



---

**MATÈRIA:** Educació Física

**CURS:** 1r ESO

### **CRITERIS D'AVALUACIÓ**

- Diferenciar les parts d'una sessió d'activitat física i l'objectiu de cadascuna.
- Comprendre el significat de la condició física i de les qualitats físiques bàsiques com a qualitats de millora.
- Incrementar el nivell individual d'activitat física per millorar la salut pròpia.
- Mostrar hàbits higiènics i posturals saludables relacionats amb l'activitat física i la vida quotidiana.
- Aplicar les bases d'una alimentació adequada per a l'activitat física i esportiva i la vida quotidiana.
- Valorar les activitats físiques i esportives com una eina de millora per a la salut individual, acceptant el nivell assolit.
- Identificar i adquirir els hàbits principals associats a una manera de viure saludable.
- Practicar un esport individual tenint en compte els aspectes tècnics, acceptant el nivell assolit.
- Practicar un esport d'adversari tenint en compte els aspectes tècnics, acceptant el nivell assolit.
- Practicar un esport col·lectiu tenint en compte l'execució tècnica i tàctica, demostrant haver comprès les fases del joc (atac i defensa) i el respecte per les normes del joc.
- Participar de forma activa en activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari, mostrant actituds d'autocontrol, respecte i acceptació de les normes.
- Aprofitar les possibilitats de l'entorn proper per ocupar el temps de lleure.
- Valorar la importància de la pràctica d'activitat física saludable en el temps de lleure.



- Respectar i valorar el medi natural com a espai idoni per a la realització d'activitats físiques.
- Expressar emocions i sentiments a través del cos.
- Realitzar activitats amb suport musical mostrant respecte per les diferències individuals.
- Organitzar l'espai propi i compartit a partir del llenguatge corporal.

## **AVALUACIÓ**

### **EINES I SISTEMA D'AVAUACIÓ**

Per aprovar s'ha de tenir una nota mínima de 5.

#### **1. Aspectes de contingut teòric, pràctic, tècnic, tàctic i de condició física**

Nota mitja dels registres obtinguts de les observacions i treballs relacionats amb els criteris d'avaluació.

Les activitats d'avaluació reflectides a les diferents unitats didàctiques son una proposta que després el professor posarà en pràctica o no. És a dir no és obligatori que totes es duguin a terme però sí al menys una de les que en aquesta programació apareixen.

#### **La valoració d'aquests registres representarà el 60% de la nota**

Les sessions de classe pràctica no realitzades per baixa física o absència es valoraran amb un dossier documental de la unitat o unitats no realitzades o amb una prova teòrica. L'avaluació s'adaptarà en funció del temps d'incapacitat de l'alumne.

#### **2. Aspectes de valors, implicació personal i responsabilitat personal.**

Observacions i registres del professor sobre les normes de funcionament de les sessions. Les anotacions negatives per incompliment resten puntuació. Tres impliquen tenir 0 punts a l'apartat corresponent

- Portar la roba esportiva que indica el departament d'Educació Física: roba i calçat esportiu adient per poder fer la classe pràctica sense cap tipus d'impediment.
- Canviar-se de roba en acabar la sessió.
- Participació activa en la sessió. Els negatius tindran repercussió en la qualificació final
- Tenir cura del material esportiu i col·laborar en la recollida
- Respectar la formació de grups en les activitats

Les sessions de classe pràctica no realitzades per baixa física o absència es valoraran amb la participació de l'alumne en tasques organitzatives d'ajuda als companys o al professor. L'avaluació s'adaptarà en funció del temps d'incapacitat de l'alumne.

#### **Aquest segon bloc es valorarà amb un 40% de la nota**

*Important*

*Assistència i participació en les sessions. En cas de malaltia o indisposició temporal s'ha de seguir la sessió segons les possibilitats físiques i portar la roba esportiva*



Aspectes a tenir en compte:

- S'acorda per consens del departament que no es realitzarà la nota mitjana dels exàmens si la nota d'algun d'ells és inferior a 3.
- Per aprovar la matèria s'han d'aprovar com a mínim 2 trimestres i un d'ells ha de ser l'últim.

<b>Aspectes de contingut teòric, pràctic, tècnic, tàctic i de condició física</b>	60%
<b>Aspectes de valors, implicació personal i responsabilitat personal.</b>	40%

## SISTEMA DE RECUPERACIÓ

### Prova de millora

En cas de no superar l'avaluació final contínua, es farà una prova de millora dels trimestres suspesos al mes de juny.

### Prova extraordinària

Si l'alumne/a no aprova la millora, per recuperar la matèria al setembre haurà de:

- realitzar els deures d'estiu (20%)
- presentar-se a la prova escrita extraordinària (80%).

### Recuperació de pendents

Per recuperar la matèria d'Educació Física de 1r en el curs següent, l'alumne/a ha d'aprovar el primer i el segon trimestre de la matèria del curs actual. En cas contrari, haurà de presentar-se a un examen extraordinari que se celebrarà en el transcurs del tercer trimestre, al voltant del mes d'abril. Si no aprovés a l'abril hauria de presentar-se a les proves extraordinàries del mes de setembre.

## NORMATIVA

Currículum ESO: Decret 187/2015 – DOGC núm. 6945  
<http://xtec.gencat.cat/ca/curriculum/eso/curriculum/>