

## PROGRAMACIÓ CURTA

<b>Departament: EDUCACIÓ FÍSICA</b>	<b>Estudis</b>
<b>Matèria: EDUCACIÓ FÍSICA</b>	<b>Curs: 4t ESO</b>
<b>Professor/a:</b> 4t A, C i E Glòria Madrigal 4t B, D i F Núria Capellas Pi	<b>Hores/setmana: 2 Hores/Setmana</b>

### PROGRAMACIÓ I TEMPORITZACIÓ

UD 1	El running, un recurs a l'institut	1r trimestre
UD 2	Un esport en valors, el rugbi	1r Trimestre
UD 3	Força-resistència i hàbits saludables	2n Trimestre
UD 4	Ens divertim en els esports de raqueta	2n Trimestres
UD 5	Escalfem per un esport col·lectiu	3r Trimestre
UD 6	Organitza i coopera en l'organització de campionats esportius	3r Trimestres

### CRITERIS GENERALS D'AVUACIÓ I RECUPERACIÓ

Hem de tenir present que l'avaluació estem modificant per adaptar-la al nou decret publicat el mes de juliol 2018.

**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.

**La nota d'Educació Física trimestral** sortirà de fer la mitjana de les dues unitats didàctiques realitzades, i d'aquesta nota se li pujarà o baixarà segons la seva actitud. La nota final de la matèria sortirà de fer la mitjana dels tres trimestres.

**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.

#### **Recuperació d'una avaluació no aprovada:**

\* L'avaluació serà contínua i en cas que l'alumnat suspengui el 1r i 2n trimestre es podrà recuperar assolint el trimestre següent amb un nivell d'assoliment satisfactori però 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 de tot el curs.

\* En el cas de No Assolir les competències de la matèria al juny l'alumne anirà a les proves extraordinàries de juny.  
El professorat del Departament d'Educació Física es reserva el dret de modificar aquest document durant el curs, i informar degudament als alumnes.

## MATERIALS

- Per realitzar la classe d'Educació Física cal portar::
  - sabatilles esportives i mitjons esportius
  - samarreta de l'institut
  - pantaló esportiu
  - cabell recollit
  
- A l'acabar la classe d'EF, s'ha de:
  - rentar amb aigua i sabó cara, mans i axil·les. En el cas que es dutxin es tindrà en compte positivament a la nota del trimestre
  
  - canviar de roba, com a mínim la samarreta

## METODOLOGIA

Utilitzarem metodologies que contribueixen a l'assoliment de les competències. Un alumne és competent quan pren consciència del que s'ha après, com s'ha après i per a què s'ha après.

Nosaltres des d'Educació Física intentarem integrar els diferents tipus de continguts i desenvolupar-los per fer front a situacions diverses i actuar de forma eficaç, moltes vegades també treballarem per aconseguir un objectiu (repte), on cada alumne o grups d'alumnes haurà de buscar la manera d'aconseguir-lo.

Moltes de les activitats plantejades a classe es relacionen perquè puguin fer activitat física de manera autònoma a fora de l'institut.

A les classes també es té en compte la diversitat dels alumnes depenent de com estan físicament. En moltes de les activitats s'intenta que cada alumne treballi segons les seves possibilitats.

En relació a l'avaluació, es comparteix amb els alumnes els criteris d'avaluació de cada unitat didàctica, de vegades treballem amb coavaluació per tal de posar en comú els aprenentatges o no aprenentatges de cada alumne i poder millorar.