocs de locomoció...). - Combinar desplaçaments amb altres habilitats bàsiques. <p>Salts</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saltar coordinadament amb una i ambdues cames. - Experimentar diferents formes de dur a terme els salts. - Conèixer i realitzar diversos tipus de salts. - Realitzar salts amb girs en l'aire. - Diferenciar els impulsos i les caigudes en la realització dels salts. - Realitzar salts per damunt d'obstacles baixos. - Desplaçar-se mitjançant salts en diferents direccions. - Controlar els moviments del cos per realitzar salts en diferents accions. - Conèixer els diferents tipus de recolzament en la batuda i recepció d'un salt. - Coordinar els moviments de braços i cames en diferents tipus de salts i superfícies. - Desplaçar-se mitjançant salts successius en diferents accions dins situacions de joc. - Córrer i saltar en altura limitant els punts de recolzament. - Acceptar i identificar la pràctica d'exercici físic com un mitjà de diversió i desenvolupament. <p>Girs</p> <ul style="list-style-type: none"> - Millorar les formes de gir entorn a l'eix longitudinal. - Desenvolupar els diferents girs entorn a l'eix transversal. - Desenvolupar la coordinació en accions de rodar i girar. - Desenvolupar la capacitat de girar sobre l'eix sagital. - Realitzar girs sobre diferents plans i superfícies reduïdes. - Coordinar desplaçaments, salts i girs. - Coordinar les accions i moviments dels segments quan el cos gira al voltant de l'eix transversal. - Interioritzar la mobilitat antero – posterior de la regió pèlvica. - Utilitzar la consciència de la simetria corporal per elaborar una resposta motriu adequada. - Saltar i girar al voltant de l'eix longitudinal. 	<ul style="list-style-type: none"> - Qualitats físiques bàsiques: velocitat, força, resistència i flexibilitat. - Les pulsacions: caròtida, radial i cor. - Treball general del condicionament físic. - Dosificació de l'esforç durant la realització d'activitats. - Realització d'accions pròpies d'habilitats bàsiques o específiques de forma ràpida. - Experimentació de diferents tipus de velocitat. - Treball de diferents tipus de força (estàtica, dinàmica). - Valoració dels efectes positius dels estiraments. <p>DESPLAÇAMENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desplaçaments bàsics: marxa, carrera, quadrupèdia, tripèdia, salts simples... - Desplaçaments habituals i no habituals. - Realitzar desplaçaments a diferents ritmes. - Pràctica de situacions jugades on varia la forma de desplaçament. - Realitzar desplaçaments amb diferents materials. - Desplaçar-se per un circuit d'obstacles. - Formes de relleus amb diferents tipus de desplaçaments. - Execució de noves formes de desplaçaments. - Exercicis d'adaptació del desplaçament al medi. - Valoració de l'evolució dels desplaçaments propis com a conseqüència de les pràctiques personals. - Interès per millorar les seves habilitats locomotrius. - Valoració i diversió de treballar en equip. - Acceptar els diferents nivells de destresa. <p>SALTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les fases del salt: impuls, vol i caiguda. - Diferents tipus de salts: direcció i tipus de recolzament. - Tipus de salts: d'altura, de longitud, salts amb desplaçament i salts sense desplaçament. - Propostes per parts dels alumnes per a saltar amb un i dos peus de forma successiva, canviant la direcció... - Carreres amb salts sobre objectes immòbils. - Saltar sobre objectes mòbils. - Córrer i saltar en longitud. - Córrer i saltar a, i des de, una alçada. - Pràctica de situacions de salt ja conegudes, variant tota la gamma d'impulsos i caigudes. - Valoració de l'evolució de les pròpies habilitats com a conseqüència de la pràctica personal. - Interès per millorar la realització de les diferents habilitats. - Afrontar noves situacions amb confiança i seguretat. - Esquemes motors bàsics: desplaçaments i salts. - Salts: batuda, vol i caiguda. - Experimentació i utilització de les habilitats bàsiques. - Desenvolupament de la coordinació dinàmica general. - Exploració de les possibilitats de moviment en diferents tipus de salts i des de superfícies diferents. - Combinació de carrera i salt. - Valoració de l'exercici físic com a mitjà de diversió i desenvolupament. <p>GIRS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Els girs com a forma i possibilitat de moviment.
--	---

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none">- Realitzar girs sobre l'eix antero – posterior amb control del cos.- Acceptar i valorar l'ús correcte dels espais i materials, i les mesures bàsiques de seguretat.	<ul style="list-style-type: none">- Girs sobre l'eix longitudinal: rodar i girar.- Girs sobre l'eix transversal: cucaveles.- Girs sobre l'eix sagital: lateral.- Suspensions i girs.- Exercicis i jocs de rodar.- Combinar desplaçaments i salts amb diferents girs sobre l'eix longitudinal.- Realització de cucaveles endavant des de plans inclinats, des de l'horitzontal sense carrera, amb carrera...- Realització de la cucavela endarrere en un pla inclinat.- Girs per damunt d'obstacles amb recolzament de mans.- Carreres de relleus amb diferents girs.- Valorar el possible risc prenent precaucions.- Adquirir confiança i seguretat davant de situacions noves.- Valorar el seu esforç i els seus progressos, sense comparar.- Eixos corporals: transversal, longitudinal i antero – posterior.- Experimentació amb girs al voltant de l'eix transversal.- Experimentació de la mobilitat de la pelvis i de la funcionalitat de la columna vertebral.- Experimentació i presa de consciència de la independència segmentaria.- Experimentació amb girs al voltant de l'eix longitudinal.- Domini bàsic de la cucavela endavant i enrere.- Ús correcte dels espais i materials.
CRITERIS D'AVUACIÓ	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

- Utilitza de forma correcta les habilitats motrius bàsiques o específiques en activitats que impliquen velocitat.
- És capaç d'utilitzar la velocitat de reacció i desplaçament de forma eficaç en les activitats proposades.
- Sap dosificar-se durant la realització de jocs motrius.
- Aplica de forma correcta el treball de força de forma individual o amb els companys.
- Reconeix els efectes que provoca l'exercici físic a l'organisme.
- Valora les pròpies possibilitats i les dels companys.

Desplaçaments

- Executa amb soltura diversos desplaçaments: quadrupèdia, tripèdia, repta, cuclilles i córrer.
- Realitza una varietat de desplaçaments coordinant braços i cames.
- Col·labora en la preparació d'un circuit.
- Coordina els desplaçaments en grup.
- Es desenvolupa amb soltura en els jocs motors.

Salts

- Salta coordinadament en funció de la tasca a realitzar.
- Es desplaça saltant obstacles.
- Realitza salts des d'una alçada, executant accions amb el seu cos, durant el salt.
- Es desplaça saltant sobre un peu.
- Es desplaça saltant a peus junts.
- Controla els moviments del cos per realitzar salts en diferents direccions.
- Coneix els diferents tipus de recolzament en la batuda i recepció d'un salt.
- Realitza de forma coordinada els moviments de braços i cames en diferents tipus de salts i superfícies.
- Es desplaça mitjançant salts successius en diferents direccions dins situacions de joc.
- Corre i salta en altura limitant els punts de recolzament.
- Accepta i identifica la pràctica d'exercici físic com un mitjà de diversió i desenvolupament.

Girs

- És capaç de saltar executant amb precisió un gir de 180°.
- És capaç de girar 360° suspès en l'espallera.
- Realitza correctament desplaçaments i salts amb girs sobre l'eix longitudinal.
- Realitza amb seguretat la cucavela endavant.
- Realitza la cucavela endarrere en un pla inclinat.
- Coordina la carrera amb la cucavela endavant.
- Realitza girs endavant i enrere: en terra i a l'aire amb l'ajuda de diversos materials.
- Realitza figures controlant la mobilitat del seu cos (ex: el pont).
- Bota i realitza girs amb precisió i cau sense perdre l'equilibri.
- Coordina la carrera amb el gir endavant.
- Controla el cos durant l'execució de girs sobre l'eix antero – posterior.
- Pren precaucions per evitar els accidents.
- Coordinacions

METODOLOGIA

ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 3: JOCS MOTRIUS	TRIMESTRE: segon SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - Autonomia i iniciativa personal. - C. Social i ciutadana. - C. Cultural i artística. - C. Aprendre a aprendre. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Desplaçaments, salts i girs Es continua treballant de la UD anterior.</p> <p>Equilibri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Millorar la coordinació d'accions i de moviments. - Desenvolupar l'equilibri damunt plans enlairats i inclinats. - Utilitzar diferents punts de recolzament per mantenir l'equilibri. - Emprar les parts del cos per mantenir en equilibri un objecte. - Controlar l'equilibri en la realització de figures humanes. - Augmentar la seguretat i confiança en un mateix. - Desenvolupar i millorar les habilitats i destreses bàsiques amb especial incidència en els equilibris. - Desenvolupar i millorar l'equilibri estàtic i dinàmic. - Millorar la capacitat d'ajustament postural. - Equilibrar objectes sobre diferents parts del cos. - Control del moviment després de situacions de desequilibri. - Experimentar situacions d'equilibri i desequilibri disminuint la base de sustentació, la seva estabilitat i elevat el centre de gravetat. - Adquirir confiança davant situacions d'equilibri. <p>Llançaments i recepcions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser capaç de llançar objectes amb precisió de forma estàtica i dinàmica. - Recepcionar objectes en posició estàtica i dinàmica. - Gaudir amb l'activitat física adquirint valors de col·laboració i amistat. - Desenvolupar la coordinació òcul-manual i òcul-pèdica. - Afirmar la lateralitat. - Utilitzar llançaments de precisió efectuats des de diverses distàncies i formes d'execució. - Coordinar el llançament i recepció prenent consciència de la trajectòria i velocitat dels mòbils. - Treballar la coordinació oculo-manual i oculo-pèdica. - Interceptar llançaments amb mòbils i materials a diferents distàncies. - Adaptar la seva percepció espai-temporal a situacions complexes, propiciades per la introducció d'elements nous i en moviment. - Reconèixer i valorar la capacitat de resoldre problemes motrius d'un mateix i dels companys. <p>Jocs populars</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar a jocs populars en els quals s'hagin de resoldre reptes i dificultats comunes. - Conèixer jocs de tot tipus que augmentin el bagatge lúdic i motriu. - Valorar l'ús i coneixement dels jocs populars i tradicions de la nostra cultura. - Utilitzar de forma correcta les habilitats motrius bàsiques en diferents situacions de joc. - Compilar i practicar jocs de tota la vida. - Tenir una actitud oberta i flexible davant la creació d'un joc o modificació de les regles de jocs ja coneguts. 	<p>DESPLAÇAMENTS, SALTS I GIRS Es continua treballant de la UD anterior.</p> <p>EQUILIBRI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordinació dinàmica general. - L'alternança de l'equilibri estàtic i dinàmic. - Els punts de recolzament: base de sustentació. - Control de l'equilibri en qualsevol situació, superfície o posició. - Experimentació d'equilibri amb objectes damunt el propi cos. - Realització de figures humanes. - Actitud de seguretat i confiança en un mateix. - Equilibri estàtic i dinàmic. - Funció d'ajustament postural. - Aspectes propioceptius, consciència postural. - Activitats que impliquen el manteniment de l'equilibri estàtic. - Jocs que impliquen equilibris dinàmics en diferents plans i superfícies. - Jocs d'accions d'oposició i lluita amb l'objectiu de desequilibrar al company. - Activitats que impliquen carreres i salts de petits obstacles amb equilibració després de la caiguda. - Accions d'equilibri i desequilibri amb objectes. - Adquirir confiança i seguretat quan s'enfronta a noves situacions. - Valoració i acceptació de les seves pròpies possibilitats. - Valoració i previsió dels riscos. <p>LLANÇAMENTS I RECEPCIONS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordinació òcul-pèdica. - Coordinació òcul-manual. - Llançaments. - Recepcions. - Colpejos de mòbils. - Percepció espacial i temporal. - Lateralitat. - Destreses en el maneig d'objectes. - Activitats de llançaments i recepcions amb ambdues mans i/o peus. - Jocs de llançaments de precisió. - Activitats de colpejos de mòbils. - Execució de llançaments o recepcions des de distintes posicions. - Execució de llançaments i aturades de la pilota amb el peu. - Valoració de la feina ben feta com a medi per gaudir a l'activitat física. - Tenir cura del material. - Valoració del treball ben executat. - Esquemes motors bàsics: el llançament. - Nocions de distància i concepte de trajectòria, direcció, velocitat dels objectes. - Habilitats motrius bàsiques en diferents situacions i formes d'execució: llançaments i recepcions. - Coordinació dinàmica general i específica. - Ús variat de trajectòries i velocitats de segments corporals. - Percepció espai-temporal.
--	--

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

	<ul style="list-style-type: none"> – Reconeixement i valoració de les pròpies capacitats i les dels altres. <p>JOCS POPULARS</p> <ul style="list-style-type: none"> – Els jocs populars i tradicionals propis de la nostra Comunitat Autònoma. – La regulació del joc: normes i regles bàsiques. – Execució de moviments individuals i col·lectius dins els jocs . – Utilització de les habilitats motrius bàsiques en situacions diferents. – Recerca i compilació de jocs populars i tradicionals propis. – Utilització de regles per a la organització de situacions col·lectives. – Valoració dels jocs populars com a element lúdic. – Acceptació del rol dins l'organització de l'equip. – Valoració de costums i tradicions de la nostra cultura.
CRITERIS D'AVAUACIÓ	
<p>Desplaçaments, salts i girs Es continua treballant de la UD anterior.</p> <p>Equilibri</p> <ul style="list-style-type: none"> – És desplaça de formes diferents per damunt un banc sense perdre l'equilibri. – És capaç de mantenir-se en equilibri damunt plans enlairats i inclinats. – Manté l'equilibri utilitzant diferents punts de recolzament. – És capaç de mantenir un objecte en equilibri utilitzant una part del cos com a punt de recolzament. – Controla l'equilibri en la realització de figures humanes. – Mostra una actitud positiva i de confiança cap a les seves possibilitats. – S'equilibra després d'una acció. – Es manté equilibrat sobre una cama damunt una superfície elevada. – Soluciona problemes d'equilibri sobre distintes bases de sustentació. <p>Llançaments i recepcions</p> <ul style="list-style-type: none"> – Llança i reponeix una pilota amb seguretat. – Llança amb precisió a ferir a un objecte estàtic. – Realitza passades adequadament. – És capaç d'interceptar una pilota. – És capaç de llançar i rebre una pilota. – Condueix una pilota amb els peus. – Llança i atura una pilota amb els peus. – És capaç de llançar amb precisió des de diverses distàncies i formes d'execució. – Efectua el llançament i la recepció de forma coordinada. – Coordina els segments corporals en les situacions de joc proposades. – És capaç de realitzar un moviment ràpid per interceptar o llançar objectes a situacions de joc. – Adapta la seva percepció espai-temporal a situacions complexes, propiciades per la introducció d'elements nous i en moviment. – Resol i valora els problemes motrius d'un mateix i dels companys. <p>Jocs populars</p> <ul style="list-style-type: none"> – Reconeix el joc com a element lúdic i el seu caràcter no competitiu. – Participa i col·labora amb la resta de companys per resoldre reptes i dificultats comunes als jocs proposats. – Valora l'ús i coneixement dels nostres jocs populars i tradicions. – Utilitza de forma correcta les habilitats motrius dins les situacions de joc. – Participa activament en la compilació i pràctica de jocs populars. – Presenta una actitud oberta i flexible davant la creació d'un joc o modificació de les regles de jocs ja coneguts. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 4: JOCS GESTUALS I BALLS	TRIMESTRE: segon SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - C. Social i ciutadana. - C. Cultural i artística. - Autonomia i iniciativa personal. - C. Aprendre a aprendre. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer i valorar les possibilitats expressives del nostre cos (mans, cara, cames, sons, veu...). - Conèixer i valorar les possibilitats expressives del moviment rítmic. - Interpretar gests i expressions dels altres. - Utilitzar els recursos expressius del cos (gest i moviment) per a imitar o escenificar. - Experimentar les qualitats del moviment corporal. - Fer servir de manera lliure i espontània el cos en moviment per l'espai. - Utilitzar tècniques de comunicació corporals diferents per representar accions, sensacions i situacions quotidianes amb gestos. - Conèixer les diferents formes de comunicació corporal (gestos, mirades...). - Realitzar una coreografia musical en grups reduïts encadenant moviments diversos. - Evitar la inhibició personal i ajudar a l'adaptació dins el grup. 	<ul style="list-style-type: none"> - El cos com a instrument d'expressió i comunicació. - Recursos expressius del cos: el gest i el moviment (mímica, dansa i dramatització). - Les qualitats del moviment. - Relació entre el llenguatge expressiu corporal i altres llenguatges. - Treballs d'expressió, de sensacions, sentiments i estats d'ànim. - Elaboració d'un codi gestual molt senzill, amb distintes parts del cos. - Realització d'activitats de qualitats de moviments (pesat/lleuger, fort/suau, ràpid/lent...). - Jocs d'improvissació de moviments expressius de forma individual i en grups. - Elaboració de missatges mitjançant la simbolització i codificació del moviment. - Afavorir l'expressivitat i sensibilitat del nin. - Incentivar i millorar la imaginació i creativitat. - Valorar i gaudir de la relació i comunicació amb els altres de manera activa i sensible. - El cos com a instrument d'expressió i comunicació. - El gest i el moviment com a recurs expressiu del cos. - Experimentació de les sensacions que provoca el cos en moviment per l'espai. - Experimentació i exploració de les possibilitats i recursos expressius del gest. - Realització d'una coreografia inventada. - Acceptació i valoració de l'expressió i comunicació com a element de relació.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<ul style="list-style-type: none"> - Expressa espontàniament amb el gest sensacions, sentiments, situacions i estats d'ànim. - Representa objectes i personatges, utilitzant el gest i el moviment en situacions de joc. - Representa, mitjançant escenificacions o imitacions, a personatges, objectes o accions quotidianes, utilitzant el cos i el moviment com a mitjans d'expressió. - S'integra amb els seus companys de forma natural i espontània, en jocs de dramatització o mímica. - Utilitza el gest i el moviment per a comunicar-se amb els altres. - Improvisa i crea personatges en propostes grupals i individuals. - És capaç d'aguantar el gest sense moviment. - Col·labora amb els companys del seu equip. - Expressa espontàniament sensacions, sentiments, situacions i estats d'ànim. - Representa, mitjançant escenificacions o imitacions, a personatges, objectes, o accions quotidianes, utilitzant el cos i el moviment com a mitjà. - Coneix les diferents formes de comunicació corporal. - És capaç d'integrar-se dins un grup i treballar per aconseguir una finalitat comú, acceptant el seu paper. - S'integra amb els seus companys de manera natural i espontània, en jocs de dramatització i mímica. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 5: JOCS D'INICIACIÓ ESPORTIVA	TRIMESTRE: tercer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - C. Social i ciutadana. - C. Cultural i artística. - Autonomia i iniciativa personal. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Cooperació</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realitzar activitats en les quals els grups hagin de treballar en cooperació. - Acceptar el rol que li correspon dins el grup. - Adoptar hàbits de cooperació amb altres membres del grup. - Participar activament i col·laborar en els jocs proposats. - Augmentar el bagatge de jocs per disposar en el temps de lleure i oci. - Millorar la confiança en un mateix i fomentar el sentit de col·laboració. - Participar en activitats esportives respectant els contraris i evitant situacions de discriminació en activitats competitives. <p>Jocs preesportius</p> <ul style="list-style-type: none"> - Executar elements motors bàsics del hoquei, beisbol i vòlei. - Identificar i respectar les normes bàsiques d'actuació dins el joc. - Realitzar i practicar diferents tipus de colpejos amb i sense implement. - Reconèixer l'activitat física i l'esport com a mitjà de relació amb els altres i utilitzar-la com a recurs per organitzar el temps lliure. - Utilitzar totes les seves possibilitats de moviment mitjançant jocs col·lectius i d'equip. <p>Esports alternatius</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar en diversos tipus de jocs alternatius. - Generar relacions positives entre companys. - Respectar les normes. - Conèixer i utilitzar estratègies bàsiques de cooperació. - Desenvolupar globalment les habilitats motrius bàsiques a partir de jocs amb material alternatiu. - Experimentar amb diferents materials. - Conèixer diferents materials i la seva fabricació. - Tenir cura del material. - Utilitzar les habilitats i destreses bàsiques amb materials poc habituals. - Participar de forma activa a diferents jocs alternatius. - Millorar la coordinació dinàmica segmentaria: oculo-manual. - Practicar jocs alternatius amb materials confeccionats per l'alumne. - Considerar els esports alternatius com una eina per gaudir del temps d'oci. - Recopilar informació sobre els esports alternatius. 	<p>COOPERACIÓ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Noció de joc cooperatiu. - Tipus de rols i situacions de joc: cooperació-oposició, atac-defensa. - Practica de jocs que exigeixin la cooperació com a estratègia de joc. - Experimentació de diferents tipus de rols dins els jocs proposats. - Utilització de la cooperació per a l'organització situacions col·lectives de joc. - Valoració de les possibilitats com a equip. - Respecte cap al material utilitzat. <p>JOCS PREESPORTIUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - El Fair Play. - Normes bàsiques d'utilització dels implements. - Colpejos propis dels esports proposats. - Coordinació dinàmica general i específica. - Execució d'elements tècnics bàsics de diferents esports. - Esports adaptats (mitjançant la flexibilització de les regles). - Habilitats motrius bàsiques d'iniciació esportiva en situacions de joc. - Esports de bat i camp, de camp dividit i d'invasió. - Valoració de l'activitat física com a mitjà de relació amb els altres. <p>ESPORTS ALTERNATIUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Els materials alternatius. - La cooperació. - Jocs i esports alternatius. - Realització de jocs alternatius. - Pràctica d'esports alternatius. - Fabricació de material alternatiu. - Participació activa en els jocs. - Interès per conèixer i practicar jocs i esports alternatius. - Utilització de jocs com a forma d'oci per al temps lliure. - Acceptació de les normes i el resultat del joc. - Esports alternatius: pales, fresbees, xarxa individual (ball netto). - Materials reciclats i no convencionals. - Habilitats coordinatives dins els jocs alternatius. - Coordinació dinàmica específica. - Participació en els diferents jocs alternatius proposats. - Recerca d'informació sobre els jocs i esports alternatius. - Valoració dels esports alternatius com a element lúdic. - Valoració d'Internet com a eina de recerca.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Cooperació</p> <ul style="list-style-type: none"> - Col·labora en totes aquelles activitats com a membre actiu dins un grup. - Accepta el rol que li correspon dins el grup. - Mostra una actitud favorable per a la consecució d'objectius comuns. - Participa activament en els jocs proposats. - Considera el joc cooperatiu com un recurs per organitzar el temps de lleure. - Reconeix les pròpies possibilitats i els avantatges que suposa el treball en grup per assolir un determinat objectiu. - Manté una actitud de respecte cap els contraris evitant les situacions conflictives. <p>Jocs preesportius</p> <ul style="list-style-type: none"> - Executa gestos i moviments bàsics del hoquei, beisbol i vòlei. - Identifica i respecta les normes bàsiques d'actuació dins els jocs. - Realitza de forma coordinada colpejos amb i sense implement. - Es relaciona adequadament amb la resta de companys/es dins les activitats proposades. - Utilitza les habilitats motrius bàsiques per resoldre problemes a l'hora d'executar les accions motrius. <p>Esports alternatius</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coneix i practica jocs alternatius. - Participa activament en la realització de materials. - Gaudeix jugant. Sap perdre i guanyar. - Té cura del material. - Coneix i respecta les normes dels jocs. - Utilitza de forma correcta les habilitats i destreses bàsiques amb materials poc habituals. - Col·labora en la posada en pràctica de diferents jocs alternatius. - És capaç de coordinar els segments corporals en la pràctica de diferents jocs alternatius. - Participa activament en la confecció de materials per poder-los usar en els jocs proposats. - Reconeix els esports alternatius com un mitjà per gaudir del temps d'oci. - Utilitza de forma adequada les TIC per a la recerca d'informació sobre jocs i esports alternatius. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT
<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivència, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>

16. UNITATS DIDÀCTIQUES DE SISÈ

UNITAT DIDÀCTICA 1: JOCS PERCEPTIUS	TRIMESTRE: primer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

- C. matemàtica.
- C. en el coneixement i la interacció amb el món físic.
- C. social i ciutadana.
- C. d'aprendre a aprendre.

OBJECTIUS DIDÀCTICS

CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Coneixement del cos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tenir i millorar el coneixement de l'actitud i postura. - Desenvolupar l'esquema corporal i les seves parts. - Reconèixer el cos per la seva simetria o assimetria. - Vivenciar la mobilitat de totes les parts del cos. - Identificar les variacions amb respecte als altres. - Vivenciar la respiració en distintes situacions. - Vivenciar la relaxació segmentària i global. <p>Orientació espai/temps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptar el moviment a les nocions espaials bàsiques. - Observar recorreguts i apreciar distàncies. - Col·locar-se en relació amb els objectes i companys. - Traslladar-se en relació als objectes i companys. - Orientar-se en espais amplis respecte a múltiples objectes. - Realitzar recorreguts representats gràficament. - Utilitzar les habilitats bàsiques en la resolució de problemes que impliquen una adient percepció espai i temporal. <p>Equilibri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupar la coordinació general. - Treballar l'equilibri dinàmic i estàtic. - Utilitzar els girs al voltant dels eixos corporals: transversals, longitudinals i anteroposterior. - Acceptar les pròpies possibilitats i limitacions i les dels companys. <ul style="list-style-type: none"> - Cooperar en el grup de treball per a aconseguir els objectius plantejats. <p>Els sentits</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar activament reconeixent els jocs i els esports com a fenòmens socials. - Valorar la multiculturalitat a través d'activitats jugades. - Promoure la tolerància a través del coneixement d'altres formes de diversió. - Experimentar la disminució d'un sentit o carència. - Conèixer i ubicar geogràficament jocs d'altres països i cultures. 	<p>CONEIXEMENT DEL COS</p> <p>Coneixement i control del propi cos. To muscular. Actitud postural. Respiració i relaxació. Activitats que impliquen reconeixement de dreta i esquerra en un mateix i en relació amb els altres. Exercicis per a vivenciar la correcta actitud postural. Activitats que impliquen dissociacions segmentàries en diferents postures i accions. Exercicis de flexibilitat i elasticitat. Activitats de relaxació global i segmentària utilitzant sensacions de pesat/lleuger, fred/calent... Coneixement i acceptació del meu cos tal com és. Interès per conèixer i experimentar les possibilitats del seu cos.</p> <p>ORIENTACIÓ ESPAI/TEMPS</p> <p>Relacions temporals i espaials. Nocions topològiques: dins/fora, adalt/abaix, davant/darrere... Realització d'activitats i jocs que impliquin agrupacions i dispersions. Activitats de jocs de persecució en diferents espais. Activitats que impliquen seguir trajectòries. Realització de tot tipus d'activitats i formes jugades que impliquen l'ús d'una o diverses nocions topològiques. Realització de tasques que impliquen diferents intensitats de moviment. Adquisició d'una major independència motriu. Valoració del propi esforç i interès. Acceptació de les normes de grup.</p> <p>EQUILIBRI</p> <p>Control de girs senzills amb recolzaments en terra. Les formes d'ajuda adients. Adquisició d'una major autonomia, autoestima i confiança. Els tres eixos corporals: longitudinal, transversal i anteroposterior. Organització del propi cos: esquema corporal. Acceptació de les limitacions i evitar els moviments que impliquin risc. L'acrosport. Potenciació de les actituds de cooperació. Valoració de les ajudes per a augmentar la seguretat.</p> <p>SENSORIALS</p> <p>Acceptació dels diferents nivells de destresa i habilitat. Actitud de respecte als companys i, sobretot, a l'alumnat en situació desfavorida. Jocs de contacte físic i de carència d'un sentit. Comprendre i respectar a les persones que presenten dificultats degut a una disminució. Valoració de l'esforç personal i col·lectiu en els diferents jocs.</p>
CRITERIS D'AVALUACIÓ	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Coneixement del cos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Té interès per conèixer i corregir actituds posturals nocives. - Reconeix la dreta i esquerra en un altre company situat enfront d'ell. - És capaç de fer el "mirall" amb un company. - Diferencia postures simètriques i asimètriques. - És capaç de contreure i relaxar diferents segments corporals. <p>Orientació espai/temps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es situa correctament respecte a objectes: dins/fora, adalt/abaix, davant/darrere... - Es col·loca a la dreta i esquerra d'un company o d'un objecte. - Verbalitza correctament nocions espaials. - Es desplaça establint relacions espaials en funció d'estímul externs. - Respecte les normes del joc en equip. - Interpreta plànols senzills. - És capaç de moure-se seguint un ritme. <p>Equilibri</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupa la coordinació general. - Treballa l'equilibri estàtic i dinàmic. - Utilitza els girs al voltant dels eixos corporals: transversal, longitudinal i antero-posterior. - Accepta les pròpies possibilitats i limitacions i les dels companys. - Coopera en el grup de treball. <p>Sensorials</p> <ul style="list-style-type: none"> - Promou la tolerància a través del coneixement d'altres formes de diversió. - Experimenta la disminució d'un sentit. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT
<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivència, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tinguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes novinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>

UNITAT DIDÀCTICA 2: JOCS DE CONDICIÓ FÍSICA	TRIMESTRE: primer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - C. en comunicació lingüística. - C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. - C. social i ciutadana. - Autonomia i iniciativa personal. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS
<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer les CFB. - Aprendre a dosificar l'esforç. - Diferenciar les diverses formes d'escalfar. - Treballar les CFB a través de jocs lúdics. - Acceptar les pròpies limitacions i les dels altres. - Participar activament en el procés d'avaluació. - Practicar diferents tipus de desplaçaments, salts i girs. - Reconèixer diferents tipus de desplaçaments, salts i girs. - Saltar coordinadament. - Coordinar el desplaçament i el salt. - Avaluar les habilitats motrius treballades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Les CFB. - Reconeixement dels elements orgànico-funcionals del moviment. - Valoració de l'activitat física per a una millor salut. - Esforç i fatiga. - Dosificació de l'esforç. - Prevenció de riscos durant l'activitat física. - Escalfament i fases. - Participació, perseverança i superació. - Beneficis de l'activitat física i l'adaptació a l'exercici. - Acceptació de les possibilitats i limitacions d'un mateix i dels companys. - Elecció de jocs i exercicis per dur a terme l'avaluació. - Desplaçaments, salts i girs - Ús de les HMB amb diferents materials. - Compliment de les normes que es marquen. - Salts a un ritme determinat marcat per la cançó. - Formes d'execució del salt: carrera, salt i caiguda. - Diferents tipus de salts. - Desplaçaments bàsics: salts, girs, quadrupèdies... - Apreciació de les dificultats i riscos de l'activitat física. - Pràctica de diferents tipus de desplaçaments, salts i girs. - Interès per millorar i participar a les activitats.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<ul style="list-style-type: none"> - Coneix les CFB. - Dosifica l'esforç. - Diferencia les diverses formes d'escalfar. - Treballa les CFB a través de jocs lúdics. - Accepta les seves limitacions i les dels companys. - Participa en el procés d'avaluació. - Reconeix diferents tipus de desplaçaments, salts i girs. - Salta coordinadament. - Coordina el desplaçament i el salt. - Treballa diferents tipus de desplaçaments. - Avalua de forma crítica les habilitats motrius treballades. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivència, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 3: JOCS MOTRIUS	TRIMESTRE: segon SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - C. en comunicació lingüística. - C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. - Tractament de la informació i competència digital. - C. cultural i artística. - Autonomia i iniciativa personal. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>Jocs populars i tradicionals</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupar globalment les HMB en situacions de joc i espais coneguts. - Participar en les diferents activitats i jocs proposats. - Valorar i practicar jocs de la nostra cultura. - Relacionar-se amb els altres gaudint de la pràctica de jocs populars i tradicionals. - Conèixer jocs de tot tipus que augmentin el bagatge cultural lúdic per afavorir hàbits no competitius. <p>Llançaments i recepcions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fer llançaments de precisió amb diferents tipus d'objectes. - Llançar amb precisió a objectes de forma estàtica i dinàmica. - Participar activament a les activitats proposades resolent els conflictes que puguin sorgir. - Fer passades i recepcions amb diferents objectes valorant les possibilitats individuals i col·lectives. - Comprendre les estratègies bàsiques de joc. 	<p>JOCS POPULARS I TRADICIONALS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciació entre joc popular i tradicional. - Millora de les HMB en les diferents situacions de joc. - Valoració del joc com a mitjà de relació. - Recerca de jocs populars i tradicionals. - Realització de jocs amb independència del grau d'habilitat motriu. - Participació i millora de la confiança i l'autoestima. - Posició equilibrada del cos en girs i salts. - Interès per conèixer i practicar els jocs populars i tradicionals com a forma d'oci i temps lliure. - Millora de les habilitats i destreses motrius fines. - Respecte per les normes de joc. - Coneixement de diversos jocs tradicionals i populars com a recurs per a augmentar el repertori lúdic. - Participació activa en la tria dels jocs per dur a terme l'avaluació. - Valoració de la nostra cultura. <p>LLANÇAMENTS I RECEPCIONS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tipologia de llançaments i passades. - Manipulació de diferents objectes. - Percepció i estructuració espaciotemporal. - Participació en les activitats proposades. - Execució de llançaments i recepcions en distints jocs. - Rebuig de les actituds de discriminació per raons de nivell, sexe... - Tipologia de materials que es poden passar i rebre. - Ús adequat del material. - Valoració de l'esforç personal i col·lectiu. - Estratègies de joc. - Adaptació a l'execució d'habilitats motrius en situacions canviants. - Respecte per les normes de joc.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<p>Jocs populars i tradicionals</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolupa globalment les HMB en situacions de joc i espais coneguts. - Participa en les diferents activitats i jocs proposats. - Valora i practica jocs de la nostra cultura. - Es relaciona amb els altres gaudint de la pràctica de jocs populars i tradicionals. - Coneix jocs populars i tradicionals que augmenten el bagatge cultural lúdic. <p>Llançaments i recepcions</p> <ul style="list-style-type: none"> - Llança amb precisió a objectes de forma estàtica i dinàmica. - Fa llançaments de precisió amb diferents objectes. - Participa activament en les activitats resolent els conflictes que puguin sorgir amb el diàleg. - Fa passades i recepcions amb diferents objectes valorant les possibilitats individuals i col·lectives. - Comprèn les estratègies bàsiques del joc. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 4: JOCS GESTUALS I BALLS	TRIMESTRE: segon SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - C. en comunicació lingüística. - C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. - C. social i ciutadana. - C. d'aprendre a aprendre. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - Utilitzar els recursos expressius del cos (moviments...) per escenificar. - Aconseguir una bona comunicació entre el grup. - Participar en la realització de danses col·lectives i balls populars. - Dur el ritme de la melodia d'una dansa senzilla o d'un ball. - Crear en petits grups una coreografia senzilla. - Desenvolupar l'espontaneïtat i la creativitat en activitats de dramatització. - Comunicar sensacions, idees i estats d'ànim utilitzant les qualitats del moviment i les formes corporals. - Participar en les activitats proposades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Expressió de sentiments i emocions a través del gest i moviment. - Acceptació de les possibilitats pròpies i dels altres. - Danses col·lectives. - Millora de la coordinació general. - Participació activa en la realització de danses. - Adequació del moviment a les danses i balls. - Desinhibició i millora de la creativitat. - Concepte de coreografia. - Representació d'una petita coreografia en grups. - Mímica. - Dramatització. - Escenificació. - Creació de formes corporals associades a qualitats de moviment. - Realització de jocs d'endevinalles amb moviments i gests. - Realització de jocs senzills de mim i dramatització. - Valoració i acceptació dels recursos expressius propis. - Valoració, acceptació i millora de la comprensió de les possibilitats expressives i de comunicació dels altres. - Relació amb els altres companys de classe de forma més espontània i desinhibida, a través de la realització d'activitats d'expressió.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<ul style="list-style-type: none"> - Utilitza els recursos expressius del cos per escenificar. - Aconsegueix una bona comunicació amb la resta del grup. - Participa en la realització de danses col·lectives i balls populars. - Duu el ritme de la melodia d'una dansa o d'un ball. - Crea en grup una coreografia senzilla - Manifesta espontaneïtat i creativitat en activitats d'expressió corporal. - Participa en les activitats d'escenificació i dramatització. - Participa activament en les sessions d'expressió corporal. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A través del joc com objecte, mètode i finalitat. - El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies... - Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes. - Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup. - El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats. - Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació... - Els jocs plantegen un treball multifuncional. - Possibilitam l'atenció a la diversitat. 	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
---	---

UNITAT DIDÀCTICA 5: JOCS D'INICIACIÓ ESPORTIVA	TRIMESTRE: tercer SESSIONS:
COMPETÈNCIES BÀSIQUES	
<ul style="list-style-type: none"> - C. en comunicació lingüística. - C. en el coneixement i la interacció amb el món físic. - C. aprendre a aprendre. - Autonomia i iniciativa personal. 	
OBJECTIUS DIDÀCTICS	CONTINGUTS

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer la relació entre atac i defensa. - Respectar les normes dels jocs i esports adaptats. - Desplaçar-se a diferents velocitats, ajustant el desplaçament al del company o a diferents objectes. - Elaborar estratègies de passades i col·locació dels components de l'equip. - Participar activament en els jocs col·laborant amb els companys d'equip. - Llançar amb precisió sobre blancs estàtics. - Establir relacions equilibrades amb els altres. - Familiaritzar-se amb esports alternatius. - Participar de forma activa en diferents jocs alternatius. - Conèixer i emprar les estratègies bàsiques de la cooperació-oposició, així com la cooperació-oposició en el joc. - Reconèixer el caràcter arbitrari de les normes del joc, possibilitant la seva adaptació per el grup. - Potenciar habilitats i destresses preesportives. - Reconèixer el fet de guanyar o perdre i l'oposició com elements del propi joc. 	<ul style="list-style-type: none"> - Atac/defensa, cooperació/oposició. - Ús de les tasques de cooperació i oposició dins d'un mateix joc. - Acceptació i compliment de les normes. - Intercepció de trajectòries d'objectes. - Valoració del treball ben realitzat. - Llançaments i passades en diferents situacions de joc. - Actitud crítica davant conductes agressives. - Tipus d'estratègies de joc. - Acceptació del rol que li correspongui dins l'equip. - Acceptació del resultat evitant la discriminació dels companys. - Jocs i materials alternatius. - Execució de llançaments amb mòbils variats. - Cooperació amb els companys per aconseguir fins comuns. - Esports alternatius. - Pràctica d'esports alternatius. - Aplicació de les normes de convivència per al bon funcionament de la sessió. - Participació en totes les activitats de grup acceptant les diferències individuals. - Els perills de l'ús inadequat d'espais i materials. - Execució de qualitats coordinatives. - Ús adequat dels diferents materials. - Experimentació amb diferents implementes i mòbils. - Participació, perseverança i superació. - Regles bàsiques dels jocs organitzats. - Rutina de neteja personal bàsica i equipació esportiva necessària. - Jocs preesportius i modificats. - Jocs de passades i recepcions. - Valoració del treball en equip acceptant la seva funció. - Interès per millorar la pròpia competència motriu.
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
<ul style="list-style-type: none"> - Coneix la relació entre atac i defensa. - Respecta les normes dels jocs i esports adaptats. - Es desplaça a diferents velocitats, ajustant el desplaçament al del company o al de diferents objectes. - Elaborada estratègies de passades i col·locació dels components de l'equip. - Participa activament en els jocs col·laborant amb els companys d'equip. - Llança amb precisió sobre blancs estàtics. - Estableix relacions equilibrades amb els companys. - Coneix diferents esports alternatius. - Participa de forma activa en diferents jocs alternatius. - Experimenta amb diferents materials. - Coopera en tasques ofensives del joc. - Coopera en tasques defensives del joc. - Compleix les normes del joc. - Progressa en les habilitats i destresses preesportives. - Participa i col·labora amb estratègies ofensives i defensives elaborades en grup. 	
METODOLOGIA	ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA

<p>A nivell metodològic s'adopten les següents decisions per al desenvolupament del currículum d'EF:</p> <ul style="list-style-type: none">- A través del joc com objecte, mètode i finalitat.- El nin participa activament: observa, presa de decisions, crea, aporta idees i crítiques, elabora estratègies...- Partim de la realitat, del que es vivencia, d'on es produeixen els aprenentatges significatius per a que els continguts siguin motivants i tenguin sentit per als alumnes.- Donam prioritat al moviment espontani, en accions unes vegades suggerides pels alumnes, altres pel professor, segons les necessitats del grup.- El nin pot i ha d'elegir els camins que consideri convenient per a resoldre els problemes, arribant a un reconeixement de limitacions i possibilitats, acceptant les individualitats.- Fomentam diversos continguts de temes transversals: educació per a la salut, la pau, el consum, la coeducació...- Els jocs plantegen un treball multifuncional.- Possibilitam l'atenció a la diversitat.	<p>Els alumnes nouvinguts podran realitzar les activitats per imitació. Realitzarem explicacions clares i breus, amb demostracions (reforç visual) i es faran les aclaracions als dubtes que vagin sorgint.</p>
--	---