



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

Índex de continguts

1. Departament

- 1.1. Composició
- 1.2. Nivells i Assignatures
- 1.3. Competències Bàsiques
- 1.4. Metodologia
- 1.5. Materials i Recursos
- 1.6. Activitats Complementàries
- 1.7. Relacions amb altres departaments

2. Continguts

- 2.1. NIVELL - Assignatura
 - 2.1.1. Objectius
 - 2.1.2. Continguts
 - 2.1.3. Unitats i Desenvolupament Temporal
- 2.2. NIVELL - Assignatura
 - 2.2.1. Objectius
 - 2.2.2. Continguts
 - 2.2.3. Unitats i Desenvolupament Temporal
- 2.3. NIVELL - Assignatura
 - 2.3.1. Objectius
 - 2.3.2. Continguts
 - 2.3.3. Unitats i Desenvolupament Temporal
- 2.4. NIVELL - Assignatura
 - 2.4.1. Objectius
 - 2.4.2. Continguts
 - 2.4.3. Unitats i Desenvolupament Temporal
- 2.5. NIVELL - Assignatura
 - 2.5.1. Objectius
 - 2.5.2. Continguts
 - 2.5.3. Unitats i Desenvolupament Temporal
- 2.6. NIVELL - Assignatura
 - 2.6.1. Objectius
 - 2.6.2. Continguts
 - 2.6.3. Unitats i Desenvolupament Temporal
- 2.7. NIVELL - Assignatura
 - 2.7.1. Objectius
 - 2.7.2. Continguts
 - 2.7.3. Unitats i Desenvolupament Temporal

3. Avaluació

- 3.1. Criteris d'avaluació i mínims



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

- [3.1.1. Criteris d'avaluació](#)
- [3.1.2. Objectius mínims](#)
- [3.2. Criteris de qualificació](#)
 - [3.2.1. Procediment](#)
 - [3.2.2. Qualificacions: 1a i 2a Avaluació](#)
 - [3.2.3. Qualificacions: Avaluació ordinària](#)
 - [3.2.4. Qualificacions: Avaluació extraordinària](#)
- [3.3. Criteris de recuperació](#)
- [3.4. Criteris de recuperació de pendents](#)
 - [3.4.1. Convocatòria ordinària](#)
 - [3.4.2. Convocatòria extraordinària](#)
- [4. Mesures d'Atenció a la Diversitat](#)
 - [4.1. Adaptacions curriculars](#)
 - [4.2. Alumnat NESE](#)
 - [4.3. Acollida lingüística](#)
- [5. Annexes](#)
 - [5.1.](#)
 - [5.2.](#)
- [6. Aprovació](#)

1. Departament

E. Física.

1.1. Composició

Antònia M. Francia Crespí: Llicenciada en Educació Física per l'INEFC de Lleida . Pertany al cos de funcionaris d'ensenyament secundari per oposició des de l'any 2.006. Té plaça definitiva al centre des de l'any 2.010. Exerceix la funció de Cap de Departament. Imparteix l'assignatura en els grups corresponents al Segon cicle (4 A, 4 B, C) i Batxillerat (1 A, B), i Coordinadora de la Comisió d'Extraescolars.

Guillermo Nadal Gelabert, mestre amb plaça definitiva al centre, amb l'especialitat en Educació Física. Imparteix l'assignatura en els grups del Primer Cicle (1 A, B, C i D; 2 A, B, C i P d'ESO). Coordinador de riscos laborals.

Lluís Matas Garau, llicenciat en E. Física a l'INEF de León, professor interí a mitja jornada. Impartirà l'assignatura als grups 3 A, B, C i P.

1.2. Nivells i Assignatures

A tots els nivells s'imparteix Educació Física a excepció de 2n de Batxillerat.

1.3. Competències Bàsiques

Amb la LOMQE les competències bàsiques passen a dir-se "Competències clau"

ESO:

La contribució de l'educació física a les competències és la següent:

Comunicació lingüística

L'educació física col·labora en l'adquisició d'aquesta competència, ja que el cos i el moviment són instruments d'expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides. Però també cal considerar que la llengua és l'eina que

permet construir i comunicar el pensament i el coneixement i que, per tant, com passa en qualsevol altra matèria, els alumnes aprenen els continguts de l'educació física a través d'un domini correcte de les competències lingüístiques i audiovisuals. En conseqüència, totes les activitats en què calgui usar la llengua, oral o escrita, a més d'altres tècniques comunicatives, han d'estar lligades a la pràctica, ja sigui perquè doten els alumnes d'un suport teòric previ a la sessió pràctica, ja sigui perquè es conceben com un mitjà de reflexió sobre les activitats físiques i esportives dutes a terme.

Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia

La percepció de l'espai i el temps esdevé un valor preuat per poder desenvolupar l'acció motriu. Intrínsecament, les matemàtiques són ben presents a les nostres sessions —càlcul de la freqüència cardíaca, càlcul calòric de la dieta, etc.—, així com l'ús d'aparells electrònics relacionats amb la salut i la condició física, com els pulsímetres per mesurar i controlar la freqüència cardíaca o altres aparells.

Competència digital

S'empren les TIC individualment o en grups per cercar informació a partir d'un problema o una pregunta inicial sobre un tema d'interès relacionat amb l'activitat física i la salut, elaborar unes conclusions i exposar-les oralment al grup classe per mitjà d'una presentació digital o un pòster. Respecte dels docents, és bàsic que demostrin destresa amb els mitjans informàtics a fi de poder oferir als alumnes els recursos adequats per desenvolupar aquesta competència al màxim nivell.

Aprendre a aprendre

Sens dubte, un dels reptes més importants als quals ha de fer front l'educació física del futur és col·laborar en la competència d'aprendre a aprendre perquè els alumnes, quan acabin l'etapa obligatòria, tinguin una base sòlida a partir de la qual articular nous aprenentatges. És per aquesta raó que els professors han de prioritzar la pràctica d'activitats globals que combinin l'execució tècnica de certes habilitats amb la presa de decisions i que siguin fàcilment transferibles a la resolució d'altres situacions semblants. Les hores lectives d'educació física no són suficients per consolidar i perfeccionar gests tècnics, però sí que ho són per refermar les bases de futurs aprenentatges fora de l'horari lectiu, dins o fora del centre escolar. En les diferents fases del procés d'ensenyament i aprenentatge és important aconseguir que els alumnes siguin conscients de la manera com aprenen: aprendre a aprendre és el fonament d'aprendre al llarg de tota la vida. Per tant, cal preveure el temps necessari per comunicar els objectius educatius de cada sessió i les activitats necessàries a fi que els alumnes reflexionin sobre el que han fet i el que els queda encara per fer, perquè organitzin i sistematitzin tot el que han après, o perquè solucionin les dificultats i els dubtes plantejats.

Competències socials i cíviques

L'educació física té un protagonisme cabdal en la consecució de les competències socials i cíviques. Les activitats esportives, sobretot les col·lectives, són una excel·lent oportunitat per reproduir un escenari on es manifesten actituds i valors de la vida en societat: la integració; el respecte a unes normes, als companys, als adversaris, a l'àrbitre i a les diferències; la solidaritat; la feina en equip; la cooperació; l'acceptació de les pròpies limitacions individuals; l'assumpció de responsabilitats dins el grup; el joc net, etc. Des d'un punt de vista metodològic, cal que les activitats que es proposin per desenvolupar aquests continguts tinguin una intencionalitat manifesta cap a l'assoliment de la competència. Per exemple, si el que pretenem és fomentar el respecte a l'adversari, proposarem situacions en les quals es manifestin aquest tipus d'actituds i dedicarem un temps a reflexionar-hi.

Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor

Que l'educació física col·labora a assolir aquesta competència ho demostra el fet que als alumnes se'ls van oferint, a mesura que avancen en l'etapa, oportunitats perquè aconseguixin autogestionar la seva pròpia activitat física segons els seus interessos. El procés d'ensenyament a l'educació secundària obligatòria ha de tendir a fer que els alumnes assumeixin una autonomia creixent, que en la pràctica s'ha de traduir en una disminució de la presa de decisions per part dels professors i un augment de la iniciativa dels alumnes. La culminació d'aquest procés és la participació dels alumnes, de forma reflexiva i responsable, en nombrosos aspectes de la programació d'aula, com la selecció de continguts i mitjans que s'han d'utilitzar, l'organització d'activitats i la conservació i l'emmagatzematge dels estris, fins a arribar a planificar la seva pròpia condició física. Han de ser capaços, per exemple, d'organitzar un petit torneig de qualsevol disciplina esportiva, d'elaborar una coreografia musical individualment o en grup o de dissenyar un pla de millora de la seva condició física orientada a la salut personal.

Consciència i expressions culturals

Una part dels continguts ha d'anar orientada a col·laborar en el desenvolupament d'aquesta competència en el sentit de posar èmfasi en el potencial cultural associat a les diferents manifestacions de la motricitat humana: els esports, les danses, els jocs populars i tradicionals, les activitats expressives, etc. Des d'aquest punt de vista, seria convenient introduir tot tipus d'activitats físiques i esportives, des de les més conegudes fins a les poc practicades o alternatives. La incorporació d'aquesta competència al currículum de l'educació física brinda la possibilitat de mostrar als alumnes no tan sols les activitats tradicionals arrelades al propi territori, sinó també les que formen part d'altres àmbits culturals. L'acceptació, el respecte, la tolerància i la solidaritat envers la diversitat cultural afavoreix, sens dubte, la convivència als centres educatius. Els professors d'educació física, però, han d'orientar els alumnes perquè siguin capaços d'extreure, a partir dels jocs duits a terme, els trets culturals que

defineixen la societat de la qual provenen. Una vegada més, es constata la gran importància d'orientar les pràctiques motrius cap a una intencionalitat clara.

A 1r batxillerat:

La incorporació de les competències com a eix del currículum implica que els docents, ineludiblement, han d'adoptar una sèrie de canvis en la manera d'ensenyar. Hem d'aprofitar aquest moment de canvi per aconseguir, mitjançant les nostres intervencions docents coordinades amb altres àrees, que els alumnes no tan sols adquireixin coneixements, sinó que sàpiguen què fer-ne al llarg de la seva vida. Així, la contribució de l'educació física a les competències és la següent:

Comunicació lingüística

L'educació física col·labora en l'adquisició d'aquesta competència, ja que el cos i el moviment són instruments d'expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides. Però també cal considerar que la llengua és l'eina que permet construir i comunicar el pensament i el coneixement i que, per tant, com passa en qualsevol altra matèria, els alumnes aprenen els continguts de l'educació física a través d'un domini correcte de les competències lingüístiques i audiovisuals. En conseqüència, totes les activitats en què calgui usar la llengua, oral o escrita, a més d'altres tècniques comunicatives, estan lligades a la pràctica, ja sigui perquè doten els alumnes d'un suport teòric previ a la sessió pràctica, ja sigui perquè es conceben com un mitjà de reflexió sobre les activitats físiques i esportives dutes a terme.

Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia

La percepció de l'espai i el temps esdevé un valor preuat per poder desenvolupar l'acció motriu. Intrínsecament, les matemàtiques són ben presents a les nostres sessions —càlcul de la freqüència cardíaca, càlcul calòric de la dieta, etc.—, així com l'ús d'aparells electrònics relacionats amb la salut i la

condició física, com els pulsímetres per mesurar i controlar la freqüència cardíaca o altres aparells.

Competència digital

S'empren les TIC individualment o en grups per cercar informació a partir d'un problema o una pregunta inicial sobre un tema d'interès relacionat amb l'activitat física i la salut, elaborar unes conclusions i exposar-les oralment al grup classe per mitjà d'una presentació digital o un pòster. Respecte dels docents, és bàsic que demostrin destresa amb els mitjans informàtics a fi de poder oferir als alumnes els recursos adequats per desenvolupar aquesta competència al màxim nivell.

Aprendre a aprendre

Sens dubte, un dels reptes més importants als quals ha de fer front l'educació física del futur és col·laborar en la competència d'aprendre a aprendre perquè els alumnes, quan acabin l'etapa obligatòria, tinguin una base sòlida a partir de la qual articular nous aprenentatges. És per aquesta raó que els professors han de prioritzar la pràctica d'activitats globals que combinin l'execució tècnica de certes habilitats amb la presa de decisions i que siguin fàcilment transferibles a la resolució d'altres situacions semblants. Les hores lectives d'educació física no són suficients per consolidar i perfeccionar gests tècnics, però sí que ho són per refermar les bases de futurs aprenentatges fora de l'horari lectiu, dins o fora del centre escolar. En les diferents fases del procés d'ensenyament i aprenentatge és important aconseguir que els alumnes siguin conscients de la manera com aprenen: aprendre a aprendre és el fonament d'aprendre al llarg de tota la vida. Per tant, cal preveure el temps necessari per comunicar els objectius educatius de cada sessió i les activitats necessàries a fi que els alumnes reflexionin sobre el que han fet i el que els queda encara per fer, perquè organitzin i sistematitzin tot el que han après, o perquè solucionin les dificultats i els dubtes plantejats.

Competències socials i cíviques

L'educació física té un protagonisme cabdal en la consecució de les competències socials i cíviques. Les activitats esportives, sobretot les col·lectives, són una excel·lent oportunitat per reproduir un escenari on es manifesten actituds i valors de la vida en societat: la integració; el respecte a unes normes, als companys, als adversaris, a l'àrbitre i a les diferències; la solidaritat; la feina en equip; la cooperació; l'acceptació de les pròpies limitacions individuals; l'assumpció de responsabilitats dins el grup; el joc net, etc. Des d'un punt de vista metodològic, cal que les activitats que es proposin per desenvolupar aquests continguts tinguin una intencionalitat manifesta cap a l'assoliment de la competència. Per exemple, si el que pretenem és fomentar el respecte a l'adversari, proposarem situacions en les quals es manifestin aquest tipus d'actituds i dedicarem un temps a reflexionar-hi.

Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor

Que l'educació física col·labora a assolir aquesta competència ho demostra el fet que als alumnes se'ls van oferint, a mesura que avancen en l'etapa, oportunitats perquè aconseguixin autogestionar la seva pròpia activitat física segons els seus interessos. El procés d'ensenyament a l'educació secundària obligatòria ha de tendir a fer que els alumnes assumeixin una autonomia creixent, que en la pràctica s'ha de traduir en una disminució de la presa de decisions per part dels professors i un augment de la iniciativa dels alumnes. La culminació d'aquest procés és la participació dels alumnes, de forma reflexiva i responsable, en nombrosos aspectes de la programació d'aula, com la selecció de continguts i mitjans que s'han d'utilitzar, l'organització d'activitats i la conservació i l'emmagatzematge dels estris, fins a arribar a planificar la seva pròpia condició física. Han de ser capaços, per exemple, d'organitzar un petit torneig de qualsevol disciplina esportiva, d'elaborar una coreografia musical individualment o en grup o de dissenyar un pla de millora de la seva condició física orientada a la salut personal.

Consciència i expressions culturals

Una part dels continguts ha d'anar orientada a col·laborar en el desenvolupament d'aquesta competència en el sentit de posar èmfasi en el

potencial cultural associat a les diferents manifestacions de la motricitat humana: els esports, les danses, els jocs populars i tradicionals, les activitats expressives, etc. Des d'aquest punt de vista, seria convenient introduir tot tipus d'activitats físiques i esportives, des de les més conegudes fins a les poc practicades o alternatives. La incorporació d'aquesta competència al currículum de l'educació física brinda la possibilitat de mostrar als alumnes no tan sols les activitats tradicionals arrelades al propi territori, sinó també les que formen part d'altres àmbits culturals. L'acceptació, el respecte, la tolerància i la solidaritat envers la diversitat cultural afavoreix, sens dubte, la convivència als centres educatius. Els professors d'educació física, però, han d'orientar els alumnes perquè siguin capaços d'extreure, a partir dels jocs duits a terme, els trets culturals que defineixen la societat de la qual provenen. Una vegada més, es constata la gran importància d'orientar les pràctiques motrius cap a una intencionalitat clara.

1.4. Metodologia

A ESO:

Mètodes i propostes didàctiques

Les competències clau no es poden ensenyar directament, com si fossin un contingut. Per desenvolupar-les, es requereix l'activitat i l'experimentació de l'alumne; per tant, la selecció de les estratègies didàctiques adequades adquireix una importància vital a l'hora d'assolir-les. Per això, una de les passes de la nostra programació ha de ser determinar diferents estratègies didàctiques per mitjà de les quals aconseguir les competències establertes com a prioritàries dins la programació d'aula. Aquestes estratègies poden anar de l'aprenentatge basat en problemes a la feina per projectes, passant per l'aprenentatge cooperatiu, entre altres. Hem de tenir en compte que no totes les situacions d'ensenyament ni totes les competències, per la varietat d'aprenentatges que representen, es poden treballar amb un únic mètode pedagògic. D'aquí la importància de jugar amb la varietat dels mètodes, dins l'estructuració de la programació, a fi de millorar l'adquisició dels coneixements requerits.

Recursos didàctics

L'educació física, des d'un enfocament per competències, s'ha de centrar, principalment, en els aprenentatges que motivin els alumnes a participar de manera gratificant en la cultura del moviment al llarg de tota la vida, amb una especial atenció a la promoció i l'adquisició d'estils de vida actius i saludables. En aquest sentit, les programacions basades en les competències bàsiques han de respondre als aprenentatges que els alumnes han d'haver adquirit necessàriament al final de cada etapa educativa. En la societat actual, el fenomen de les tecnologies de la informació i la comunicació, especialment Internet, ha suposat un augment de

les possibilitats de comunicació, de relació i de transmissió de coneixement entre les persones. Així doncs, els docents formats en la utilització de les TIC estan en millors condicions d'acompanyar els alumnes eficaçment. Es poden emprar les TIC per reforçar els continguts ja treballats, per aprofundir en aspectes relacionats amb l'àrea, per reflexionar sobre les pràctiques o per fer feina de forma col·laborativa entre companys. És important remarcar que aquest ús de les TIC s'ha d'acompanyar d'una educació ètica i que se n'ha de fer un ús crític i responsable.

A 1 r batxillerat:

Mètodes i propostes didàctiques

Les competències clau no es poden ensenyar directament, com si fossin un contingut. Per desenvolupar-les, es requereix l'activitat i l'experimentació de l'alumne; per tant, la selecció de les estratègies didàctiques adequades adquireix una importància vital a l'hora d'assolir-les. Per això, una de les passes de la nostra programació ha de ser determinar diferents estratègies didàctiques per mitjà de les quals aconseguir les competències establertes com a prioritàries dins la programació d'aula. Aquestes estratègies poden anar de l'aprenentatge basat en problemes a la feina per projectes, passant per l'aprenentatge cooperatiu, entre altres. Hem de tenir en compte que no totes les situacions d'ensenyament ni totes les competències, per la varietat d'aprenentatges que representen, es poden treballar amb un únic mètode pedagògic. D'aquí la importància de jugar amb la varietat dels mètodes, dins l'estructuració de la programació, a fi de millorar l'adquisició dels coneixements requerits.

Recursos didàctics

L'educació física, des d'un enfocament per competències, s'ha de centrar, principalment, en els aprenentatges que motivin els alumnes a participar de manera gratificant en la cultura del moviment al llarg de tota la vida, amb una especial atenció a la promoció i l'adquisició d'estils de vida actius i saludables. En aquest sentit, les programacions basades en les competències bàsiques han de respondre als aprenentatges que els alumnes han d'haver adquirit necessàriament al final de cada etapa educativa. En la societat actual, el fenomen de les tecnologies de la informació i la comunicació, especialment Internet, ha suposat un augment de les possibilitats de comunicació, de relació i de transmissió de coneixement entre les persones. Així doncs, els docents formats en la utilització de les TIC estan en millors condicions d'acompanyar els alumnes eficaçment. Es poden emprar les TIC per reforçar els continguts ja treballats, per aprofundir en aspectes relacionats amb l'àrea, per reflexionar sobre les pràctiques o per fer feina de forma col·laborativa entre companys. És important remarcar que

aquest ús de les TIC s'ha d'acompanyar d'una educació ètica i que se n'ha de fer un ús crític i responsable.

1.5. Materials i Recursos

El material que s'utilitza a les sessions serà el propi del contingut d'ensenyament, balons de l'esport que es treballa, piques, tanques, bancs suecs, cons, etc. Apunts i/o fotocòpies donats a classe.

S'utilitzaran com recursos didàctics:

- Vídeos de diferent temàtica.
- Material musical.
- Retallades de notícies de premsa, revistes...que puguin oferir a l'alumne i al professor útils de treball.
- Gravar en vídeo als alumnes com a eina de auto avaluació.
- Tot el material específic d'educació física. Ens remetim a l'inventari del departament.
- Pàgines web.

1.6. Activitats Complementàries

Per a treballar el contingut d'Activitats en la Natura el departament ha previst sortides a diferents punts de la illa per a practicar el senderisme, amb la col·laboració d'altres departaments didàctics.

En funció de l'oferta d'activitats es realitzaran altres sortides al llarg del curs.

1.7. Relacions amb altres departaments

Amb Tecnologia i Plàstica: Realització de materials específics d'educació física.

Amb Música: Coordinació a l'hora de treballar els continguts de Ritme i Expressió.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

Amb Socials: Coordinació amb la lectura i interpretació de mapes.

Amb Castellà: Coordinació teatre i expressió corporal.

Així com qualsevol altre col·laboració que sorgeixi durant el curs.

Amb projectes amb segon d'ESO, el·laboració de materials de malabars i els alumnes de 4 t ESO col·laboren amb ajudar als de segon d'ESO a aprendre malabars.

Tractament disciplinari

La interdisciplinarietat, com a alternativa a l'ensenyament d'assignatures o àrees de forma aïllada i inconnexa, representa un enfocament unitari de l'ensenyament que permet abordar qualsevol tipus de coneixement. Juntament amb els termes d'ensenyament globalitzat, participació, feina en equip, educació comprensiva, autonomia, transversalitat, etc., reflecteix una concepció de l'educació que defensa la integració dels diferents àmbits de coneixement. L'actual desenvolupament científic, tecnològic, cultural, etc., fa necessària aquesta integració a l'hora de tractar qualsevol situació o problema que se'ns presenti a la vida. És també un principi didàctic que s'ha de tenir en compte a l'hora d'elaborar i desenvolupar el currículum d'educació física i de qualsevol altra matèria mitjançant la detecció de les connexions existents entre les diferents disciplines, la qual cosa permet concebre l'ensenyament de forma integral.

2. Continguts

2.1. 1 2, i 3 ESO (lomqe) - E. Física.

2.1.1. Objectius

L'educació física a l'etapa de l'educació secundària obligatòria té els objectius específics següents:

1. Conèixer i valorar els efectes beneficiosos, els riscos i les contradiccions que l'activitat física té per a la salut individual i la col·lectiva i per al desenvolupament personal i la qualitat de vida mitjançant la pràctica habitual i sistemàtica d'activitats físiques.
2. Mostrar una actitud crítica davant els models corporals i de salut i les manifestacions fisicoesportives com a fenòmens socioculturals, i instaurar hàbits saludables.
3. Dissenyar i dur a terme tasques de les diferents capacitats físiques adreçades a millorar la salut mitjançant un tractament diferenciat de les diverses capacitats implicades.
4. Augmentar les pròpies possibilitats de rendiment motor mitjançant el condicionament i la millora de les capacitats físiques i el perfeccionament de les funcions d'ajustament, domini i control corporal, així com desenvolupar actituds d'autoexigència i superació.
5. Participar, amb independència del nivell d'habilitat assolit, en jocs i esports (convencionals, recreatius i populars), col·laborar a organitzar-los i desenvolupar-los, valorar-ne els aspectes de relació que fomenten i mostrar habilitats i actituds socials de tolerància i d'esportivitat per damunt de la recerca desmesurada del rendiment.
6. Conèixer i practicar modalitats esportives individuals, d'oposició, de col·laboració o de col·laboració-oposició i aplicar els fonaments reglamentaris, tècnics i tàctics a situacions de joc.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

7. Valorar i utilitzar el cos com a mitjà d'expressió i comunicació mitjançant el disseny i la pràctica d'activitats expressives amb una base musical adequada o sense aquesta base.
8. Conèixer les possibilitats que l'entorn ofereix per practicar activitats físiques esportives.
9. Reconèixer les possibilitats del medi natural de les Illes Balears com a espai idoni per a l'activitat física i discriminar les pràctiques que hi poden causar qualsevol tipus de deteriorament.
10. Recuperar i comprendre el valor cultural dels jocs i esports populars i recreatius de les Illes Balears com a elements característics de la nostra cultura que és necessari preservar; practicar-los amb independència del nivell d'habilitat personal, i col·laborar en l'organització de campionats i activitats de divulgació.
11. Planificar activitats que permetin la participació en termes de seguretat prèvia valoració de l'estat de les capacitats físiques i habilitats motrius específiques pròpies.
12. Mostrar habilitats i actituds socials de respecte, de feina en equip i d'esportivitat a l'hora de participar en activitats, jocs i esports, independentment de les diferències culturals, socials i d'habilitat.
13. Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació i la lectura com a font de consulta i com a recurs de suport per assolir els aprenentatges.

2.1.2. Continguts

Primer cicle 1 2 i 3 ESO (LOMQE)

BLOC 1. SALUT

Continguts

Condicció física. Concepte. Capacitats físiques relacionades amb la salut. Relació entre els conceptes de *salut física* i *condició física*. Alimentació i activitat física. Fonaments bàsics per planificar una dieta equilibrada. Valoració de l'alimentació com a factor decisiu en la salut personal.

Aplicació sistemàtica de tests i proves funcionals que informen l'alumne sobre les seves possibilitats i limitacions. Reconeixement de l'efecte positiu que la pràctica d'activitat física té sobre l'organisme.

Els processos d'adaptació a l'esforç.

Valoració positiva del fet de tenir una bona condició física com a mitjà per assolir un nivell més alt de qualitat de vida i de salut. Valoració de les activitats esportives com a forma de millorar la salut.

Condicionament general de les capacitats físiques relacionades amb la salut. Pràctica de cursa contínua, jocs i exercicis dinàmics de força general i amplitud de moviment.

Aplicació de sistemes específics d'entrenament de la resistència aeròbica (cursa contínua uniforme i variable, entrenament total, entrenament en circuit i jocs) i l'amplitud de moviment. Efectes sobre la salut.

La força. Generalitats. Classes. Exercicis bàsics d'iniciació al treball de la força.

La velocitat. Generalitats. Classes. Exercicis bàsics d'iniciació al treball de la velocitat de reacció i desplaçament. Higiene postural. Concepte i aplicacions pràctiques. Creació d'hàbits i actituds preventives.

Adopció de postures correctes en les activitats físiques i esportives.

BLOC 2: ACCIONS MOTRIUS INDIVIDUALS, D'OPOSICIÓ, DE COL-LABORACIÓ O DE COL-LABORACIÓ-OPOSICIÓ

Continguts

Execució d'habilitats motrius vinculades a accions motrius individuals.

Anàlisi de les particularitats dels jocs esportius i classificació d'aquests: convencionals, tradicionals i recreatius. El factor qualitatiu del moviment: els mecanismes de percepció, decisió i execució.

Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports que es practican.

Execució de diferents combinacions d'habilitats atlètiques, aquàtiques, gimnàstiques i acrobàtiques. Pràctica d'activitats encaminades a l'aprenentatge i/o consolidació d'un o diversos esports individuals.

Participació activa en els diferents jocs i activitats esportives i facilitació de les relacions entre companys, la màxima participació, el respecte i la tolerància.

Acceptació dels nivells d'habilitat propis com a pas previ a la superació personal. Pràctica de jocs i esports autòctons de les Illes Balears.

Experimentació de noves habilitats específiques de caràcter recreatiu i alternatiu.

Adopció d'actituds crítiques envers el fenomen sociocultural que l'activitat esportiva representa.

Assumpció de responsabilitat individual en una activitat col·lectiva com a condició indispensable per aconseguir un objectiu comú. Disposició favorable a l'autoexigència i a la superació de les pròpies limitacions.

Els esports d'oposició com a fenomen social i cultural.

Realització de jocs i activitats de lluita per aprendre els fonaments tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports d'adversari amb contacte. Respecte i acceptació de les normes dels esports de lluita/adversari i de les establertes pel grup.

Característiques bàsiques i comunes de les habilitats esportives: normes, regles i aspectes tècnics i tàctics.

Realització de jocs i activitats per aprendre fonaments tècnics i principis tàctics bàsics i reglamentaris d'un o diversos esports de col·laboració o col·laboració-oposició.

Realització de gests tècnics bàsics i identificació d'elements reglamentaris d'un o diversos esports de col·laboració o col·laboració-oposició. Pràctica de jocs tradicionals i esports autòctons de les Illes Balears i valoració d'aquests com a part del patrimoni cultural.

Pràctica d'activitats encaminades a l'aprenentatge i/o la consolidació d'esports d'oposició i d'esports de col·laboració o de col·laboració-oposició, de lleure i de recreació.

Respecte i acceptació de les normes i els reglaments.

Autocontrol, cooperació, tolerància i esportivitat en les diverses funcions i situacions que es desenvolupen en la pràctica de les activitats esportives.

Valoració de les possibilitats lúdiques del joc i l'esport per a la dinamització de grups i el gaudi personal.

Realització d'activitats cooperatives i competitives adreçades a l'aprenentatge dels fonaments tècnics i tàctics d'un o diversos esports d'oposició o de col·laboració o col·laboració-oposició.

Valoració de la tolerància i l'esportivitat per damunt de la recerca desmesurada de resultats.

Resolució de conflictes mitjançant tècniques de dinàmica de grup.

BLOC 3. ACCIONS MOTRIUS EN SITUACIONS D'ÍNDOLE ARTÍSTICA O EXPRESSIVA

Continguts

El cos i el ritme.

Experimentació d'activitats en les quals es combinen ritmes diferents. Experimentació d'activitats expressives en les quals es combinen diversos objectes. Pràctica de jocs i danses com a mitjà per interioritzar les bases del ritme i del ball. Creació i pràctica de coreografies.

Realització de moviments, amb la combinació de les variables d'espai, temps i intensitat. Balls i danses: aspectes culturals relacionats amb l'expressió corporal.

Execució de balls de pràctica individual, col·lectiva o en parella. Realització d'activitats rítmiques, amb incidència en el valor expressiu. Danses folklòriques pròpies de les Illes Balears.

Valoració de les danses com a part del patrimoni cultural i com a element de relació amb els altres. Valoració de la capacitat i dels usos expressius i comunicatius del cos.

Valoració dels balls i les danses com a mitjà d'expressió i de comunicació. Acceptació de les diferències individuals i respecte per les execucions dels altres.

Experimentació d'activitats expressives encaminades a aconseguir una dinàmica de grup i a trencar els bloqueigs i les inhibicions personals.

BLOC 4: ACCIONS MOTRIUS EN SITUACIONS D'ADAPTACIÓ A L'ENTORN

Continguts

Anàlisi de les possibilitats que ofereix el nostre medi natural per dur-hi a terme activitats físiques esportives: terra, aire i aigua. Creativitat, participació i cooperació en les activitats físiques al medi natural.

El senderisme: concepte, tipus de senders, normes bàsiques per practicar el senderisme i material necessari.

L'orientació. Generalitats. Mitjans naturals per orientar-se.

Adquisició de tècniques bàsiques d'orientació. La brúixola: familiarització i ús. Lectura de mapes, orientació de mapes i realització de recorreguts d'orientació. Mitjans moderns d'orientació.

Nocions sobre supervivència i acampada i normes de seguretat que s'han de tenir en compte per dur a terme recorreguts d'orientació al medi urbà i al natural.

Coneixement i acceptació de les normes de protecció del medi a l'hora de dur-hi a terme activitats físicoesportives. Realització d'activitats recreatives respectant el medi ambient i utilitzant les possibilitats que l'entorn ofereix.

BLOC 5: CONTINGUTS COMUNS A TOTS ELS BLOCS.

Continguts

L'escalfament. Concepte. Tipus. Fases. Execució d'exercicis aplicats a l'escalfament general i a l'específic. Iniciació a la pràctica d'escalfaments generals i específics elaborats individualment. Elaboració i posada en pràctica d'escalfaments.

La tornada a la calma: concepte i importància. Elaboració i posada en pràctica de la tornada a la calma, tenint en compte diverses activitats. Mesures de seguretat i primers auxilis bàsics.

Normes de seguretat que s'han de tenir en compte per dur a terme activitats físicoesportives i artisticoexpressives. Tècniques de primers auxilis.

Coneixement i acceptació de les normes de protecció del medi en activitats físicoesportives.

Realització d'activitats recreatives respectant el medi ambient i utilitzant les possibilitats que l'entorn ofereix. Utilització de les TIC per cercar i seleccionar informació.

Control del temps i ús responsable de les TIC. Disseny de presentacions.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

2.1.3. Unitats i Desenvolupament Temporal

1 ESO.

1 a AVALUACIÓ	Condicció física: Escalfament Higiene postural. Atletisme. Velocitat Tag-rugbi. Jocs de resistència. Voleibol.
2 a AVALUACIÓ	Habilitats bàsiques i gimnàstiques. El cos humà. Bàsquet. Ultimate. Flexibilitat
3 a AVALUACIÓ	Ex. Corporal: ritme i expressió. Coordinació. Bàdminton i beisbol Jocs modificats. Activitats en la natura.

2 ESO

1 a AVALUACIÓ	Condicció física: Escalfament. Capacitats físiques. Sistemes del cos humà. Tag- rugbi. Activitats a la natura: sortida de senderisme. Jocs de comunicació corporal. Jocs de resistència.
2 a AVALUACIÓ	Bàsquet Handbol Habilitats gimnàstiques. Girs i equilibris.
3 a AVALUACIÓ	Dances col·lectives. Coordinació oculo-manual. Jocs autòctons. Futbol

3 ESO



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

1 a AVALUACIÓ	Condicció física: Mètodes de treball de resist. Capacitats físiques bàsiques Escalfament específic. Cordes Orientació: utilització bàsica de la brúixola.
2 a AVALUACIÓ	Jocs i danses populars. Esports de raqueta Hoquei. Flexibilitat i primers auxilis. Malabars: pilotes i diàbolo.
3 a AVALUACIÓ	Habilitats gimnàstiques i Acrosport. Jocs recreatius. Dramatització i dances africanes.

2.3. 4 ESO - E. Física

2.3.1. Objectius

2.4.1 Objectius

Lògicament els objectius d'aquest curs coincideixen amb els objectius de l'etapa ; així doncs, l'educació Física, en aquest segon cicle, com en l'etapa d'educació Secundària Obligatòria, tindrà com objectiu contribuir a desenvolupar en els alumnes les capacitats següents:

1- Conèixer i valorar els efectes que té la pràctica habitual i sistemàtica d'activitats físiques en el seu desenvolupament personal i en la millora de les condicions de qualitat de vida i de salut.

2- Planificar i portar a terme activitats que li permetin satisfer les seves pròpies necessitats, prèvia valoració de l'estat de les seves capacitats físiques i habilitats motrius, tant bàsiques com específiques.

3- Augmentar les seves possibilitats de rendiment motor mitjançant l'acondicionament i millora de les capacitats físiques i el perfeccionament de les seves funcions d'ajustament, domini i control corporal, desenvolupant actituds de autoexigència i superació.

4- Ser conseqüent amb el coneixement del cos i les seves necessitats, adoptant actitud crítica davant les pràctiques que tenen efectes negatius per a la salut individual i col·lectiva, respectant el medi ambient i afavorint la seva conservació.

5- Participar , amb independència del nivell de destresa arribat, en activitats físiques i esportives, desenvolupant actituds de cooperació i respecte, valorant els aspectes de relació que tenen les activitats físiques i reconeixement com valor cultural propi els esports i jocs autòctons que li vinculen a la seva comunitat.

6- Reconèixer, valorar i utilitzar en diverses activitats i manifestacions culturals i artístiques la riquesa expressiva del cos i el moviment com mitjà de comunicació i expressió creativa.

2.3.3. Unitats i Desenvolupament Temporal

CONDICIÓ FÍSICA I SALUT

Coneixements

1. L'escalfament específic. Característiques. Pautes per a la seva elaboració.
2. Capacitats físiques relacionades amb la salut: força i resistència muscular. Concepte. Manifestacions bàsiques. Tipus d'exercicis.
3. La postura corporal en les activitats quotidianes. Anàlisi dels mals hàbits i manera de corregir-los.
4. Efectes del treball de força sobre l'estat de salut.
5. Els espais per a la pràctica d'activitat física: la meua comunitat, el meu poble, espais, equipaments i instal·lacions.

6. Cap a un pla de preparació autògena: Els principis generals de l'entrenament, nocions bàsiques sobre els principals sistemes d'entrenament.

Destreses

1. Realització i posada en pràctica d'escalfaments, prèvia anàlisi de l'activitat física que es realitza.
2. Condicionament de la força/resistència mitjançant la pràctica d'exercicis localitzats i en parelles. Elaboració d'un repertori d'exercicis de força.
3. Elaboració i posada en pràctica d'un pla de treball de la resistència i la flexibilitat.
4. Investigació dels espais, equipaments i instal·lacions de l'entorn.
5. Planificació d'un programa d'entrenament autogen.

Actituds

1. Presa de consciència de la importància d'evitar actituds posturals inadequades.
2. Prendre consciència del propi nivell de condició física per tal d'establir quines són les pròpies necessitats i possibilitats de desenvolupament.
3. Vigilància entorn dels riscos que té l'activitat física, prevenció i seguretat.

HABILITATS ESPECÍFIQUES

1. Habilitats esportives

Coneixements

1. Els esports dins la societat actual: aspectes sociològics, culturals i econòmics.
2. El joc i l'esport al temps de lleure.
3. Importància de la competició dins la pràctica esportiva: el valor recreatiu afegit.

Destreses

1. Realització d'activitats encaminades a l'aprenentatge i el perfeccionament de l'esport col·lectiu.
2. Planificació de propostes d'activitats aplicables als esports que es practiquen, duent-les a la pràctica de manera autònoma.
3. Pràctica d'activitats individuals i col·lectives d'oci i recreació.
4. Planificació i organització de campionats esportius.

Actituds

1. Cooperació i acceptació de les funcions atribuïdes dins d'una tasca d'equip.
2. Valoració del joc i l'esport com a mitjans d'aprenentatge i desenvolupament de qualitats físiques, psicomotrius i socioafectives.
3. Apreciació de les repercussions que la pràctica habitual d'activitats físiques esportives té sobre la salut i qualitat de vida.

2. El medi natural

Coneixements

1. Aspectes generals a considerar en l'organització d'activitats en el medi natural.
2. Relació entre l'activitat física, la salut i el medi natural.
3. La seguretat com a premissa en la pràctica d'activitats en el medi natural: materials i elements tècnics.

Destreses

1. Perfeccionament i aplicació en les tècniques d'orientació. Localització de controls seguint la simbologia internacional.

Actituds



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

1. Presa de consciència de l'impacte que tenen algunes activitats físiques esportives sobre el medi natural.

3. *Ritme i expressió*

Coneixements

1. Directrius a seguir per a l'elaboració de dissenys coreogràfics.

Destreses

1. Pràctica d'activitats rítmiques amb una base musical.

2. Creació d'una composició coreogràfica col·lectiva amb suport d'una estructura musical, incloent-hi els diferents elements: espai, temps, intensitat.

3. La relaxació. Pràctica del mètode de relaxació de Shultz.

Actituds

1. Participació i aportació al treball en grups.

2.3.3. Unitats i Desenvolupament Temporal

1 a AVALUACIÓ	Condicó física: Creació pla autogen. Sistemes de treball força i velocitat. Esports col·lectius. Esports d'implement.
2 a AVALUACIÓ	Posada en pràctica del pla autogen. Activitats coreogràfiques: aeròbic i batuka. Esports individuals. Jocs recreatius.
	Voleibol. Mètodes de relaxació Shult. Mètodes de treball de Flexibilitat.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

3 a AVALUACIÓ

Orientació a la natura.
Malabars: pals xinessos.
Bicicleta de ciutat.

2.4. 1 batxillerat (LOMQE) - E. Física.

2.4.1. Objectius

Objectius específics

L'educació física al primer curs del batxillerat té els objectius específics següents:

1. Conèixer i valorar els efectes positius de la pràctica regular d'activitat física en el desenvolupament personal i social, com la millora de la salut i de la qualitat de vida.
2. Utilitzar de forma autònoma l'activitat física i les tècniques de relaxació com a mitjà de coneixement personal i com a recurs per reduir desequilibris i tensions produïdes en la vida diària.
3. Adoptar una actitud crítica davant les pràctiques socials que tenen efectes negatius per a la salut individual i la col·lectiva.
4. Elaborar i posar en pràctica un programa d'activitat física i salut i incrementar les capacitats físiques implicades a partir de l'avaluació de l'estat inicial.
5. Resoldre situacions motrius esportives donant prioritat a la presa de decisions i utilitzant elements tècnics apresos a l'etapa anterior.
6. Dur a terme activitats fisicoesportives a l'entorn i demostrar actituds que contribueixin a conservar-lo.
7. Organitzar activitats físiques com a recurs per ocupar el lleure i el temps d'oci, participar-hi i valorar els aspectes socials i culturals que hi estan associats.
8. Dissenyar i practicar, en petits grups, composicions amb base musical o sense com a mitjà d'expressió i de comunicació.
9. Conèixer la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com a elements culturals i valorar-les tant des de la perspectiva de participant com des de la perspectiva d'espectador.

10. Conèixer, valorar, practicar i transmetre els jocs tradicionals de les Illes Balears com a elements característics de la nostra cultura.

11. Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació com a font de consulta i com a recurs de suport per assolir els aprenentatges en entorns col·laboratius.

2.4.2. Continguts

BLOC 1. SALUT

Nutrició i activitat física i esportiva. Coneixement de les necessitats nutritives de les diferents activitats físiques i esportives. Adopció d'hàbits alimentaris correctes.

Aplicació de diferents mètodes i tècniques de relaxació.

Beneficis de la pràctica d'una activitat física regular i valoració de la incidència que té en la salut. Anàlisi de la influència dels hàbits socials positius: alimentació adequada, descans i estil de vida actiu.

Anàlisi de la influència dels hàbits socials negatius: sedentarisme, drogoaddicció, alcoholisme, tabaquisme, etc. Anàlisi de les sortides professionals relacionades amb l'activitat física i l'esport.

Fonaments biològics de la conducta motriu.

Factors que influeixen en el desenvolupament de les capacitats físiques relacionades amb la salut. Principals adaptacions funcionals a l'exercici físic.

Execució de sistemes i mètodes per desenvolupar la condició física.

Planificació del desenvolupament de les capacitats físiques relacionades amb la salut.

Elaboració i posada en pràctica, de manera autònoma, d'un programa personal d'activitat física i salut tenint en compte factors com la freqüència, la intensitat, el temps i el tipus d'activitat.

Realització de proves d'avaluació de la condició física saludable.

Acceptació de l'autonomia i la responsabilitat en el manteniment i/o la millora de la condició física. Valoració de les activitats esportives com a forma de millorar la salut.

Col·laboració en l'organització i la realització d'activitats a l'entorn. Adopció d'hàbits esportius saludables.

Participació i cooperació en les activitats físiques i demostració de creativitat a l'hora de dur-les a terme.

BLOC 2. ACCIONS MOTRIUS INDIVIDUALS, D'OPOSICIÓ, DE COL·LABORACIÓ O DE COL·LABORACIÓ-OPOSICIÓ



Emili Darder

Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

Realització de jocs i activitats orientats a aprendre els elements tècnics, tàctics i reglamentaris d'un o diversos esports d'adversari, de col·laboració o de col·laboració-oposició.

Identificació de situacions tàctiques i estratègiques i d'elements reglamentaris d'un o diversos esports de col·laboració o de col·laboració-oposició.

Pràctica de jocs tradicionals i esports autòctons de les Illes Balears i valoració d'aquests com a part del patrimoni cultural. Execució d'habilitats motrius vinculades a accions motrius individuals.

El factor qualitatiu del moviment: els mecanismes de percepció, decisió i execució. Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports que es practicaran.

Execució de diferents combinacions d'habilitats atlètiques, aquàtiques, gimnàstiques i acrobàtiques.

Execució d'habilitats motrius vinculades a accions motrius que possibilita i ofereix el nostre medi natural: terra, aire i aigua.

BLOC 3. ACCIONS MOTRIUS EN SITUACIONS D'ÍNDOLE ARTÍSTICA O EXPRESSIVA

Aplicació creativa de tècniques expressives en l'elaboració i la representació de composicions corporals individuals i col·lectives. Col·laboració en l'elaboració i l'execució de composicions corporals col·lectives.

BLOC 4. CONTINGUTS COMUNS A TOTS ELS BLOCS

Realització d'activitats recreatives respectant els adversaris, els companys, les normes i l'entorn on es desenvolupa l'activitat física. Mesures de seguretat i primers auxilis.

Normes de seguretat que s'han de tenir en compte a l'hora d'usar els materials i les instal·lacions per dur a terme activitats fisicoesportives i artisticoexpressives.

Coneixement i acceptació de les normes de protecció del medi en activitats fisicoesportives. Realització d'activitats recreatives respectant el medi ambient i utilitzant les possibilitats que l'entorn ofereix.

Utilització de les TIC per ampliar els coneixements relacionats amb les ciències de l'activitat física, l'educació física i l'esport. Elaboració de presentacions en diferents suports multimèdia.

2.4.3. Unitats i Desenvolupament Temporal

1 a AVALUACIÓ	Condicció física Esports col·lectius i individuals. Mètodes de treball de la flexibilitat. Capacitats físiques: Mètodes.
	Nutrició.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

2 a AVALUACIÓ	Activitats luctatòries. Malabars (staff i carioques) Balls populars, ètnics i de saló.
3 a AVALUACIÓ	Activitats de fitness i gimnàstiques suaus. Activitats físiques al medi natural. Activitat física com a mitjà d'oci i recreació

3. Avaluació

L'avaluació és un element essencial en el procés educatiu i tradicionalment, per als docents, ha constituït un repte constant, tant per les implicacions pedagògiques, socials i generals que planteja com pel fet de ser el patró que mesura l'eficàcia dels continguts educatius. L'avaluació s'ha d'entendre com una acció reflexiva didàctica i pràctica que permet formular judicis de valor a partir d'una informació recollida i analitzada de forma rigorosa. Ajuda a comprendre millor què succeeix en l'escenari educatiu i facilita la recerca sobre la pròpia pràctica. Els objectius pedagògics de l'avaluació són conèixer la situació de partida dels alumnes, proposar un model d'actuació, detectar les dificultats, regular l'aplicació del model, conèixer els resultats, valorar-los i replantejar el model d'actuació. Els criteris d'avaluació i els estàndards d'aprenentatge, que suposen una formulació avaluable de les capacitats expressades en els objectius generals de la matèria i associades a un contingut fonamental d'aquesta, serveixen de guia a l'hora d'avaluar els aprenentatges dels alumnes. S'avaluen els factors i els elements presents en el procés d'ensenyament-aprenentatge que poden tenir algun tipus d'incidència en la consecució dels canvis que es persegueixen: l'aprenentatge de l'alumne, l'actuació del docent i el mateix procés d'ensenyament.

L'avaluació dels alumnes ha de ser contínua i global i, durant l'etapa, s'ha de parar un especial esment a l'atenció individualitzada, als diagnòstics precoços i a l'establiment dels mecanismes de reforç necessaris. De la mateixa manera, s'han d'establir les mesures més adequades perquè les condicions en què es duen a terme les avaluacions s'adaptin a les necessitats dels alumnes amb necessitats educatives específiques. L'avaluació guanya en qualitat quan s'utilitza una avaluació externa rigorosa i constructiva i una avaluació interna que combina diferents instruments, tant qualitius com quantitius, així com diferents agents avaluadors (autoavaluació, coavaluació i heteroavaluació).

3.1. Criteris d'avaluació i mínims

3.1.1. Criteris d'avaluació

1 2, I 3 ESO.

BLOC 1. SALUT



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

1. Reconèixer els factors que intervenen en l'acció motriu i els mecanismes de control de la intensitat de l'activitat física, aplicar-los a la pròpia pràctica i relacionar-los amb la salut.
 - 1.1. Analitza la implicació de les capacitats físiques i les coordinatives en les diferents activitats fisicoesportives i artisticoexpressives treballades durant el cicle.
 - 1.2. Associa els sistemes metabòlics d'obtenció d'energia als diferents tipus d'activitat física, l'alimentació i la salut.
 - 1.3. Relaciona les adaptacions orgàniques amb l'activitat física sistemàtica i amb la salut i els riscos i contraindicacions de la pràctica esportiva.
 - 1.4. Adapta la intensitat de l'esforç controlant la freqüència cardíaca corresponent als marges de millora dels diferents factors de la condició física.
 - 1.5. Aplica de forma autònoma procediments per autoavaluar els factors de la condició física.
 - 1.6. Identifica les característiques que han de tenir les activitats físiques per ser considerades saludables i adopta una actitud crítica davant les pràctiques que tenen efectes negatius per a la salut.
2. Desenvolupar les capacitats físiques d'acord amb les possibilitats personals i dins els marges de la salut i mostrar una actitud d'autoexigència en l'esforç.
 - 2.1. Participa activament en la millora de les capacitats físiques bàsiques des d'un enfocament saludable i utilitzant els mètodes bàsics per desenvolupar-les.
 - 2.2. Aconsegueix nivells de condició física concordes amb el seu desenvolupament motor i les seves possibilitats.
 - 2.3. Aplica els fonaments de la higiene postural a l'hora de practicar activitats físiques com a mitjà per prevenir lesions.
 - 2.4. Analitza la importància de la pràctica habitual d'activitat física per millorar la pròpia condició física i relaciona l'efecte d'aquesta pràctica amb la millora de la qualitat de vida.

BLOC 2.

1. Resoldre, en condicions reals o adaptades, situacions motrius individuals aplicant els fonaments tècnics i les habilitats específiques de les activitats fisicoesportives proposades.
 - 1.1. Aplica els aspectes bàsics de les tècniques i les habilitats específiques de les activitats proposades, respectant les regles i normes establertes.
 - 1.2. Autoavalua la seva execució tenint en compte el model tècnic plantejat.
 - 1.3. Descriu la forma de dur a terme els moviments implicats en el model tècnic.
 - 1.4. Millora el seu nivell de partida en l'execució i l'aplicació de les accions tècniques i mostra actituds d'esforç, autoexigència i superació.
 - 1.5. Explica i posa en pràctica tècniques de progressió en entorns no estables i tècniques bàsiques d'orientació, adaptant-se a les variacions que es produeixen i regulant l'esforç segons les seves possibilitats.
2. Resoldre situacions motrius d'oposició, col·laboració o col·laboració-oposició utilitzant les estratègies més adequades segons els estímuls

rellevants.

2.1. Adapta els fonaments tècnics i tàctics per obtenir avantatge en la pràctica de les activitats físicoesportives d'oposició o de col·laboració-oposició proposades.

2.2. Descriu i posa en pràctica de manera autònoma aspectes organitzatius d'atac i de defensa en les activitats físicoesportives d'oposició o de col·laboració-oposició seleccionades.

2.3. Discrimina els estímuls que cal tenir en compte a l'hora de prendre decisions en les situacions de col·laboració, oposició i col·laboració-oposició per obtenir avantatge o complir l'objectiu de l'acció.

2.4. Reflexiona sobre les situacions resoltes i valora l'oportunitat de les solucions aportades i l'aplicabilitat a situacions similars.

3. Reconèixer les possibilitats de les activitats físicoesportives com a forma d'inclusió social, facilitar l'eliminació d'obstacles a la participació d'altres persones, independentment de les seves característiques, col·laborar amb els altres i acceptar les seves aportacions.

3.1. Mostra tolerància i esportivitat tant en el paper de participant com en el d'espectador.

3.2. Col·labora en les activitats de grup respectant les aportacions dels altres i les normes establertes i assumint les seves responsabilitats per aconseguir els objectius.

3.3. Respecta els altres dins la tasca d'equip, amb independència del nivell de destresa.

BLOC 3. ACCIONS MOTRIUS EN SITUACIONS D'ÍNDOLE ARTÍSTICA O EXPRESSIVA

1. Interpretar i produir accions motrius amb finalitats artisticoexpressives utilitzant tècniques d'expressió corporal i altres recursos.

1.1. Utilitza tècniques corporals, de manera creativa, combinant espai, temps i intensitat.

1.2. Crea i posa en pràctica una seqüència de moviments corporals ajustats a un ritme prefixat.

1.3. Col·labora en el disseny i la realització de balls i danses i adapta la seva execució a la dels companys.

1.4. Duu a terme improvisacions com a mitjà de comunicació espontània.

2. Reconèixer les possibilitats de les activitats artisticoexpressives com a formes d'inclusió social, facilitar l'eliminació d'obstacles a la participació d'altres persones, independentment de les seves característiques, col·laborar amb els altres i acceptar les seves aportacions.

2.1. Mostra tolerància i esportivitat tant en el paper de participant com en el d'espectador.

2.2. Col·labora en les activitats de grup respectant les aportacions dels altres i les normes establertes i assumint les seves responsabilitats a l'hora d'aconseguir els objectius.

2.3. Respecta els altres dins la tasca d'equip, amb independència del nivell de destresa.

BLOC 4. ACCIONS MOTRIUS EN SITUACIONS D'ADAPTACIÓ A L'ENTORN

1. Reconèixer les possibilitats que ofereixen les activitats físicoesportives com a formes d'oci actiu i d'utilització responsable de l'entorn.

- 1.1. Coneix les possibilitats que ofereix l'entorn a l'hora de dur-hi a terme d'activitats físicoesportives.
- 1.2. Respecta l'entorn i el valora com un lloc comú per dur-hi a terme activitats físicoesportives.
- 1.3. Analitza críticament les actituds i els estils de vida relacionats amb el tractament del cos, les activitats d'oci, l'activitat física i l'esport en el context social actual.

BLOC 5. CONTINGUTS COMUNS A TOTS ELS BLOCS

1. Desenvolupar activitats pròpies de cadascuna de les fases de la sessió d'activitat física i relacionar-les amb les característiques d'aquestes.
 - 1.1. Relaciona l'estructura d'una sessió d'activitat física amb la intensitat dels esforços realitzats.
 - 1.2. Prepara i duu a terme escalfaments i fases finals de sessió de forma autònoma i habitual.
 - 1.3. Prepara i posa en pràctica activitats per millorar les habilitats motrius segons les pròpies dificultats.
2. Controlar les dificultats i els riscos durant la participació en activitats físicoesportives i artisticoexpressives, analitzar-ne les característiques, conèixer les interaccions motrius que comporten i adoptar mesures preventives i de seguretat a l'hora de desenvolupar-les.
 - 2.1. Identifica les característiques de les activitats físicoesportives i artisticoexpressives proposades que poden suposar un element de risc per a si mateix o per als altres.
 - 2.2. Descriu els protocols que s'han de seguir per activar els serveis d'emergència i de protecció de l'entorn.
 - 2.3. Adopta les mesures preventives i de seguretat pròpies de les activitats desenvolupades durant el cicle, amb especial atenció a les que es duen a terme en un entorn no estable.
3. Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació en el procés d'aprenentatge per cercar, analitzar i seleccionar informació rellevant, elaborar documents propis i exposar-los.
 - 3.1. Utilitza les tecnologies de la informació i la comunicació per elaborar documents digitals propis (text, presentació, imatge, vídeo, so, etc.) com a resultat del procés de recerca, anàlisi i selecció d'informació rellevant.
 - 3.2. Exposar i defensar, utilitzant recursos tecnològics, treballs sobre temes vigents en el context social que estan relacionats amb l'activitat física o la corporalitat.

4 ESO.

- 1- Utilitzar les modificacions de la freqüència cardíaca i respiratòria com a indicadors de la intensitat i/o adaptació de l'organisme a l'esforç físic amb la finalitat de regular la pròpia activitat.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

L'alumne serà capaç de controlar la seva freqüència cardíaca i respiratòria durant l'activitat física, adaptant el seu ritme de treball a aquesta freqüència.

2- Realitzar de manera autònoma activitats d'escalfament preparant el seu organisme per a activitats més intenses i/o complexes, generals o específiques

Els alumnes seran capaços de realitzar fitxes d'escalfament adaptades a l'activitat principal de la sessió que es va a desenvolupar. Es realitzarà mitjançant l'observació.

3- Analitzar el grau d'implicació de les diferents capacitats físiques que s'estan posant en joc en activitats realitzades per si mateixos o pels altres.

Els alumnes seran capaços d'identificar les diferents capacitats físiques que apareixen en fitxes o que es realitzen els companys.

4-Utilitzar en la planificació i desenvolupament de la condició física els principis bàsics de continuïtat, progressió, sobrecàrrega, multilateralitat...

Tenint en compte que cada persona és un una individualitat diferent, l'alumne serà capaç de realitzar un pla de treball personal al seu nivell.

5- Haver incrementat les capacitats físiques d'acord amb el moment de desenvolupament motor apropant-se als valors normals del grup d'edat en l'entorn de referència.

Realitzant una avaluació inicial l'alumne tindrà referència de la seva situació de partida.

Després d'un temps de treball formal comprovarà si ha hagut increment de les capacitats físiques en relació a l'avaluació anterior. L'alumne i el professor duran un control dels resultats,els quals deuen ser la referència per la seva milloria o manteniment.

6- Aplicar les habilitats específiques adquirides a situacions reals de pràctica de activitats físico-esportives, prestant una especial atenció als elements perceptius i d'execució.

Mitjançant l'observació comprovarem que l'alumne és capaç de percebre i seleccionar els estímuls més significatius , en activitats físiques, jocs esportius i recreatius, aconseguint un grau d'execució acceptable perquè sigui capaç de desembolicar-se en situacions reals.

7-Resoldre problemes de decisió plantejats per la realització de tasques motrius esportives, utilitzant habilitats específiques i avaluant l'adequació de l'execució a l'objectiu previst.

Mitjançant l'observació comprovarem la presa de decisions de l'alumne pel que fa a resoldre problemes motors que es produeixen en la realització de tasques físiques de manera individual.

8- Coordinar les accions pròpies amb les de l'equip interpretant amb eficàcia la tàctica per a aconseguir la cohesió i eficàcia cooperativa.

A través de l'observació i a manera teòrica es comprovarà si els alumnes són capaços de coordinar col·lectivament les seves accions participant en el joc de forma cooperativa.

9- Utilitzar tècniques de relaxació com mitjà per a recobrar l'equilibri psicofísic i com preparació per al desenvolupament d'altres activitats.

10- Expressar i comunicar de forma individual i col·lectiva, estats emotius i idees utilitzant les combinacions d'alguns elements de l'activitat física com l'espai, temps i intensitat.

En les activitats d'expressió corporal, s'observarà la participació i integració dels alumnes en el grup, així com la capacitat de reproduir missatges amb distinta intencionalitat comunicativa i distints llenguatges utilitzant la qualitat de moviment...

11- Mostrar una actitud de tolerància i esportivitat per sobre de la recerca de l'eficàcia.

L'alumne deurà tenir actituds educatives d'igualtat i atenent a la diversitat, així com respecte a les normes de joc.

12- Participar de forma desinhibida i constructiva en la realització i organització de les activitats físico-esportives.

Es tindrà en compte la participació en les activitats extraescolars i la col·laboració amb el professor en la seva organització.

1 BATXILLERAT.

BLOC 1. SALUT

1. Millorar o mantenir els factors de la condició física i les habilitats motrius amb un enfocament cap a la salut tenint en compte el propi nivell i orientar-los cap a les pròpies motivacions i cap a estudis o ocupacions posteriors.

1.1. Integra els coneixements sobre nutrició i balanç energètic en els programes d'activitat física per a la millora de la condició física i la salut.

1.2. Incorpora a la pròpia pràctica els fonaments posturals i funcionals que promouen la salut.

1.3. Utilitza de forma autònoma les tècniques d'activació i de recuperació en l'activitat física.

1.4. Arriba als seus objectius de nivell de condició física dins els marges saludables i assumeix la responsabilitat de posar en pràctica el seu programa d'activitats.

2. Planificar, elaborar i posar en pràctica un programa personal d'activitat física que incideixi en la millora i el manteniment de la salut

aplicant els diferents sistemes de desenvolupament de les capacitats físiques implicades i tenint en compte les pròpies característiques i el nivell inicial, i avaluar les millores obtingudes.

2.1. Aplica els conceptes apresos sobre les característiques que han de tenir les activitats físiques amb un enfocament saludable al disseny de pràctiques tenint en compte les pròpies característiques i interessos personals.

2.2. Avalua les pròpies capacitats físiques i coordinatives i considera les pròpies necessitats i motivacions com a requisit previ per planificar-ne la millora.

2.3. Concreta les millores que pretén aconseguir amb el seu programa d'activitat.

- 2.4. Elabora el seu programa personal d'activitat física conjugant les variables de freqüència, volum, intensitat i tipus d'activitat.
- 2.5. Comprova el nivell d'assoliment dels objectius del seu programa d'activitat física i reorienta les activitats en els casos en què no s'arriba al que s'esperava.
- 2.6. Planteja i posa en pràctica iniciatives per fomentar un estil de vida actiu i per cobrir les pròpies expectatives.
3. Valorar l'activitat física des de la perspectiva de la salut, el gaudi, l'autosuperació i les possibilitats d'interacció social i de perspectiva professional i adoptar actituds d'interès, respecte, esforç i cooperació en la pràctica d'aquest tipus d'activitat.
- 3.1. Dissenya i organitza activitats físiques com a recurs d'oci actiu i hi participa, valora els aspectes socials i culturals i les possibilitats professionals futures que hi estan associats i identifica els aspectes organitzatius i els materials necessaris d'aquestes activitats.
- 3.2. Adopta una actitud crítica davant les pràctiques d'activitat física que tenen efectes negatius per a la salut individual o la col·lectiva i davant els fenòmens socioculturals relacionats amb la corporalitat i els derivats de les manifestacions esportives.

BLOC 2. ACCIONS MOTRIUS INDIVIDUALS, D'OPOSICIÓ, DE COL·LABORACIÓ O DE COL·LABORACIÓ-OPOSICIÓ

1. Solucionar de forma creativa situacions d'oposició, de col·laboració o de col·laboració-oposició en contextos esportius o recreatius, adaptant les estratègies a les condicions canviants que es produeixen durant la pràctica.
 - 1.1. Desenvolupa accions que el condueixen a situacions d'avantatge respecte a l'adversari en les activitats d'oposició.
 - 1.2. Col·labora amb els participants a les activitats físicoesportives de col·laboració o de col·laboració-oposició i explica l'aportació de cada un.
 - 1.3. Exerceix les funcions que li corresponen en els procediments o sistemes posats en pràctica per aconseguir els objectius de l'equip.
 - 1.4. Valora l'oportunitat i el risc de les seves accions en les activitats físicoesportives desenvolupades.
 - 1.5. Planteja estratègies davant les situacions d'oposició o de col·laboració-oposició i les adapta a les característiques dels participants.
2. Resoldre situacions motrius en diferents contextos de pràctica aplicant habilitats motrius específiques amb fluïdesa, precisió i control, i perfeccionar l'adaptació i l'execució dels elements tècnics desenvolupats al cicle anterior.
 - 2.1. Perfecciona les habilitats específiques de les activitats individuals que responen als seus interessos.
 - 2.2. Adapta la realització de les habilitats específiques als condicionants generats pels companys i els adversaris en les situacions col·lectives.
 - 2.3. Resol amb eficàcia situacions motrius en un context competitiu.

2.4. Posa en pràctica tècniques específiques de les activitats en entorns no estables i analitza els aspectes organitzatius necessaris.

BLOC 3. ACCIONS MOTRIUS EN SITUACIONS D'ÍNDOLE ARTÍSTICA O EXPRESSIVA

1. Crear i representar composicions corporals col·lectives amb originalitat i expressivitat i aplicant les tècniques més apropiades a la intencionalitat de la composició.

1.1. Col·labora en el procés de creació i desenvolupament de les composicions o muntatges artisticoexpressius.

1.2. Representa composicions o muntatges d'expressió corporal individuals o col·lectius ajustant-se a una intencionalitat estètica o expressiva.

1.3. Adequa les seves accions motrius al sentit del projecte artístic expressiu.

BLOC 4. CONTINGUTS COMUNS A TOTS ELS BLOCS

1. Mostrar un comportament personal i social responsable, amb respecte a si mateix, als altres i a l'entorn en el marc de l'activitat física.

1.1. Respecta les regles socials i l'entorn en què es duen a terme les activitats físicoesportives.

1.2. Facilita la integració d'altres persones en les activitats de grup, les anima a participar-hi i respecta les diferències.

2. Controlar els riscos que poden generar la utilització dels equipaments, l'entorn i les pròpies actuacions a l'hora de dur a terme les activitats físicoesportives i artisticoexpressives i actuar de forma responsable tant individualment com en grup.

2.1. Preveu els riscos associats a les activitats i els derivats de la pròpia actuació i de l'actuació del grup.

2.2. Utilitza els materials i els equipaments atenent les especificacions tècniques d'aquests.

2.3. Té en compte el nivell de cansament com un element de risc a l'hora de fer activitats que requereixen atenció o esforç.

3. Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació per millorar el propi procés d'aprenentatge, aplicar criteris de fiabilitat i eficàcia en la utilització de fonts d'informació i participar en entorns col·laboratius amb interessos comuns.

3.1. Aplica criteris de recerca d'informació que garanteixen l'accés a fonts actualitzades i rigoroses d'aquesta matèria.

3.2. Comunica i comparteix la informació amb l'eina tecnològica adequada per difondre-la o discutir sobre aquesta.

3.2. Criteris de qualificació

3.2.1. Procediment



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

1 i 2 ESO.

CRITERIS DE QUALIFICACIÓ:

La qualificació de l'assignatura d'E. Física es divideix en tres parts: part conceptual, part procedimental, part actitudinal.

PART CONCEPTUAL 20%

Examens teòric, treballs, fitxes i quadern.
Per a fer mitja s'ha de treure mínim un 3.

PART PROCEDIMENTAL 40%

Treball pràctic diari fet a classe.
Examens pràctics.
Per a fer mitja s'ha de treure mínim un 4.

PART ACTITUDINAL 40%

Puntualitat, comportament, assistència, participació activa, entrega treballs a temps, higiene, esforç, interès.....
Per a fer mitja aquesta part ha d'estar aprovada amb un 5 mínim

3 i 4 ESO.

CRITERIS DE QUALIFICACIÓ:

La qualificació de l'assignatura d'E. Física es divideix en tres parts: part conceptual, part procedimental, part actitudinal.

PART CONCEPTUAL 25%

Examens teòric, treballs, fitxes i quadern.
Per a fer mitja s'ha de treure mínim un 3'5.

PART PROCEDIMENTAL 40%

Treball pràctic diari fet a classe.
Examens pràctics.
Per a fer mitja s'ha de treure mínim un 4.

PART ACTITUDINAL 35%



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

Puntualitat, comportament, assistència, participació activa, entrega treballs a temps, higiene, esforç, interès.....

Per a fer mitja aquesta part ha d'estar aprovada amb un 5 mínim.

BATXILLERAT.

CRITERIS DE QUALIFICACIÓ:

La qualificació de l'assignatura d'E. Física es divideix en tres parts: part conceptual, part procedimental, part actitudinal.

PART CONCEPTUAL 30%

Examens escrits, treballs, fitxes i quadern.

Per fer mitja s'ha de treure mínim un 4

PART PROCEDIMENTAL

40%

Treball pràctic diari fet a classe.

Examens pràctics.

Per fer mitja s'ha de treure mínim un 4

PART ACTITUDINAL

30%

Puntualitat, comportament, assistència, participació activa, entrega treballs a temps, higiene, esforç, interès.....

Per a fer mitja aquesta part ha d'estar aprovada amb un 5 mínim.

1.-Coneixements

La qualificació dels alumnes es realitzarà d'acord amb un examen teòric per trimestre en el qual es demanarà qualsevol concepte dels temes inclosos en l'avaluació o aspecte treballat a classe.

També s'avaluarà el quadern de classe, que és de caire obligatori i requisit indispensable per aprovar.

Els alumnes que no facin l'examen el dia establert per causa justificada (ej: malaltia) podran fer-lo el dia que el professor consideri, si per contra no realitza la prova per motiu injustificat es considerarà com qualificada de 0.

Així mateix, al llarg del curs es podran demanar, treballs de recerca de caràcter obligatori.

2.-Destreses. Procediments.

Mitjançant l'observació, el professor valorarà de forma individual el procés d'aprenentatge de l'alumne des de l'inici de les U.D. fins el final.

Les proves pràctiques tindran uns mínims establerts pel departament (depenent del contingut) els quals no seran determinants en la qualificació ja que, dependrà sempre de les característiques individuals tant físiques com fisiològiques.... Per exemple si un alumne/a amb problemes de sobrepès no arriba a els mínims en la prova de potència de cames, això no determinarà l'aprovat o suspès de l'avaluació. Es tindran en compte altres criteris que hem nomenat anteriorment.

A més tots els alumnes que no realitzin classes pràctiques per motius temporals, hauran d'anotar al seu quadern totes les activitats que es treballin a classe amb les pautes que marqui el professor (objectiu, tasques...), sent aquesta una de les eines per avaluar els seus destreses, ja que no pot participar de la pràctica de classe. Així com si s'allarga la lesió es demanarà un treball teòric a criteri del professor per poder avaluar la part procedimental.

3.- ACTITUDS

Les actituds relatives a l'assistència, puntualitat, treball diari, afany de superació, cooperació amb els companys, esforç, respecte a les normes, companys i material..., són sens dubte, una part fonamental per a la qualificació de l'assignatura, però també són les més difícils de quantificar. S'utilitzarà el registre sistemàtic de l'actitud dels alumnes a través de l'observació de la seva conducta durant les classes: realització de l'escalfament, actitud no violenta i col·laboració, comportament i interès general en el desenvolupament de les classes

El no menjar xiclet en classe, dur la vestimenta adequada, recollir-se el pèl, dutxar-se o rentar-se després de la classe... són unes de les normes que s'han complir, el no fer-ho es comptabilitza amb negatius que seran anotats pel professor en el seu quadern de notes. Aquí és reflecteix la normativa de caire general, després cada professor quantificarà els negatius per a cada cas.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

* El departament d'Educació Física valorarà qualsevol altra actitud no reflectida als apartats anteriors.

El primer dia de classe se li repartirà als alumnes la normativa i la temporalització, així com els criteris de qualificació, en el plaç de 15 dies hauràn de retornar-ho signat pels pares, i afegeir-ho a la contraportada del quadern, d'aquesta manera el departament s'assegura que els alumnes, així com els seus pares /tutors estan assebitats de tota la normativa i com se'ls avaluarà.
(VEURE ANEX)

3.2.2. Qualificacions: 1a i 2a Avaluació

Examen teòric.
Examen pràctic.
Quadern de classe.
Treballs de recerca.
Fulls d'observació.

3.2.3. Qualificacions: Avaluació ordinària

L'alumne per poder aprovar el curs ha de tenir qualificades positivament al menys dues avaluacions durant el curs i una d'elles ha d'ésser la 3a avaluació. Les eines de qualificació son les següents:

Examen teòric.
Examen pràctic.
Quadern de classe.
Treballs de recerca.
Fulls d'observació.

S'aplicaran els mateixos criteris, però donant oportunitat de recuperar qualsevol de les parts o subparts que no s'hagin anat superant durant el curs.

3.2.4. Qualificacions: Avaluació extraordinària

Els alumnes amb l'assignatura suspesa s'han de presentar a l'examen de setembre.

Aquest constarà:

- D'una part teòrica pels alumnes que no hagin superat els continguts teòrics
- Una pràctica pels que hagin de recuperar els procediments pràctics.
- Un examen actitudinal.

Pel juny sels hi donarà un guió amb totes les tasques a fer pel setembre, aquestes tasques consistiran en (en funció de la part de l'assignatura suspesa i criteri del professor):

- Treball sobre actituds.
- Treball conceptual.
- Treball pràctic.

que hauran d'entregar el dia de l'examen. Totes aquestes feines d'estiu podran tenir un valor puntuable, del 50%, per la nota final de setembre.

3.3. Criteris de recuperació

Per recuperar una avaluació suspesa es farà segons el tipus de contingut pendent, de la següent forma:

- Coneixements: es recuperarà a la següent avaluació amb una prova específica.
- Destreses: es recuperarà a la següent avaluació amb una prova específica.
- Actitud: es recuperarà si es supera aquesta part a la següent avaluació.

3.4. Criteris de recuperació de pendents

3.4.1. Convocatòria ordinària

El departament d'Educació física avaluarà al llarg del curs els alumnes amb l'assignatura pendent i no en les proves de febrer i abril per la idiosincràsia de l'assignatura.

Per a qualificar als alumnes amb l'assignatura pendent, es tindran en compte els aprenentatges que aquests hagin fet sobre els tres tipus de competències al llarg del present curs. Si l'alumne va superant les diferents proves que es van realitzant,

a les dues primeres avaluacions i el seu interès envers l'assignatura es considerat pel professor l'adequat, la recuperació de l'assignatura serà positiva.

En el cas que l'alumne no vagi aprovant les proves que es fan durant el curs però les competències ACTITUDINALS són SUPERADES, tindrà l'opció de fer una prova teòrica-pràctica al final de curs i /o setembre.

El tipus de proves a realitzar seran tant teòriques com a pràctiques, en les quals l'alumne deu mostrar la seva progressió a nivell pràctic com el seu coneixement del tema, a nivell teòric.

El seu comportament serà valorat en el dia a dia durant les classes ordinàries d'Educació Física. Si la predisposició de l'alumne no és l'adequada no podrà obtenir una qualificació "apta".

En el cas de l'assignatura de 1r de batxillerat, ja que a 2n no es cursa E. Física, es farà una treball al febrer i un al juny per tal de recuperar-la.

3.4.2. Convocatòria extraordinària

Els alumnes amb l'assignatura suspesa s'han de presentar a l'examen de setembre amb les feines o treballs d'estiu realitzats. Aquest fet no és condició indispensable per poder fer la prova de recuperació, però tindrà un valor del 50 % de la nota final

Queda a decisió del departament les proves que es faran als alumnes, depenent de la seva situació escolar (N.E.E., Diversificació...).



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

4. Mesures d'Atenció a la Diversitat

4.1. Adaptacions curriculars

El departament adoptarà unes mesures que consisteixen en adequar els objectius, eliminar o incloure continguts, modificar la metodologia... per aquells alumnes que presentin dificultats de algun tipus, però, dins del desenvolupament normal de la classe, com a mesures ocasionals. L'educació física és un àrea que disposa d'una gran varietat de possibilitats per fer adaptacions curriculars per atendre als alumnes que ho necessitin. Sense interrompre el desenvolupament normal de la classe, es pot treballar per grups de nivell, ocupar-se d'uns alumnes determinats mentre la resta de la classe realitzen altres feines que se'ls ha assignat, fer que els alumnes de millor nivell col·laborin amb l'aprenentatge dels que tenen un nivell inferior, etc. Els coneixements, si cal, es treballaran conjuntament amb l'equip d'orientació.

En el cas de que un alumne tingui una malaltia crònica que s'allargui en el temps (anorexia, depressió...), que no permet un correcte desenvolupament a nivell pràctic o actitudinal, es farà una convalidació d'una o dues d'aquestes parts, s'augmentarà el percentatge dels continguts conceptuals fins a un 50% i la part pràctica i/o actitudinal convalidada amb un 5 i comptant un 25% cada una.

4.2. Alumnat NESE

Escriure aquí...

4.3. Acol·lida lingüística

D'acord amb la normativa vigent i el Projecte Lingüístic del centre, tots els membres del departament imparteixen l'assignatura en Català a tots els cursos i nivells. Els recursos didàctics, els llibres de text, els apunts i els exàmens són en català, encara que les explicacions a vegades es facin de forma bilingüe pels alumnes nou vinguts.

4.4 Suports

4.5 Repetidors: Mesures d'actuació

El departament considera que els alumnes repetidors han de seguir el currículum del curs normal amb una atenció individualitzada si fos necessari. Així i tot es parlarà i farà seguiment amb cada un d'ells en el cas de que l'àrea d'E. Física fos una de les suspeses.

5. Annexes

5.1. NORMATIVA DEL DEPARTAMENT.

Aquest és el full que sels dona el primer dia de classe i que han de dur signat obligatòriament pel seus pares o tutors per tal d'evitar mals entesos.

IES EMILI DARDER. DEPARTAMENT E. FÍSICA. CURS 18-19

El departament d'E. Física vol fer arribar als alumnes, pares i mares una sèrie d'aclariments i normatives importants en relació a la nostra assignatura:

ASSISTÈNCIA A CLASSE:

* L'assistència a classe és obligatòria. En cas de no poder assistir a classe el pare, mare o tutor signarà un justificant a l'agenda que l'alumne mostrarà al professor corresponent.

* L'acumulació de més de 3 faltes d'assistència sense justificar suposarà suspendre la part d'actitud de l'assignatura.

PARTICIPACIÓ EN LES CLASSES:

* És obligatori participar de manera activa a les classes d'E. Física fent totes les tasques que encomani el professor. En cas de no poder participar en alguna per malaltia, s'haurà de dur una nota informativa del pare, mare o tutor; si la lesió o malaltia dura més de 3 sessions, serà necessari un justificant metge on especifiqui la lesió, que és el que no pot fer i per quan de temps. Així com fer les tasques encomenades pel professor.

* A les 3 faltes de participació activa a les classes sense justificar suposarà suspendre la part actitudinal i procedimental de l'assignatura.

ROBA I MATERIAL:

* S'ha de dur el material necessari per a desenvolupar les classes, és a dir; roba esportiva (xandall o pantalons curts; camiseta i sabatilles esportives ben lligades) i quadern a sol·licitud del professor/a.

* Les 3 faltes de roba o material suposaran suspendre la part actitudinal de l'assignatura.

RETARDS:



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

*Es donaran 5' per realitzar el desplaçament fins als vestuaris i canviar-vos de roba.

*Al finalitzar la classe també es donaran 5' per canviar-se de roba.

* En cas de no complir ambdós horaris es comptabilitzarà com un retard.

HIGIENE:

* Per raons d'higiene els alumnes s'han de canviar després de les sessions, en cas de no fer-ho es comptabilitzarà com mitja falta de roba. En acabar la classe és contarà amb 5 min per a canviar-se de roba i després haurà d'informar al seu professor corresponent.

ALTRES:

* El material i instal·lacions s'han de tractar en cura, en cas de trencar-lo intencionadament serà remunerant pel mateix alumne o grup responsable.

* No es pot fer ús dels espais i materials **sense permís del professorat**, no es pot accedir al poliesportiu fins que no arribi el vostre professor/a.

NOM:	LLINATGES:	
CURS:	TELF	CONTACTE:
NOM PARE:		NOM MARE:

Aprofitam aquesta comunicació per saber si existeix alguna circumstància que limiti que el vostre fill/a pugui realitzar amb normalitat activitat física en la part pràctica. Agrairíem que indiquessin quina patologia pateix, la causa, l'evolució, el tractament i les limitacions. En el cas de que el departament ho trobàs adient es sol·licitaria justificació mèdica.

OBSERVACIONS: _____



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

He llegit i estic assabentat de les normes i criteris de qualificació abans descrites en relació a les classes d'E. Física.

Signatura del pare/mare/tutor:

Gràcies per la seva col·laboració.

Departament d'E. Física.



Programació del Departament

E. FÍSICA.

Curs: 2018-2019

6. Aprovació

AQUEST DOCUMENT HA ESTAT APROVAT EN LA REUNIÓ DE DEPARTAMENT
CELEBRADA 3- OCTUBRE- 18. I AIXÍ S'HA FET CONSTAR EN L'ACTA CORRESPONENT.