

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

1. Competències clau associades a la vostra matèria

Competències clau	Sí/No
1. Comunicació lingüística	si
2. Matemàtica, en ciència i tecnologia	no
3. Digital	si
4. Aprendre a aprendre	si
5. Socials i cíviques	si
6. Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor	no
7. Consciència i expressions culturals	no

2. Objectius

1. Emprar sempre, tant el professorat com l'alumnat, la llengua catalana a nivell oral i escrit d'acord amb la normativa i el Projecte Lingüístic de Centre.
2. L'educació física en l'etapa d'educació secundària obligatòria té com a objectius generals el desenvolupament de les capacitats i els hàbits següents.
3. Participar, amb independència del nivell d'habilitat assolit, en jocs i esports (convencionals, recreatius i populars), col·laborar en la seva organització i desenvolupament, 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.
4. Conèixer i valorar els efectes beneficiosos, riscos i contradiccions que l'activitat física té en la salut individual i col·lectiva, i per al desenvolupament personal i la qualitat de vida, mitjançant la pràctica habitual i sistemàtica d'activitats físiques.
5. Augmentar les pròpies possibilitats de rendiment motor mitjançant el condicionament i la millora de les capacitats físiques, i el perfeccionament de les funcions d'ajust, domini i control corporal, així com desenvolupar actituds d'auto exigència i superació.
6. Millorar les capacitats d'adaptació motriu a les exigències de l'entorn i a la variabilitat d'aquest.
7. Planificar activitats que permetin satisfer les necessitats personals, prèvia valoració de l'estat de les capacitats físiques i habilitats específiques pròpies.
8. Dissenyar i realitzar tasques dirigides a la millora de la condició física, mitjançant un

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

tractament diferenciat de les diverses capacitats implicades.

9. Mostrar una actitud crítica davant els models corporals i de salut, així com davant les manifestacions físic-esportives com a fenòmens socioculturals, i instaurar hàbits saludables.
10. Valorar i utilitzar el cos com a mitjà d'expressió i comunicació, mitjançant el disseny i la pràctica d'activitats expressives amb i sense una base musical adequada.
11. Reconèixer les possibilitats del medi natural de les Illes Balears com a espai idoni per a l'activitat física, i discriminar les pràctiques que poden causar-hi qualsevol tipus de deteriorament.
12. 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.
13. Mostrar habilitats i actituds socials de respecte, treball en equip i esportivitat en la participació en activitats, jocs i esports, independentment de les diferències culturals, socials i d'habilitat.
14. Conèixer les possibilitats que l'entorn ofereix per a la pràctica de l'activitat física esportiva.
15. Conèixer i practicar modalitats esportives individuals, col·lectives i d'adversari, aplicant els fonaments reglamentaris, tècnics i tàctics en situacions de joc.
16. Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació, i la lectura com font de consulta i com recurs de suport per a l'assoliment dels aprenentatges.

3. Continguts,

1r CURS

Bloc 1. Condió física i salut .

- Iniciació a la pràctica d'escalfaments generals elaborats individualment. La tornada a la calma: concepte i importància. Pràctica d'exercicis de tornada a la calma.
- L'escalfament. Concepte. Fases. Execució d'exercicis aplicats a l'escalfament general. Condió física. Concepte. Capacitats físiques relacionades amb la salut. Relació entre els

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

conceptes de salut física i condició física.

- Condicionament general de les capacitats físiques relacionades amb la salut. Pràctica de carrera contínua, jocs, exercicis dinàmics de força general i estiraments. Aplicació periòdica de tests i proves funcionals que informin l'alumne o alumna sobre les seves possibilitats i limitacions.
- Higiene postural. Concepte i aplicacions pràctiques. Creació d'hàbits i actituds preventives.
- Desenvolupament equilibrat de la musculatura de suport.
- Valoració dels efectes positius de l'escalfament, de la tornada a la calma i de la realització correcta de l'exercici físic per prevenir lesions.

- Disposició positiva cap a la pràctica de l'activitat física com a millora de la salut i la qualitat de vida.
- Factors socioculturals associats a les activitats físiques.
- Valoració d'hàbits i conductes positives i discriminació de les negatives (sedentarisme, drogodependències, etc.).

Bloc 2. Jocs i esports. Qualitats motrius personals .

- L'esport individual i col·lectiu com a fenomen sociocultural.
- Execució d'habilitats motrius vinculades a accions esportives.
- *Anàlisi de les particularitats i classificació dels jocs esportius: convencionals, tradicionals i recreatius.*
- Pràctica de jocs reglats i adaptats que faciliten l'aprenentatge dels fonaments tècnics i tàctics i de les estratègies bàsiques d'atac i defensa, comuns als esports individuals i/o col·lectius. Realització de gestos tècnics bàsics i identificació d'elements reglamentaris d'un esport individual.
- Realització d'activitats cooperatives i competitives, encaminades a l'aprenentatge dels fonaments tècnics i tàctics d'un o diversos esports col·lectius.
- Participació activa en els diferents jocs i activitats esportives i facilitar l'establiment de 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.
- Valoració de les activitats esportives com a manera de millorar la salut.
- Descobriments de la necessitat i el sentit de les normes per configurar els jocs, i acceptació i valoració d'aquestes normes.

Bloc 3. Expressió corporal .

- El cos expressiu: postura, gest i moviment.
- Aplicació de la consciència corporal a les activitats expressives.
- Experimentació d'activitats expressives encaminades a aconseguir la dinàmica de grup i a trencar els bloqueigs i les inhibicions personals.

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

- El temps 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.
- Disposició favorable a la des-inhibició.
- Valoració de la capacitat i dels usos expressius i comunicatius del cos.

4. Temporalització

1er. ESO

PRIMERA AVALUACIÓ

UNITATS DIDÀCTIQUES	CONTINGUTS
1.- Higiene i activitat física 2.- Condició Física 3.- Les habilitats i destreses motrius	1.1. Concepte d'higiene 1.2. Activitat física saludable 1.3. Hàbits higiènics: higiene postural 2.1 . L'escalfament i tornada a la calma. 2.2. Condició física: Concepte, carrera contínua, jocs i exercicis dinàmics de força. 3.1. Les habilitats i destreses bàsiques,

SEGONA AVALUACIÓ

UNITATS DIDÀCTIQUES	CONTINGUTS
4.- Les habilitats i destreses motrius 5.- Iniciació Esports col·lectius I 6.- Els jocs tradicionals	4.1. Habilitats vinculades a accions esportives 5.1. Joc col·lectiu, tècnica bàsica, reglament 5.2. Característiques i modalitats 6.1.- Diferència joc-esport. 6.2.- jocs reglats i adaptats.

TERCERA AVALUACIÓ

UNITATS DIDÀCTIQUES	CONTINGUTS
7.- Expressió corporal. 8.- Activitat recreatives. 9.- Iniciació Esports col·lectius II	7.1. Desinhibició, treball amb objectes, espai/temps. 8.1. Activitats recreatives amb diferent material malabars.

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

	9.1. Joc col·lectiu, tècnica bàsica, reglament. 9.2. Característiques i modalitats
--	---

5. Enfocaments metodològics

Metodologies actives	Utilitzo les marcades amb una x
<i>Treball cooperatiu:</i> <ul style="list-style-type: none">- Estructures- Dinàmiques- Quadern d'equip	X
<i>Treball per projectes</i>	
<i>Gamificació (especifica quins)</i>	
<i>Tasques enriquides</i>	X
<i>Rutines de pensament</i>	
<i>Aprentatge basat en problemes, reptes</i>	X
<i>Flipped Classroom</i>	
<i>Altres (especifica)</i>	

5.1 Orientacions metodològiques.

Els processos d'ensenyament i aprenentatge han de seguir una metodologia que permeti integrar diferents models, mètodes, estratègies i tècniques pedagògiques amb les quals plantejar les tasques a l'alumnat. Segons aquests mètodes siguin més oberts o tancats, poden orientar-se cap a la instrucció, la participació i l'emancipació en funció de l'objectiu, la dificultat d'aquest, el moment o la situació d'ensenyament que es trobi, així com les variables d'organització de les activitats, recursos i agrupaments. Donat el caràcter terminal que té aquesta etapa, s'ha de buscar

l'autonomia progressiva de l'alumnat, amb la finalitat que, com a ciutadans i ciutadanes, siguin capaços d'incorporar l'activitat física al seu estil de vida.

El paper del professorat és el de facilitar els processos d'aprenentatge dirigits a l'alumnat, aconseguir que adquireixi un aprenentatge significatiu, és a dir, que l'alumnat trobi sentit a les tasques que realitza i les apliqui a altres situacions i contextos, als quals aconseguixi transferir l'aprenentatge.



PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

El professorat ha de valorar fonamentalment el procés d'aprenentatge, reflexionar constantment sobre les seves actuacions i considerar el progrés de l'alumnat en relació amb el treball realitzat i la seva evolució, i no únicament segons els resultats obtinguts.

L'alumnat ha de ser el centre d'aquest procés i s'intentarà afavorir que es responsabilitzi de la seva actuació i no sigui un subjecte passiu, que la seva autonomia sigui cada vegada major en la pràctica i aprenentatge dels continguts de l'educació física al llarg de l'educació secundària obligatòria, alhora que s'afavorirà el desenvolupament d'un pensament crític en relació amb món de l'activitat física i l'esport com fenomen social i cultural.

Per a les diferents tasques s'oferiran activitats motivadores i s'intentarà que la consecució dels objectius sigui mitjançant tasques progressives en dificultat i en unes condicions adequades per fomentar i desenvolupar en l'alumnat la capacitat d'experimentació i de construcció dels propis aprenentatges i l'adquisició d'auto-confiança en realitzar-les.

Perquè el procés d'ensenyament aprenentatge sigui eficaç ha d'haver-hi un bon clima de convivència a l'aula: per al bon desenvolupament de la sessió, són imprescindibles aspectes com el respecte entre professorat i alumnat i entre l'alumnat, la solidaritat, el tracte igualitari i la cooperació. Mitjançant el treball cooperatiu es poden plantejar metes col·lectives que necessitaran la reflexió col·lectiva del grup i l'ajuda mútua, es pot fomentar la distribució de tasques, funcions i responsabilitats i crear un clima d'acceptació i de cooperació que afavoreixi les relacions socials i contribueixi al desenvolupament de valors socials i de ciutadania. S'ha d'incidir aquí en el respecte a les instal·lacions i el material comú per part de l'alumnat, així com en la seva participació a l'hora de treure i recollir el material a cada sessió.

El contingut de les sessions serà eminentment pràctic, encara que es reforçaran alguns aprenentatges amb continguts teòrics i realització de proves o treballs per part de l'alumnat, el qual podrà buscar informació mitjançant les fonts tradicionals, com llibres i revistes, o amb l'ús de les tecnologies de l'informació i la comunicació, com adreces interessants d'Internet.

Els jocs i els esports són la manera més habitual d'entendre i practicar l'activitat física. En la seva utilització com a continguts importants per desenvolupar els objectius d'aquesta matèria, ha de prevaler l'enfocament educatiu d'aquesta activitat, amb un caràcter principalment lúdic, obert i flexible, de participació, sense cap tipus de discriminació i en el qual sigui preminent la creació d'un bon clima de treball en equip, d'acceptació mútua de cooperació i respecte sobre l'enfocament merament competitiu.

La realitat educativa ofereix una heterogeneïtat de l'alumnat cada vegada major i requereix la formulació d'un currículum que doni resposta a aquesta diversitat i afavoreixi l'ensenyament i l'avaluació individualitzats. Cal identificar les característiques de cada alumne o alumna i del grup com punt de partida per a ajudar-los a progressar i realitzar, en cas necessari, les adaptacions necessàries per facilitar que cada alumne o alumna arribi als objectius proposats.

Per atendre la diversitat es poden desenvolupar diferents actuacions pedagògiques: potenciar la igualtat de rols i la participació mixta en les activitats, organitzar la classe en grups de treball petits, oferir tasques amb diferents nivells d'exigència que juntament amb el treball cooperatiu es

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

constitueixen com a estratègies metodològiques de gran importància.

En aquesta matèria la influència social d'estereotips referits a l'activitat física juga un paper en contra de les pretensions de l'educació en igualtat d'oportunitats per a ambdós sexes. Una estratègia d'agrupaments adequada, de selecció de jocs i esports, de repartiment de responsabilitats i el tractament de la informació relacionada amb el cos, la salut i l'esport exempta de prejudicis són elements necessaris per a la ruptura d'estereotips des d'una perspectiva coeducadora.

Quant a l'avaluació, aquesta ha de ser contínua i formativa, tenint present tant el procés com el progrés de l'alumnat. Per això el professorat ha de tenir com a referència principal l'avaluació inicial de cada alumne o alumna i ha de valorar sobretot el progrés individual, l'esforç i participació en classe.

L'avaluació és l'instrument que ha de servir tant al professorat com a l'alumnat per comprovar si el procés d'aprenentatge és eficaç: a partir de mecanismes de retro-alimentació es poden establir les correccions que siguin necessàries. Tots els elements d'aquest procés poden ser avaluats (objectius, continguts, materials i recursos didàctics, metodologia i sistemes d'avaluació). El departament didàctic ha d'establir els mecanismes d'avaluació prèvia que consideri oportuns amb la finalitat de delimitar les necessitats educatives de tot l'alumnat i, sobre aquesta base, preparar les estratègies didàctiques necessàries, tenint en compte el màxim nivell possible d'atenció a la diversitat.

Es valoraran els aspectes de tipus cognitiu mitjançant treballs i proves, tant pràctiques com escrites. Els aspectes actitudinals, com l'interès, la cooperació, els hàbits higiènics, es realitzaran mitjançant fulls de registre i plantilles d'observació del professor o professora.

A les tècniques quantitatives tradicionals (test de condició física, o d'execució d'habilitats), més pròpies de l'àmbit de l'esport de competició, se'ls pretén donar un enfocament més didàctic i fer que l'alumnat participi més en aquests processos mitjançant l'autoavaluació i la co-avaluació.

El professorat ha de valorar fonamentalment el procés d'aprenentatge, reflexionant constantment sobre les seves actuacions i considerant el progrés de l'alumnat en relació amb el treball realitzat i la seva evolució, i no únicament segons els resultats obtinguts.

5.2.- Mesures generals per afavorir l'aprenentatge i participació del alumnat.

El professorat ha de valorar de forma fonamental el procés d'aprenentatge, reflexionant constantment sobre les seves actuacions i considerant el progrés de l'alumne/a en relació amb el treball realitzat i la seva evolució i no únicament segons els resultats obtinguts.

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

Cal donar a l'alumnat el **màxim protagonisme**, procurant afavorir que es responsabilitzi de la seva actuació i no sigui un subjecte passiu.

5.3. Mesures d'atenció a la diversitat.

La **finalitat** és que tot l'alumnat, partint del seu propi nivell de destresa, pugui assolir millores substancials.

Dins l'aula i en la programació diària s'ha de procurar utilitzar **recursos didàctics** que facilitin l'atenció a la diversitat, que han d'afectar tot el procés d'aprenentatge, partint del plantejament dels objectius fins a l'avaluació.

El paper del professorat és fonamental a l'hora d'**eliminar estereotips**, potenciant la igualtat de rols i la participació mixta en les activitats. L'atenció a la diversitat té una doble vessant: per una part, afavoreix una **educació més individualitzada** i, per l'altra, l'**acceptació** per part de tot l'alumnat del fet que tothom no és igual i que cal acceptar i **respectar** aquestes **diferències**.

L'etapa educativa que es tracta té com una de les característiques definitoris l'existència de grans diferències morfològiques i funcionals entre l'alumnat, en especial en el primer i segon cicle.

Aquestes diferències han de ser determinants a l'hora de programar objectius i continguts i dur-los a terme.

5.4.- Organització de l'aula.

A l'hora de programar hem d'avaluar de forma prèvia els recursos didàctics i materials, (actualitzar l'**inventari**), i optar per aquells que es considerin més rendibles des del punt de vista pedagògic., A l'aula, el professorat ha d'actuar, així mateix, suggerint i controlant els riscos (**metodologia preventiva**).

5.5.- Activitats.

Les activitats d'ensenyament-aprenentatge, quedaran organitzades i reflectides en la programació d'aula. No obstant això, els criteris que seguirem són els següents:

- La **progressió** en les activitats ha d'anar en consonància amb les dificultats d'assimilació i comprensió que trobi l'alumnat.

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

- Els diferents continguts que pretenem que els al·lots i les al·lotes aprenguin, s'han de **distribuir** segons **criteris d'aprenentatge motor**; tasques senzilles, de poca intensitat i perceptives a l'inici, conductes preceptives, cooperatives, situacions d'ensenyament-aprenentatge variades de curta durada i globals, **criteris psicològics**; motivació intrínseca i **criteris filosòfics** (capacitats físiques, iniciar amb flexibilitat i velocitat, intensitat baixa amb poques repeticions).

5.6- Materials i recursos didàctics.

Els materials, juntament amb l'element humà, són molt importants en les sessions d'educació física. Els materials s'han convertit en un element necessari i gairebé imprescindible per aconseguir els objectius i continguts plantejats.

El material ha de captar l'**atenció** de l'alumnat (formes, colors, textures, etc.), ha de permetre la congruència entre l'actuació i els objectius, i ha de **facilitar els aprenentatges**, que no serien possibles sense l'existència de determinats materials.

Les característiques dels materials poden ser: entre d'altres, que sigui fàcil i senzill de manipular; que no sigui pesat, sinó lleuger, fàcil de transportar, motivant, i que el fet d'usar-lo serveixi com a element de suport per aconseguir l'objectiu desitjat.

Es recomana l'**elaboració de diferents materials** (pot jugar un paper important el treball interdisciplinari amb l'àrea de tecnologia) per part de l'alumnat per a la seva posterior utilització en les sessions d'educació física (fones, pilotes, pales, etc.).

El professorat pot fer servir com a material de suport, entre d'altres, material bibliogràfic. Actualment són molt útils diferents adreces d'Internet dedicades a l'educació física i l'esport, on es poden consultar articles, unitats didàctiques, experiències, etc., dels professionals de l'educació física.

Degut a la situació actual de pandèmia, amb totes les limitacions que té la nostra àrea (distanciament social, no compartir material, mínim contacte amb superfícies..) , la nostra àrea necessita una dotació de material, per a què cada alumne tingui el seu material, i no compartir-ho amb els companys.

6. Avaluació

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

6.1. Criteris d'avaluació i estàndards d'aprenentatge avaluable

PRIMER D' ESO:

Que l'alumne s'expressi amb un català propi del nivell educatiu tant oral com escrit.
Conèixer, recopilar i practicar exercicis i activitats aplicats a l'escalfament general.

Es comprovarà que l'alumnat, una vegada realitzats a classe jocs i exercicis diversos per escalfar, proposats pel professorat, recull, en suport escrit o digital, exercicis que és capaç d'utilitzar de manera autònoma com a escalfament general per a la pràctica de qualsevol activitat física.

Utilitzar la freqüència cardíaca i la respiració com a mitjà de control de la intensitat de les diverses activitats físic-esportives.

Amb aquest criteri es pretén comprovar la utilització dels valors de la freqüència cardíaca i de la freqüència respiratòria amb la finalitat d'ajustar progressivament l'esforç, mitjançant l'aplicació de pauses de recuperació adequades.

Reconèixer i desenvolupar les capacitats físiques bàsiques relacionades amb la salut i millorar-les respecte al nivell inicial.

Amb aquest criteri es pretén que l'alumnat es mostri auto-exigent en el seu esforç per millorar els nivells de les capacitats físiques relacionades amb la salut. Per a l'avaluació s'ha de tenir en compte, sobretot, la millora respecte als nivells inicials en les capacitats de resistència aeròbica, força, resistència i flexibilitat, i no només el resultat obtingut.

Identificar els hàbits higiènics i posturals saludables relacionats amb l'activitat física i amb la vida quotidiana.

Aquest criteri valora si l'alumnat, durant la pràctica d'activitat física, identifica i porta a terme determinats hàbits, com per exemple usar la indumentària adequada, hidratar-se durant l'activitat o atendre a la seva higiene personal després de les sessions. L'alumnat, igualment, ha de reconèixer les postures adequades en les activitats físiques que es realitzin i en accions de la vida quotidiana, com estar assegut, aixecar càrregues o transportar motxilles.

Fer ús de les habilitats específiques apreses, amb atenció especial als elements perceptius i d'execució.

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

Mitjançant aquest criteri s'avaluaran les millores de l'alumnat en els mecanismes de percepció i execució i en la progressió de les capacitats coordinatives de les habilitats específiques.

A més, s'observarà si l'alumnat ha interioritzat aquests aprenentatges i es comprovarà que fa una auto-avaluació ajustada del seu nivell d'execució i si és capaç de resoldre amb eficàcia els problemes motors plantejats.

Practicar, en situacions facilitades, tècniques i estratègies bàsiques de jocs i activitats esportives.

L'alumnat ha de demostrar que en situacions d'atac intenta conservar la pilota, avançar i aconseguir la marca, i seleccionar les accions tècniques adequades; i en situacions de defensa intenta recuperar la pilota, frenar l'avanç i evitar que els oponents aconseguixin la marca.

Mostrar actituds de cooperació, tolerància i esportivitat en la pràctica d'activitats físic-esportives, així com respecte a la utilització de material i instal·lacions.

Aquest criteri valora la participació de l'alumnat en les diferents activitats físic-esportives. Es valorarà la seva capacitat d'implicar-se i esforçar-se a complir les responsabilitats que li assigna el seu equip. També s'ha de valorar el respecte a les normes, a l'àrbitre, als companys i als contraris, així com l'acceptació del resultat, assumint de bon grat la pertinença a un equip i cooperar amb els membres d'un mateix equip per assolir un objectiu comú, ajudar els companys o companyes a superar dificultats diverses, respectar les normes, acceptar les regles i utilitzar adequadament els materials i instal·lacions.

Elaborar missatges, tant de manera individual com col·lectiva, mitjançant tècniques com el mim, el gest, la dramatització o la dansa, i comunicar-ho a altres o a la resta de grups.

Es pretén avaluar la capacitat d'elaborar col·lectivament un missatge i comunicar-lo, escollint alguna de les tècniques d'expressió corporal treballades. S'ha d'analitzar la capacitat creativa, així com l'adequació i la posada en pràctica de la tècnica expressiva escollida. També es poden avaluar tots els aspectes relacionats amb el treball en equip en la preparació de l'activitat final.

Seguir les indicacions dels senyals de rastreig en un recorregut pel centre i els seus voltants.

L'alumnat ha d'identificar el significat dels senyals necessaris per completar el recorregut i, a partir de la lectura d'aquests, seguir-los per realitzar el recorregut en l'ordre establert i el més ràpid possible. També s'ha de valorar en aquest criteri la

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

capacitat de desenvolupar-se respectuosament amb l'entorn físic i social en què es dugui a terme l'activitat.

Mostrar actituds de respecte i valoració davant les realitzacions dels altres.

Amb aquest criteri s'avalua, quan l'alumnat actua com a espectador, la capacitat de mostrar-se participatiu i motivat per la competició i el respecte a la resta dels companys, i en cas de jocs i esports amb l'àrbitre i les decisions d'aquest.

Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació com a recurs de la matèria.

Es valora la competència adquirida per l'alumnat per realitzar investigacions senzilles mitjançant les tecnologies de la informació i la comunicació per aprofundir en continguts diversos, obtenir i registrar dades, i presentar i expressar la informació.

6.2. Procediments d'avaluació

L'avaluació ha de ser un procés que s'ha de dur a terme de forma **contínua**. Són objecte d'avaluació: d'una part, el procés d'aprenentatge individual de l'alumne/a, i, de l'altra, els aprenentatges que com a conseqüència d'aquest procés l'alumnat assoleixi.

L'avaluació s'ha de dur a terme tenint en compte la **diversitat** de l'alumnat i per aquest motiu les valoracions que el procés d'avaluació implica s'han de fer d'acord amb el **nivell inicial individual**, és a dir, amb les diferències entre abans i després del procés d'aprenentatge de cada alumne/a.

Això implica, realitzar una **avaluació inicial** per conèixer el nivell de partida pel que fa a allò que saben (conceptes), allò que saben fer (procediments) i a allò que volen fer (actituds); realitzar una **avaluació formativa** per tal de regular el procés educatiu.; i fer un balanç sobre el nivell d'assoliment dels objectius mitjançant una **avaluació sumativa**.

A l'hora d'avaluar, doncs, el professorat ha de tenir com a principal referència el nivell inicial de cada alumne/a i ha de valorar el progrés individual enfront d'estereotips o referències a la norma, com a conseqüència, tots els alumnes i les alumnes poden assolir qualsevol nivell a l'escala de qualificació independentment del seu rendiment plantejat en termes absoluts.

L'avaluació és l'instrument que serveix tant al professorat com a l'alumnat per comprovar la bona marxa del procés d'aprenentatge mitjançant mecanismes de retro-alimentació o **feedback** i per establir en el seu cas les correccions que calguin.

Tots els elements del procés d'ensenyament-aprenentatge són susceptibles de ser avaluats:

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

objectius, continguts, propostes d'intervenció didàctica, materials i recursos didàctics, els mateixos sistemes d'avaluació o el funcionament del procés, considerat com una globalitat, és a dir, una avaluació del procés entorn de l'alumne o alumna i la seva diversitat, entorn del professor o professora, i una avaluació dels mateixos dissenys curriculars i projectes del centre.

En aquesta etapa educativa cal posar un especial esment en el procés educatiu i en les actituds que l'alumne/a posa de manifest. Aquestes han de ser observables i avaluables de forma contínua, atès que els aprenentatges i millores en tots els àmbits són una conseqüència del procés esmentat, atenent factors com participació, motivació, eficiència en l'execució de les tasques, etc.

Els aspectes quantitius són, a l'hora d'avaluar, secundaris i sempre es ponderaran segons les característiques i el nivell inicial de l'alumne/a. Les taules de barem en proves objectives constituïran una referència que cal tenir en compte per tal d'informar l'alumne/a respecte del seu nivell objectiu en una o altra qualitat i com a factor de motivació, però no com a factor definitori per assolir una o altra puntuació.

Per tal de poder avaluar de forma contínua el procés d'aprenentatge en atenció a les presents orientacions, se suggereix la utilització de fulls d'observació, en els quals el professor/a ha de registrar les conductes observables que li facilitaran informació sobre l'esmentat procés de tot l'alumnat.

L'avaluació, per tant, ha de constituir un procés continu i ha de reflectir les actuacions de l'alumne/a en tots els àmbits abans esmentats i no tan sols el seu rendiment.

Els **instruments i procediments d'avaluació** utilitzats seran variats, i adaptats als continguts treballats, i es classificaran en dos grups:

- Procediments d'observació amb categories prèvies i sense (llistes de control, registre d'esdeveniments, escales de classificació...)
- Procediments d'experimentació, que agruparen les proves més objectives (exàmens orals i escrits, proves d'execució, tests...). Val a dir que el Departament disposarà d'una **bateria de tests per a l'avaluació de la condició física** que s'aplicarà al llarg de tota la secundària, sota els mateixos criteris pedagògics.

El professorat seleccionarà el procediment més idoni per a cada situació, sempre segons l'objecte a avaluar.

Es tracta de comentar els tipus d'activitat i les eines per avaluar-les tal com: observació dins l'aula, exposicions orals, treballs escrits, actitud, recerca d'informació mitjançant les TIC, treballs en petits grups o en parelles que els permetin fer de docents uns dels altres, activitats de coavaluació...

6.3. Criteris de qualificació

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

CRITERIS DE QUALIFICACIÓ DE PRIMER d' ESO

La qualificació de l'assignatura d'E. Física s'obtindrà de la suma dels percentatges obtinguts a les tres parts: teòrica, pràctica i actitud.(sempre i quan s'arribi al mínim establert a cada apartat.)	
20% (teòrica)	<p>Exàmens escrits, treballs, fitxes. <i>S'ha de treure mínim un 3.</i> <i>Cada apartat tindrà un valor en tants per cents dins el 20%.</i></p> <p><i>L' alumnat lesionat mínim 6 (les persones que es trobin en aquesta situació realitzaran un treball teòric extra a part del que ja fa la resta del grup, cada mes, amb el guió que els hi donarà el professorat, a banda de presentar l' informe mèdic de la seva situació de salut , i on s' especifiqui la durada de la lesió o malaltia).</i> <i>Durant les sessions l' alumnat lesionat haurà d'anar a la biblioteca per fer els treballs teòrics o bé , romandrà amb el grup i fer tasca teòrica i en acabat la sessió haurà de mostrar la feina feta al professorat.</i> <i>L' informe s'haurà d'entregar a la cap de Dpt., o al professor/a d'Educació Física.</i> <i>L' alumnat lesionat se li suma la teòrica i la pràctica un 70%</i></p>
(pràctica) 50%	<p>Treball pràctic diari fet a classe. Exàmens pràctics dels continguts <i>S'ha de treure mínim un 4.</i></p>
(actitud) 30%	<p>Puntualitat, comportament, assistència, participació activa, entrega treballs a temps, higiene, esforç, interès..... <i>S'ha de treure mínim un 4.</i></p> <p><i>S' aplica la taula següent:cada alumne parteix d'una nota de 10 però si no es compleixen les normes del departament a cada sessió, es resten punts:</i> - Falta de vestimenta: -0'5</p>

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

	<ul style="list-style-type: none">- Retards no justificats: -0,5- No realitzar les tasques d'higiene:-0,5 (no canviar-se de roba abans o després de la sessió).- <i>negatiu</i> -0,25/-0,5 (<i>cridar l'atenció a un alumne de manera reiterada o puntual</i>)
--	--

Normes en quant a la vestimenta i assistència a classe no justificada, es permet un màxim de 4 faltes . Durant un trimestre, si es supera, romandrà suspesa l'assignatura dins el trimestre que es trobi.

Recuperació de cada avaluació:

Es farà dins la següent avaluació, i es recuperarà la part suspesa,

L'avaluació ha de ser un procés que s'ha de dur a terme de forma **contínua**. Són objecte d'avaluació: d'una part, el procés d'aprenentatge individual de l'alumne/a, i, de l'altra, els aprenentatges que com a conseqüència d'aquest procés l'alumnat assolixi.

L'avaluació s'ha de dur a terme tenint en compte la **diversitat** de l'alumnat i per aquest motiu les valoracions que el procés d'avaluació implica s'han de fer d'acord amb el **nivell inicial individual**, és a dir, amb les diferències entre abans i després del procés d'aprenentatge de cada alumne/a.

Això implica, realitzar una **avaluació inicial** per conèixer el nivell de partida pel que fa a allò que saben (conceptes), allò que saben fer (procediments) i a allò que volen fer (actituds); realitzar una **avaluació formativa** per tal de regular el procés educatiu.; i fer un balanç sobre el nivell d'assoliment dels objectius mitjançant una **avaluació sumativa**.

A l'hora d'avaluar, doncs, el professorat ha de tenir com a principal referència el nivell inicial de cada alumne/a i ha de valorar el progrés individual enfront d'estereotips o referències a la norma, com a conseqüència, tots els alumnes i les alumnes poden assolir qualsevol nivell a l'escala de qualificació independentment del seu rendiment plantejat en termes absoluts.

L'avaluació és l'instrument que serveix tant al professorat com a l'alumnat per comprovar la bona marxa del procés d'aprenentatge mitjançant mecanismes de retro-alimentació o **feedback** i per establir en el seu cas les correccions que calguin.

Tots els elements del procés d'ensenyament-aprenentatge són susceptibles de ser avaluats: objectius, continguts, propostes d'intervenció didàctica, materials i recursos didàctics, els mateixos sistemes d'avaluació o el funcionament del procés, considerat com una globalitat, és a dir, una avaluació del procés entorn de l'alumne o alumna i la seva diversitat, entorn del professor o professora, i una avaluació dels mateixos dissenys curriculars i projectes del centre.

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

En aquesta etapa educativa cal posar un especial esment en el procés educatiu i en les actituds que l'alumne/a posa de manifest. Aquestes han de ser observables i avaluable de forma contínua, atès que els aprenentatges i millores en tots els àmbits són una conseqüència del procés esmentat, atenent factors com participació, motivació, eficiència en l'execució de les tasques, etc.

Els aspectes quantitius són, a l'hora d'avaluar, secundaris i sempre es ponderaran segons les característiques i el nivell inicial de l'alumne/a. Les taules de barem en proves objectives constituiran una referència que cal tenir en compte per tal d'informar l'alumne/a respecte del seu nivell objectiu en una o altra qualitat i com a factor de motivació, però no com a factor definitori per assolir una o altra puntuació.

Per tal de poder avaluar de forma contínua el procés d'aprenentatge en atenció a les presents orientacions, se suggereix la utilització de fulls d'observació, en els quals el professor/a ha de registrar les conductes observables que li facilitaran informació sobre l'esmentat procés de tot l'alumnat.

L'avaluació, per tant, ha de constituir un procés continu i ha de reflectir les actuacions de l'alumne/a en tots els àmbits abans esmentats i no tan sols el seu rendiment.

Els **instruments i procediments d'avaluació** utilitzats seran variats, i adaptats als continguts treballats, i es classificaran en dos grups:

- Procediments d'observació amb categories prèvies i sense (llistes de control, registre d'esdeveniments, escales de classificació...)
- Procediments d'experimentació, que agrupaven les proves més objectives (exàmens orals i escrits, proves d'execució, tests...). Val a dir que el Departament disposarà d'una **bateria de tests per a l'avaluació de la condició física** que s'aplicarà al llarg de tota la secundària, sota els mateixos criteris pedagògics.
-

El professorat seleccionarà el procediment més idoni per a cada situació, sempre segons l'objecte a avaluar.

Es tracta de comentar els tipus d'activitat i les eines per avaluar-les tal com: observació dins l'aula, exposicions orals, treballs escrits, actitud, recerca d'informació mitjançant les TIC, treballs en petits grups o en parelles que els permetin fer de docents uns dels altres, activitats de coavaluació...

6.5. Eines d'avaluació

Eines d'avaluació	Marca amb una x
-------------------	-----------------

PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

Rúbriques	X
Carpeta d'aprenentatge	
Mapes mentals	
Rutines de pensament	
Diari de camp	
Portafoli	
Coavaluació	X
Qüestionaris	X
Altres (específica)	

7. Mesures de reforç i suport

Es duran a terme activitats amb diferents grau de complexitat per donar atenció a la diversitat.

Entre les activitats programades cal destacar (concretar en funció de la matèria):

- L'avaluació inicial per constatar el nivell dels alumnes,
- El disseny d'activitats molt diverses per arribar als alumnes amb diferents estils d'aprenentatge i que indiquin la manera que l'alumne/a percep i interacciona (videos, esquemes, imatges, petits projectes, treball cooperatiu, mapes conceptuals, portafolis,...).
- L'adaptació de les activitats al nivell curricular de cada alumne/a, des les altes capacitat a les necessitats educatives especials.

Les mesures de reforç i suport programades estaran relacionades amb la metodologia especificades a l'apartat 5 de metodologia.

Les particularitats de cada alumne es detallaràn a l'informe NESE.

L' alumnat amb alguna limitació física per a realitzar la pràctica se li donarà tasca teòrica dels continguts que estem treballant. Ha de presentar l'informe mèdic de la seva situació de salut , on s' especifiqui la durada de la lesió o malaltia).

8. Sortides didàctiques, activitats extraescolars, projectes interdisciplinars



PROGRAMACIÓ DE L'ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA E1r	
CURS 2021-2022	Professors que la imparteixen: Maria Antònia Cifre

Col.laboració del departament amb la sortida de tutoria.