

## PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA. 4t ESO. CURS 2020 – 2021

Aquest document ha d'anar acompanyat de l'annex on hi apareguin les orientacions metodològiques, contribució de la matèria al desenvolupament de les competències, objectius específics, continguts, criteris d'avaluació i estàndards d'aprenentatge avaluable del currículum d'ESO i/o Batxillerat.

Accés a l'annex editable en Word del currículum de cada matèria: [Decret 34/2015, de 15 de maig \(ESO\)](#), [Decret 35/2015, de 15 de maig \(Batxillerat\)](#). És a dir, heu d'emplenar aquest document de programació i hi heu d'adjuntar el document del currículum de la matèria corresponent, editat així com es demana als apartats 2.1, 2.3 i 4.

Professorat que imparteix el nivell	
Nom i llinatges	Grup
Joan Pons Porquer	4t ESO A, B, C, D i E

### 1. Continguts / aprenentatges.

#### 1.1 Distribució i seqüenciació d'aprenentatges.

Distribució dels continguts durant el curs					
1a avaluació	Bloc	2a avaluació	Bloc	3a avaluació	Bloc
UD 1. Escalfament personal.	5	UD. 4 CF saludable "llego" (falsos mites, ed. postural)	1	UD 7. Volei	2
UD 2. Autonomia, ets capaç de planificar-te?	1	UD 5. Bàdminton (política i esport)	2	UD 8. PPAA	5
UD 3. Alimentació esportiva	1	UD 6. Ball de saló	3		

#### 1.2 Aprenentatges, instruments d'avaluació i criteris de qualificació dels aprenentatges durant el curs: (remarcats en negre tenim els aprenentatges bàsics)

**1a avaluació (18 de setembre a 22 de desembre)**

UD	Aprentatges	CCC	Instrument d'avaluació	Criteri qualificació
<b>1</b>	Executar de manera autònoma un escalfament específic segons l'activitat posterior.	SIEE CSC	Fitxa escalfament personalitzada.	**
	Executar de manera autònoma una tornada a la calma segons l'activitat realitzada durant la sessió.	SIEE CSC	Fitxa rutina tornada a la calma.	*
	Utilitzar les TIC per seguir l'assignatura i augmentar les possibilitats del tractament de la informació i presentació d'aquesta.	CD	Rúbrica TIC.	**
	Participar activament en la pràctica diària.	SIEE CSC	Registre diari.	***
	Participar activament en l'higiene corporal individual i col.lectiva	CSC	Registre diari.	*
<b>2</b>	Elaborar i posar en pràctica un pla de treball de diferents capacitats físiques relacionades amb la salut (prèvia feina de valorar la pròpia aptitud física)	AA CMCBCT CSC SIEE	Rúbrica pla d'entrenament. Examen.	***
	Classificar els tipus de contraccions musculars i relacionar-los amb diferents exercicis.	CMCBCT	Examen.	*
	Incorporar al pla d'entrenament els fonaments posturals i funcionals que promouen la salut.	SIEE	Rúbrica pla d'entrenament.	*
	Participar activament en la pràctica diària.	SIEE CSC	Registre diari. Autoavaluació.	***
	Participar activament en l'higiene corporal individual i col.lectiva	CSC	Registre diari.	*
<b>3</b>	Valorar la necessitat d'alimentar-se i hidratar-se per dur a terme diferents tipus d'activitat física.	CMCBCT	Rúbrica tasca dieta. Examen.	*

**En situació de semipresencialitat o classes a distància alguns aprenentatges poden variar l'instrument d'avaluació i el criteri de qualificació.**

**En situació d'haver de fer classes a distància s'utilitzarà el google meet un mínim d'1 cop cada 15 dies.**

## 2a avaluació (8 de gener a 31 de març)

UD	Aprentatges	CCC	Instrument d'avaluació	Criteri qualificació
4	Desenvolupar el treball compensatori per millorar la CF general i evitar lesions.	CMCBCT	Examen.	*
	Superar la prova de 40' de CC sense caminar.	CSC	Prova pràctica.	**
	Valorar els efectes negatius d'hàbits no aconsellables (fumar, sedenterisme, alcohol,...)	CL	Examen.	*
	Participar activament en la pràctica diària.	SIEE CSC	Registre diari.	***
	Participar activament en l'higiene corporal individual i col.lectiva	CSC	Registre diari.	*
5	Aprendre i perfeccionar els aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris del bàdminton.	CSC	Prova pràctica. Examen.	**
	Organitzar i gestionar un torneig d'algun dels esports elegints.	AA CSC	Prova pràctica org. torneig.	*
	Col.laborar i participar en les tasques en grup, ja sigui a nivell pràctic com a nivell organitzatiu.	CSC	Autoavaluació.	**
	Valorar el poder mediàtic i consumiste que poden tenir alguns esports.	CL CSC	Examen.	*
	Participar activament en la pràctica diària.	SIEE CSC	Registre diari.	***
	Participar activament en l'higiene corporal individual i col.lectiva	CSC	Registre diari.	*
6	Elaborar composicions de caràcter artísticexpressiu seleccionant les tècniques del ball de saló.	CEC	Prova pràctica.	**
	Executar el ball practicat seguint les consignes marcades (ritme, vestimenta, organització, música,...)	CEC	Prova pràctica. Coavaluació.	**
	Col.laborar en el disseny i la realització de muntatges de ball de saló.	CSC AA	Coavaluació.	*
	Participar activament en la pràctica diària.	SIEE CSC	Registre diari. Autoavaluació.	***
	Participar activament en l'higiene corporal individual i col.lectiva	CSC	Registre diari.	*

**En situació de semipresencialitat o classes a distància alguns aprenentatges poden variar l'instrument d'avaluació i el criteri de qualificació.**

**En situació d'haver de fer classes a distància s'utilitzarà el google meet un mínim d'1 cop cada 15 dies.**

### 3a avaluació (12 d'abril a 22 de juny)

UD	Aprenentatges	CCC	Instrument d'avaluació	Criteri qualificació
7	Aprendre i perfeccionar els aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris del volei.	CSC	Prova pràctica. Examen.	**
	Organitzar i gestionar un torneig d'algun dels esports elegints.	AA CSC	Prova pràctica org. torneig.	**
	Col.laborar i participar en les tasques en grup, ja sigui a nivell pràctic com a nivell organitzatiu.	CSC	Autoavaluació.	*
	Valorar el poder mediàtic i consumiste que poden tenir alguns esports.	CL CSC	Examen.	*
	Participar activament en la pràctica diària.	SIEE CSC	Registre diari. Autoavaluaició	***
	Participar activament en l'higiene corporal individual i col.lectiva	CSC	Registre diari.	*
8	Aplicar tècniques bàsiques de 1r auxilis.	SIEE CSC	Presentació oral. Examen.	*
	Utilitzar les TIC per seguir l'assignatura i augmentar les possibilitats del tractament de la informació i presentació d'aquesta.	CD	Rúbrica TIC.	**

**En situació de semipresencialitat o classes a distància alguns aprenentatges poden variar l'instrument d'avaluació i el criteri de qualificació.**

**En situació d'haver de fer classes a distància s'utilitzarà el google meet un mínim d'1 cop cada 15 dies.**

#### 1.3 Criteris de promoció:

- Tenir tasques o pràctiques sense entregar o sense realitzar implicarà no poder aprovar el trimestre.
- Les tasques entregades fora de termini seran penalitzades a la nota.
- La **qualificació final de juny** s'obtindrà de la mitjana de les tres avaluacions.
- Cada aprenentatge tindrà el seu valor de la nota segons el temps dedicat a classe.

#### 1.4 Criteris de recuperació:

Procediments de recuperació
<p><b>Recuperació d'aprenentatges en cada trimestre:</b> les darreres sessions de cada trimestre s'empraran per fer recuperacions dels aprenentatges que no s'hagin assolit durant el trimestre. El professor informará a l'alumnat com ha de recuperar aquest l'aprenentatge.</p>
<p><b>Exercicis de recuperació en el mes de setembre:</b> L'alumnat que no superi l'assignatura en finalitzar l'avaluació ordinària, tindrà possibilitat de realitzar la recuperació en la prova extraordinària de setembre. En la <b>recuperació extraordinària de setembre</b> la nota dependrà de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'evolució de l'alumne durant el curs = 20%</li> </ul>

- La tasca encomanada durant l'estiu = 50%
- Prova escrita i/o pràctica = 30%

Si la nota de l'avaluació extraordinària és inferior a la nota de juny, es mantindria aquesta última. En cas que la nota de setembre sigui superior serà la nota definitiva.

La nota final s'obtéindrà 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'alumnat 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'alumnat 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.

**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'obtéindrà de la mitjana de les dues parts sempre.

**2. Objectius prioritaris. (Document annex: Es ressalten en blau els objectius del currículum que es prioritzen, per la seva aportació al desenvolupament de les competències aprendre a aprendre, digital i lingüística)**

**3.- Contribució de la matèria a l'adquisició de les competències clau. (Veure document annex).**

**4.- Materials i recursos didàctics.**

Materials didàctics	
Altres recursos	Gmail corporatiu del centre i totes les apps associades (classroom, calendar, meet, ...)

**5.- Activitats complementàries i extraescolars.**

Activitats complementàries i extraescolars + preu aproximat	
2ª avaluació	Preu
Esquiada??? Situació COVID19	650€