

**PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA. CURS 2019 – 2020.
4t ESO**

Professorat que imparteix el nivell	
Nom i llinatges	Grup
JOSEP BARCELÓ ALOMAR	4 A, B, C, D i E

1.- Distribució i seqüenciació dels continguts.

Distribució dels continguts durant el curs 4t ESO		
1a avaluació	2a avaluació	3a avaluació
<p>1. AUTONOMIA. ETS CAPAÇ DE PLANIFICAR-TE?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrenament de la Condició física general. - Beneficis d'una bona condició física. <p>- FORÇA I RESISTÈNCIA.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tipus i Característiques. - Mètodes d'entrament. <p>- PRINCIPIS DE L'ENTRENAMENT.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Funció. - Principis fisiològics i pedagògics. <p>2. ESPORT I SOCIETAT.</p> <ul style="list-style-type: none"> - C.F. específica d'un esport. - Demandes físiques del volei. - Desenvolupament de les qualitats. <p>- ESCALFAMENT ESPECÍFIC.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parts: Exercicis específics. <p>- EL VOLEIBOL.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elements tècnics i Reglament. - Principals sistemes ofensius i defensius. 	<p>3. ESPERIT CRÍTIC.</p> <p>- MITES RELACIONATS AMB EL CULTA AL COS.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Què és un mite?. - Recerca de mites i Exposició en petits grups de treball. <p>- HIGIENE POSTURAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Postura correcta i incorrecta. <p>- Funció de la musculatura.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potenciar musculatura - estirar musculatura. <p>4. ELS VALORS DELS GUANYADORS.</p> <p>- ESPORTS ADAPTATS.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Què és un esport adaptat?. - Tipus d'esports adaptats. - Pràctica d'esports adaptats. <p>- PARAOLIMPISME.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Quan neix?. Evolució. - Xerrada esportista paralímpic. <p>5. POLÍTICA I ESPORT.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exposicions per parelles. <p>- EL BÀDMINTON.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elements tècnics. - Competicions individuals, dobles i mixtes. 	<p>6. CATARSI, ESBARJO I RELACIÓ. BALLS DE SALÓ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferents tipus de ball. - Orígens i trets identificatius. <p>- TÈCNiques DE 1rs AUXILIS.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Actuació enfront principals emergències. - Pràctica de les principals tècniques.

2.- Criteris d'avaluació. Estratègies i procediments d'avaluació d'ensenyament –

aprenentatge.

1r Trimestre		
Unitat didàctica	Criteris d'avaluació	Instruments d'avaluació
AUTONOMIA. Condicció física general. Planificació i Principis de l'entrenament	BLOC 1: 1(1,2,3,4) 2 (1,2,3,4) BLOC 5: 1 (1,2,3) 5 (1,2,3)	Registre diari de Participació i compliment de normes. Treball de planificació, Exercicis teòrics – pràctics. Elaboració i aplicació d'una sessió en petit grup, prova escrita.
ESPORT I SOCIETAT. Voleibol Condicció física específica. Escalfament específic	BLOC 2: 1(1,2,3) 2 (1,2,3,4,5,6), 3(1,2,3) BLOC 5: 1(1,2,3), 3 (1,2,3) 5 (1,2,3)	Full de registre anecdòtic. Direcció d'escalfaments específics. Circuit tècnic (coavaluació). Joc reduït. Prova teòrica.

2n Trimestre		
Unitat didàctica	Criteris d'avaluació	Instruments d'avaluació
ESPORTS ADAPTATS	BLOC 2: 1(1,2,3) 2 (1,2,3,4,5,6), 3(1,2,3) BLOC 5: 3 (1,2,3) 5 (1,2,3)	Full de registre anecdòtic. Treball de recerca i exposició. visionar i comentar vídeos.
ESPORTS RAQUETA	BLOC 2: 1(1,2,3) 2 (1,2,3,4,5,6),3(1,2,3) BLOC 5: 1(1,2,3), 3 (1,2,3) 5 (1,2,3)	Registre diari de participació i compliment de normes. Exercicis teòrics - pràctics, prova escrita, Treball de recerca i/o anàlisi.
ESPERIT CRÍTIC. HIGIENE POSTURAL. MITES RELACIONATS AMB EL CULTE AL COS	BLOC 1: 1(1,2,3,4) 2 (1,2,3,4) BLOC 5: 1 (1,2,3), 2 (1,2,3),3 (1,2,3), 5 (1,2,3)	Fitxes pràctiques, Prova teòrica. Prova pràctica d'execució d'exercicis. Treball de recerca i anàlisi crític.

3r Trimestre		
Unitat didàctica	Criteris d'avaluació	Instruments d'avaluació
BALLS DE SALÓ	BLOC 3: 1(1,2,3) BLOC 5: 5 (1,2,3)	Full de registre anecdòtic. Full individual de progressió (autoavaluació). Coreografia. Treball de recerca i/o anàlisi.
1RS AUXILIS	BLOC 5: 1(1,2,3), 2 (1,2,3), 3 (1,2,3), 5 (1,2,3)	Experimentar diferents situacions. Treball de recerca.

2.1.- Estàndards d'aprenentatge avaluable.

Criteris i instruments de qualificació i d'avaluació	
Nombre mínim de parcials per avaluació	1

<p>► Conceptes: s'han de complir els criteris mínims següents:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La presentació d'un treball teòric complint els requisits mínims. 2. Superar les proves avaluables amb una nota mínima de 4. 3. Lliurar les tasques ben presentades i en la data establerta. 4. Presentar-se a la prova escrita sense justificació. <p>* El no compliment d'aquests criteris suposarà obtenir una nota màxima de 3 en l'avaluació. No es farà mitjana en la resta de proves avaluables.</p>	30%
<p>► Procediments: s'han de complir els criteris mínims següents:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realitzar totes les proves pràctiques avaluables. 2. Superar les proves avaluables amb una nota mínima de 4. 3. Realitzar i participar activament a les classes pràctiques. 4. En cas d'alumnes lesionats de llarga durada, s'adaptarà el contingut a desenvolupar a les característiques de la lesió. També es modificarà el percentatge d'avaluació de cada part de l'assignatura. <p>* El no compliment d'aquests criteris suposarà obtenir una nota màxima de 3 en l'avaluació. No es farà mitjana en la resta de proves avaluables.</p>	50%
<p>► Actituds: compliment dels criteris mínims:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Assistir a classe amb regularitat. 2. Esforçar-se a classe per a autosuperar-se. 3. Tenir una actitud d'escolta, d'interès cap a les classes. 4. Dur el material adient per a dur a terme la sessió. 5. Respectar les normes del departament, el professor/a, companys/es, el material i les instal·lacions. <p>* El no compliment d'aquests criteris suposarà obtenir una nota màxima de 3 en l'avaluació. No es farà mitjana en la resta de proves avaluables.</p>	20%

*** Nota mínima per fer mitjana en l'avaluació:** La **qualificació final** de l'avaluació s'obtindrà de la mitjana ponderada de les tres parts que formen l'assignatura, sempre i quan es compleixin els criteris mínims de cada part.

*** La qualificació final de juny** s'obtindrà de la mitjana de les 3 avaluacions. Per aprovar l'assignatura és necessari aprovar un mínim de dues avaluacions i tenir la mitjana de les tres avaluacions aprovada. **No obstant, si tenim una o més avaluacions amb una nota de 3 o inferior no es farà mitjana, haurem de recuperar l'avaluació en el mes de juny.**

Aquells alumnes amb sols una avaluació suspesa, sempre i quan la nota mínima sigui de 4, **podran OPTAR a no recuperar.** La nota final serà de la mitjana de les 3 avaluacions. Això sí, si volen pujar la mitjana podran recuperar les parts suspeses. No obstant, la nota d'aquesta part (examen, treball teòric...) és **APTA, una nota de 5, o NO APTA**, la qual cosa suposa quedar-se amb la mateixa nota d'avaluació obtinguda.

***NOTA:** *els alumnes que participen a la carrera popular "sa llego" obtindran 1 punt més a la nota final de la segona avaluació. sempre i quan la seva nota sigui igual o superior a 5.*

2.2.- Procediments de recuperació.

Procediments de recuperació

Exercicis de recuperació (exàmens i/o tasques) en el mes de juny: les darreres sessions del mes de juny s'empraran per a fer recuperacions de cada part que no s'hagi assolit (teòric i/o pràctic). En funció de la /les parts suspeses, la recuperació consistirà:

A) PART CONCEPTUAL NO SUPERADA podrà constar de:

- Lliurar les tasques teòriques i/o treballs pendents
- Prova escrita

Per superar l'assignatura s'ha d'obtenir una nota d'igual o superior a 5. Si es superen les proves conceptuals pendents, la nota final de l'avaluació recuperada serà de 5. En cas de NO superar-les, tindrà la possibilitat de recuperar-les en la convocatòria de setembre.

B) PART PROCEDIMENTAL NO SUPERADA consistirà en realitzar aquelles proves pràctiques no superades o no realitzades. Si es superen les proves pràctiques pendents, la nota final de l'avaluació recuperada serà de 5. En cas de NO superar-les, tindrà la possibilitat de recuperar-les en la convocatòria de setembre.

*** No podran optar a la recuperació del juny aquells alumnes amb les 3 avaluacions suspeses.** Aquests casos hauran de recuperar l'assignatura en la convocatòria de setembre.

Exercicis de recuperació (exàmens i/o tasques) en el mes de setembre:

L'alumnat que no superi l'assignatura en finalitzar l'avaluació ordinària, tindrà possibilitat de realitzar la recuperació de la/les parts suspeses, ja siguin conceptuals i/o procedimentals en la prova extraordinària de setembre.

Les **recuperacions de setembre** es faran de tota la part conceptual i /o procedimental. La nota dependrà de la **nota final de juny, 30%; de la tasca encomanada d'estiu 30% i proves escrites i/o pràctiques 40%.**

La nota final s'obtindrà de la mitjana de les 3 parts.

Matèries pendents

Protocol de pendents: El professor/a de l'alumne en el curs vigent explicarà el pla de recuperació a l'alumnat amb l'educació física pendent durant el mes d'octubre. Aquests alumnes hauran de firmar un full per tal d'estar assabentats de l'àrea pendent.

Els criteris adoptats pel Departament consisteixen:

- A)** Aprovar les dues primeres avaluacions del present curs.

B) En cas de **No aprovar** alguna de les dues avaluacions seguirem el següent protocol:

1. Si no aprova la 1a avaluació, es lliurarà a l'alumna una primera feina a realitzar (treballs, qüestionari de preguntes...) amb una data límit a lliurar al seu professor/a del curs actual.

Si realitza la feina 1 correctament i en la data assenyalada superarà una part de l'assignatura.

2. Si no aprova la 2a avaluació, es seguirà amb el mateix protocol. Es lliurarà a l'alumna una segona feina a realitzar (treballs, qüestionari de preguntes...) amb una data límit a lliurar al seu professor/a.

Si realitza la feina 2 correctament i en la data assenyalada superarà l'assignatura pendent.

3. La **part procedimental i actitudinal** s'avaluaran seguint els mateixos criteris del curs actual.

C) Si No supera l'assignatura seguint aquest protocol, tindrà una **nova convocatòria en el mes de setembre** que consistirà en: una prova escrita 50% i lliurar les feines ben completades i presentades 50%. La nota final s'obtindrà de la mitjana de les dues parts.

3.- Materials i recursos didàctics.

Materials didàctics	
Altres recursos	Tots els apunts teòrics, articles, fitxes, etc. que feim servir per a desenvolupar els continguts de l'àrea estan penjats al moodle (aula virtual).

4.- Activitats complementàries i extraescolars.

Activitats complementàries i extraescolars + preu aproximat		
	2ª avaluació	Preu
	Esquiada, 1ª setmana de febrer. Dependrà de pressupost de les dates elegides, cercant relació dates/preu.	650 euros aprox.