

PROCEDIMENTS I CRITERIS D' AVALUACIÓ

CRITERIS D' AVALUACIÓ	
Etapa:ESO	Curs/cicle: 1R
ÀREA:EDUCACIÓ FÍSICA	
<ul style="list-style-type: none">• Identificar les parts d'una sessió d'activitat física i l'objectiu de cadascuna.• Conèixer el significat de la condició física i reconèixer les qualitats físiques com a qualitats de millora.• Incrementar el nivell individual de condició física per millorar la salut pròpia.• Millorar l'execució dels aspectes tècnics bàsics d'un esport individual, acceptant el nivell assolit.• Millorar l'execució tècnica i tàctica d'un esport col·lectiu, demostrant haver comprès les fases del joc (atac i defensa) i el respecte per les normes del joc.• Elaborar i expressar missatges de forma col·lectiva, utilitzant tècniques com el mim, el gest, la dramatització o altres, i mostrar desinhibició en les activitats d'expressió corporal.• Mostrar habilitat i respecte per a la realització d'activitats en el medi natural.• Mostrar hàbits higiènics i posturals saludables relacionats amb l'activitat física i la vida quotidiana.	

CRITERIS D' AVALUACIÓ

Etapa:ESO

Curs/cicle: 2N

ÀREA:EDUCACIÓ FÍSICA

- Identificar els objectius de l'escalfament i recopilar activitats, estiraments i exercicis de mobilitat articular apropiats per a l'escalfament.
- Incrementar el nivell individual de condició física per millorar la salut.
- Valorar la freqüència cardíaca com a indicador de la intensitat de l'esforç.
- Millorar l'execució dels aspectes tècnics d'un esport individual.
- Manifestar actituds de cooperació, tolerància i esportivitat en els esports i jocs col·lectius.
- Mostrar autocontrol i participació en les activitats d'oposició.
- Crear i posar en pràctica una seqüència harmònica de moviments corporals a partir d'un ritme triat.
- Conèixer la importància de la pràctica d'activitats a la natura.
- Cercar informació de diferents mitjans i recursos per planificar les sortides al medi natural.

CRITERIS D' AVALUACIÓ

Etapa:ESO

Curs/cicle: 3R

ÀREA:EDUCACIÓ FÍSICA

- Planificar i posar en marxa un escalfament general.
- Relacionar les activitats físiques amb els efectes que produeixen en els diferents aparells i sistemes del cos humà, especialment amb aquells que són més rellevants per a la salut.
- Incrementar el nivell individual de condició física per millorar la salut, participant en les activitats que es proposen i identificant quina és la qualitat física susceptible de millora. Reconèixer a partir de la mesura de la freqüència cardíaca i la intensitat del treball fet.
- Reflexionar sobre la importància d'una alimentació equilibrada i les variacions de demanda segons l'activitat física que es desenvolupa.
- Fer de forma autònoma recorreguts en el medi natural, utilitzant l'equipament, eines i tècniques d'orientació adients. Mostrar una actitud de respecte pel medi natural.
- Resoldre situacions de joc en un o més esports col·lectius, aplicant coneixements tècnics i tàctics.
- Millorar l'execució dels aspectes tècnics d'un esport individual.
- Mostrar una actitud crítica davant del tractament de l'esport i l'activitat física en la societat actual.
- Crear i posar en pràctica seqüències de moviments, individualment i col·lectiva, amb i sense suport musical.
- Utilitzar els tipus de respiració i les tècniques i mètodes de relaxació com a mitjà per a la reducció de desequilibris i minimitzar les tensions produïdes en la vida quotidiana.

CRITERIS D' AVALUACIÓ

Etapa:ESO

Curs/cicle: 4T

ÀREA:EDUCACIÓ FÍSICA

- Planificar i posar en pràctica escalfaments autònoms per a una activitat concreta.
- Incrementar el nivell individual de condició física per millorar la salut, a partir del coneixement de sistemes i mètodes d'entrenament.
- Participar en l'elaboració d'un pla de treball per a la millora de la condició física.
- Fer exercicis de condicionament físic atenent a criteris de correcció postural com a estratègia per a la prevenció de lesions.
- Participar de forma activa en activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari.
- Participar en l'organització i posada en pràctica de torneigs o competicions esportives.
- Participar de forma constructiva en la creació i realització de coreografies amb suport musical.
- Utilitzar la respiració i la relaxació com a mètodes d'alliberament de tensions.
- Planificar una activitat en el medi natural, seleccionant l'equipament adient, seguint les normes bàsiques de seguretat i cercant informació significativa de la zona en relació amb les activitats a desenvolupar.

PROCEDIMENTS D' AVALUACIÓ

AVALUACIÓ INICIAL

Al principi del curs es realitzarà una bateria de proves per conèixer quin és l'estat físic de cada alumne. Aquesta bateria s'anirà realitzant en cada trimestre, de tal manera que els alumnes sempre coneixeran quin és el seu estat físic en períodes de tres mesos.

AVALUACIÓ FORMATIVA – CONTINUA

Durant el trimestre és molt important que l'alumne participi a la classe, porti la roba per realitzar la pràctica esportiva i tingui una actitud positiva davant l'esport.

Quan es realitzi un esport determinat, l'alumne pot acumular diferents notes basades en els aspectes tècnics desenvolupats. També obtindrà una actitudinal quan el professor ho consideri necessari.

AVALUACIÓ FINAL

Està formada per tres parts:

- **PROCEDIMENTS O COMPETÈNCIA DE CONEIXEMENT I INTERACCIÓ AMB EL MÓN:** es valora amb el 50% de la nota i té a veure amb les proves de condició física i evolució en els diferents esports practicats
- **CONCEPTES QUE ENGLOBA LA COMPETÈNCIA COMUNICATIVA, CREATIVA I ARTÍSTICA:** es valora amb el 20% i es basa en les noves metodologies de l'ensenyament, específicament en l'APRENTAGE BASAT EN PROBLEMES. És molt important aquesta part degut a que els alumnes han de superar un 3 en aquest treball per tal de que la resta de notes tinguin efecte
- **ACTITUDS QUE ENGLOBA LA COMPETÈNCIA SOCIAL I CIUTADANA I APRENDRE A APRENDRE:** es valora amb un 30% i té a veure amb l'actitud, l'esforç, la perseverança i el respecte per les normes

RECUPERACIONS

La nota final de l'assignatura ha de ser superior a 5.

En el cas de que algun alumne no superi la nota final de 5, haurà de recuperar els tres trimestres de l'assignatura. La recuperació es basarà en els continguts de treball cooperatiu que hagin fet durant el curs. Poden presentar feina extra per tal de que la nota es divideixi entre aquesta feina i la prova final.

ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

Els alumnes que requereixen necessitats específiques pel seu correcte aprenentatge tindran dissenyades adaptacions en forma d'exempció de proves físiques si fos el cas, o bé adaptacions en la part més conceptual de l'assignatura.

De totes maneres, s'estudiarà cada cas de manera individual per saber quin és el millor camí cap a l'èxit dels nostres alumnes.