

PROGRAMACIÓ CURTA

Departament: EDUCACIÓ FÍSICA	2020-2021
Matèria: EDUCACIÓ FÍSICA	Curs: 3r ESO
Professor/a: 3r A, B, C, D i E PAU TRIPIANA	Hores/setmana: 2 Hores/Setmana

PROGRAMACIÓ I TEMPORITZACIÓ		
UD 1	TREBALLEM DIFERENTS TIPUS DE RESISTÈNCIA	1r trimestre
UD 2	FEM L'ESPORT DEL NOSTRE TERRITORI, EL VOLEIBOL	1r Trimestre
UD 3	TREBALLEM DIFERENTS TIPUS DE FORÇA	2n Trimestre
UD 4	FUTBOL SALA	2n Trimestre
UD 5	VELOCITAT I FLEXIBILITAT EN L'ESPORT	3r Trimestre
UD 6	ENTRE TOTS FEM UN ESPECTACLE	3r Trimestre

CRITERIS GENERALS D'AVALUACIÓ I RECUPERACIÓ
<p>L'avaluació es realitzarà valorant l'assoliment per part de l'alumnat de les competències de l'àmbit d'EF, les quals s'organitzen a partir de 4 dimensions: dimensió d'activitat física saludable, dimensió esport, dimensió activitat física i temps de lleure i dimensió expressió i comunicació corporal.</p> <p>La nota d'Educació Física trimestral és el resultat de fer la mitjana de les dues unitats didàctiques realitzades, i aquesta nota pujarà o baixarà segons l'actitud. La nota final de la matèria serà el resultat de fer la mitjana dels tres trimestres.</p> <p>Cada unitat didàctica tindrà uns criteris d'avaluació específics vinculats amb uns objectius d'aprenentatge, els quals s'explicaran a l'alumne/a a l'inici de cada trimestre.</p> <p>Recuperació d'una avaluació no aprovada:</p> <ul style="list-style-type: none"> * L'avaluació serà contínua i en cas que l'alumnat no assoleixi el 1r i 2n trimestre es podrà recuperar assolint el trimestre següent amb un nivell d'assoliment satisfactori però amb la condició de tenir aprovades "les actituds, valors i normes" a un nivell de notable o nivell 3. * En el cas de no assolir (NA) les competències del 3r trimestre es valorarà l'evolució competencial de l'alumne al llarg del curs. * En el cas de No Assoliment de les competències de la matèria al juny l'alumne anirà a les proves extraordinàries de juny. <p>El professorat del Departament d'Educació Física es reserva el dret de modificar aquest document durant el curs, i informar degudament als alumnes.</p>

MATERIALS

Per realitzar la **classe d'Educació Física cal portar::**

- Calçat esportiu i mitjons esportius
- Samarreta de l'institut
- Pantaló esportiu
- Cabell recollit
- COVID-19: - Mascareta
 - Gel hidroalcohòlic
 - Sabó de mans
 - Tovallola petita
 - Ampolla d'aigua: amb aigua de casa, marcada amb el nom

Tot aquest material ha de ser d'ús individual.

En acabar la classe d'EF els i les alumnes hauran de:

- Rentar-se amb aigua i sabó, mans, cara i axil·les. Com a norma preventiva (COVID 19) aquest primer trimestre cap alumne pot fer ús de les dutxes.
- Canviar-se de roba, com a mínim la samarreta.

NORMATIVA VESTIDORS:

- Els alumnes vindran canviats de casa, amb la samarreta posada d'EF i aniran directament a l'espai que els toqui fer la classe d'EF.
- Només podran fer ús dels vestidors de 7 en 7 alumnes i en acabar la classe.

NETEJA I DESINFECCIÓ DE LES INSTAL·LACIONS, MATERIAL I VESTIDORS:

Es farà un treball educatiu de col·laboració alumnes-professor/a, en aquestes tasques, organitzant torns.

METODOLOGIA

La metodologia estarà orientada a la consecució de la competència en el coneixement i la interacció amb el món físic.

A l'inici de l'etapa de Secundària s'assignaran més tasques a l'alumnat de manera directa però de manera progressiva, els dotarem de les eines necessàries perquè quan acabi l'etapa obligatòria adquireixin cotes d'autonomia suficients per autogestionar la seva pròpia activitat física. És a dir, en els darrers cursos es cedirà a l'alumnat gran part del protagonisme, per que se sentin participants del propi procés d'aprenentatge i siguin capaços d'autoregular-se en funció dels seus interessos.

En tot el procés s'assegurarà la construcció d'aprenentatges significatius que consistiran en establir relacions entre el nou contingut i els esquemes de coneixement ja existents i utilitzarem les metodologies actives i inclusives, a més de l'aprenentatge cooperatiu. Moltes vegades també treballarem per aconseguir un objectiu (repte) on cada alumne o grup d'alumnes haurà de buscar la manera d'aconseguir-ho.

L'organització de grups i de tasques està íntimament relacionada amb els objectius que vulguem plantejar realitzant tasques diverses per aconseguir el màxim d'activitat física així com la motivació per seguir practicant fora de l'escola. Realitzarem:

- Activitats d'avaluació i co-avaluació per veure si s'han assolit els continguts, posar-los en comú i compartir aquests criteris d'avaluació dels diferents aprenentatges de cada unitat didàctica amb els alumnes i així poder millorar.
- Activitats de coneixements previs per veure el nivell de partida del nostre alumnat.
- Activitats de consolidació per ajudar-los a anar assolint els objectius.
- Activitats de reforç o ampliació en cas que siguin necessàries.

Es treballaran els eixos transversals i les competències de l'àmbit digital i l'àmbit de la comunicació de manera que totes les activitats on calgui usar la llengua, oral o escrita, a més d'altres tècniques comunicatives estaran lligades a la pràctica, ja sigui perquè doten l'alumnat 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 realitzades.