

ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA		CICLE: SEGON
COMPETÈNCIA ESPECÍFICA	CRITERIS D'AVALUACIÓ	
CE1 Identificar i incorporar hàbits saludables bàsics en la vida quotidiana, desenvolupant un estil de vida actiu, a través de l'activitat física regular i adequada.	Incorporar hàbits saludables relacionats amb l'activitat física i l'alimentació que contribueixen a la millora de la salut física, mental i emocional, i identificar els principals efectes negatius d'una dieta desequilibrada. Incorporar progressivament mesures d'higiene postural i de prevenció d'accidents.	
CE2 Mostrar consciència i control dels elements fonamentals de la corporalitat en la resolució de situacions motrius variades des d'un plantejament crític.	Prendre consciència de la corporalitat amb les possibilitats i limitacions, en diferents accions motrius individual. Mostrar un progressiu control corporal adequat a diferents contextos i tipus d'accions motrius	
CE3 Resoldre reptes i situacions motrius fent ús de les capacitats físiques, les perceptivomotrius i les habilitats motrius en diferents contextos de la vida quotidiana, a través de l'activitat física i del joc.	Executar desplaçaments, salts, girs i altres accions motrius de manera coordinada, facilitant el desenvolupament motriu en situacions controlades de joc i activitat física en entorns estables i coneguts, a través d'accions motrius individuals, de cooperació, d'oposició o de col·laboració-oposició. Utilitzar estratègies bàsiques de joc en accions motrius individuals, de cooperació, d'oposició o de col·laboració-oposició, per mitjà de la identificació dels principals valors socials i culturals associats als jocs	
CE4 Participar en l'execució de propostes	Explorar les possibilitats comunicatives del llenguatge	

artísticoexpressives amb aportacions estètiques i creatives pròpies de la cultura motriu a través de la utilització dels recursos expressius bàsics del cos i el moviment.	corporal, participant en dinàmiques guiades d'iniciació a propostes escèniques, coreogràfiques, balls i danses. Executar moviments creatius i expressius amb progressiva desinhibició, que enriqueixen la seva identitat emocional i personal, a través de representacions individuals o grupals senzilles. Participar activament en muntatges artístics senzills i guiats, en ús dels recursos expressius del cos i del moviment.
CE5 Participar activament en l'exploració del patrimoni natural i cultural de l'entorn, a través d'activitats físiques i artísticoexpressives guiades, adoptant mesures de responsabilitat individuals i collectives que afavorisquen la pràctica segura i respectuosa amb el medi.	Dur a terme activitats físiques i artístico expressives en el medi natural o entorns no habituals de manera guiada i controlada, coneixent les tècniques adequades. Identificar mesures de seguretat i accions per a la conservació del medi mitjançant la participació en les activitats inclusives en l'entorn. Participar en activitats físiques i artístico expressives per al coneixement del patrimoni natural i cultural proper a través d'activitats guiades en l'entorn.
CE6 Identificar i explorar recursos tecnològics relacionats amb l'activitat física i la salut, utilitzant-los de manera responsable i segura, sota la supervisió de l'entorn familiar i escolar.	Experimentar amb recursos tecnològics senzills relacionats amb l'activitat física i la salut, en situacions motrius. Fer ús de manera guiada d'algunes aplicacions tecnològiques vinculades a reptes motors, jocs i preesports, identificant els beneficis i els riscos. Participar en diferents propostes físiques i artístico

	expressives de manera guiada, fent ús de la tecnologia i coneixent els nous escenaris de comunicació i aprenentatge.
SABERS 3r	SABERS 4t
Higiene postural i mesures de prevenció d'accidents. Respiració i relaxació. Hàbits saludables d'higiene corporal i postural, d'alimentació i d'hidratació. Beneficis d'un estil vida actiu basat en l'activitat física regular. El valor del descans. Alimentació saludable. Efectes negatius del sedentarisme, la mala alimentació i altres comportaments no saludables. Benestar personal. Respecte, consciència i acceptació del cos propi. Gestió de les emocions. Autoconcepte i autoregulació. Fortaleses i debilitats. Respecte i acceptació de la diversitat de les característiques personals. Jocs i activitat físicoesportives com a pràctica social saludable enfront d'hàbits nocius. Tractament positiu i gestió de la competitivitat. Jocs cooperatius. Sistemes implicats en les activitats motrius: muscular i osteoarticular.	Higiene postural i mesures de prevenció d'accidents. Respiració i relaxació. Hàbits saludables d'higiene corporal i postural, d'alimentació i d'hidratació. Beneficis d'un estil vida actiu basat en l'activitat física regular. El valor del descans. Alimentació saludable. Efectes negatius del sedentarisme, la mala alimentació i altres comportaments no saludables. Benestar personal. Respecte, consciència i acceptació del cos propi. Gestió de les emocions. Autoconcepte i autoregulació. Fortaleses i debilitats. Respecte i acceptació de la diversitat de les característiques personals. Jocs i activitat físicoesportives com a pràctica social saludable enfront d'hàbits nocius. Tractament positiu i gestió de la competitivitat. Jocs cooperatius. Sistemes implicats en les activitats motrius: muscular i osteoarticular.

Recursos tecnològics relacionats amb la salut. Programes d'activitat física: autogestió dels mecanismes per a l'execució (àmbit físic, psicològic i social). Elecció de l'activitat basada en criteris saludables segons l'ús i la finalitat. Rutines d'activació, escalfament i tornada a la calma. Normes de seguretat bàsiques. Coneixement dels principals riscos. Mecanismes de control corporal per a la prevenció de lesions. Equipació adequada. Actuacions i protocols bàsics davant accidents en les activitats físicoesportives: protegir, avisar i socórrer (PAS), posicions de seguretat; reanimació cardiopulmonar (RCP). Consciència de les possibilitats i limitacions personals. Les capacitats físiques bàsiques en l'àmbit lúdic i l'activitat física. L'adaptació i autoregulació de l'esforç a la intensitat i durada de l'activitat. La freqüència cardíaca i respiratòria com a conseqüència de l'esforç realitzat. Consciència i control de l'esquema corporal i la lateralitat.	Recursos tecnològics relacionats amb la salut. Programes d'activitat física: autogestió dels mecanismes per a l'execució (àmbit físic, psicològic i social). Elecció de l'activitat basada en criteris saludables segons l'ús i la finalitat. Rutines d'activació, escalfament i tornada a la calma. Normes de seguretat bàsiques. Coneixement dels principals riscos. Mecanismes de control corporal per a la prevenció de lesions. Equipació adequada. Actuacions i protocols bàsics davant accidents en les activitats físicoesportives: protegir, avisar i socórrer (PAS), posicions de seguretat; reanimació cardiopulmonar (RCP). Consciència de les possibilitats i limitacions personals. Les capacitats físiques bàsiques en l'àmbit lúdic i l'activitat física. L'adaptació i autoregulació de l'esforç a la intensitat i durada de l'activitat. La freqüència cardíaca i respiratòria com a conseqüència de l'esforç realitzat. Consciència i control de l'esquema corporal i la lateralitat. Percepció i estructuració espaciotemporal.
--	--

Percepció i estructuració espaciotemporal. Coordinació general i segmentària. Combinació d'habilitats i creativitat motrius Jocs cooperatius. Jocs alternatius. Jocs modificats. Gestos tècnics bàsics. Ocupació d'espais. Estratègies de progressió, cooperació, oposició i col·laboració-oposició. Identificació i expressió d'emocions i sentiments. Regulació i gestió emocional. El cos expressiu i no violent. Control de la impulsivitat i de les emocions negatives. La relaxació. Esportivitat i joc net. Normes i regles consensuades en situacions de joc. Habilitats socials: escolta activa, treball en equip, estratègies de gestió i resolució dialogada de conflictes. Conductes inclusives en les situacions motrius basades en la convivència i la no discriminació per qüestions de gènere, racials, de capacitat física o de competència motriu. El llenguatge comunicatiu no verbal: el gest, la mímica i	Coordinació general i segmentària. Combinació d'habilitats i creativitat motrius Jocs cooperatius. Jocs alternatius. Jocs modificats. Gestos tècnics bàsics. Ocupació d'espais. Estratègies de progressió, cooperació, oposició i col·laboració-oposició. Identificació i expressió d'emocions i sentiments. Regulació i gestió emocional. El cos expressiu i no violent. Control de la impulsivitat i de les emocions negatives. La relaxació. Esportivitat i joc net. Normes i regles consensuades en situacions de joc. Habilitats socials: escolta activa, treball en equip, estratègies de gestió i resolució dialogada de conflictes. Conductes inclusives en les situacions motrius basades en la convivència i la no discriminació per qüestions de gènere, racials, de capacitat física o de competència motriu. El llenguatge comunicatiu no verbal: el gest, la mímica i la dansa creativa. Propostes coreogràfiques individuals i grupals amb
---	--

la dansa creativa. Propostes coreogràfiques individuals i grupals amb intenció estètica i expressiva. Muntatges artistico expressius. Jocs d'equilibri, malabars i habilitats gimnàstiques. Activitats rítmiques expressives amb i sense suport musical. El ritme intern. Balls populars infantils tradicionals i regionals valencians. Dances del món i dansa creativa. Dances urbanes. Jocs cooperatius i espais coeducatius. Estratègies per a la inclusió. Jocs del món. Bonhomia. Valor cultural de la pilota (BIC - bé d'interès cultural). Modalitat de raspall i modalitats de pilota a paret: frontó i frare. Pautes bàsiques. Treball cooperatiu. El valor del diàleg i la reflexió. Itineraris a peu i en bicicleta. Espais de joc i lleure en l'entorn proper al centre. Espais naturals i urbans: ús i gaudi.	intenció estètica i expressiva. Muntatges artistico expressius. Jocs d'equilibri, malabars i habilitats gimnàstiques. Activitats rítmiques expressives amb i sense suport musical. El ritme intern. Balls populars infantils tradicionals i regionals valencians. Dances del món i dansa creativa. Dances urbanes. Jocs cooperatius i espais coeducatius. Estratègies per a la inclusió. Jocs del món. Bonhomia. Valor cultural de la pilota (BIC - bé d'interès cultural). Modalitat de raspall i modalitats de pilota a paret: frontó i frare. Pautes bàsiques. Treball cooperatiu. El valor del diàleg i la reflexió. Itineraris a peu i en bicicleta. Espais de joc i lleure en l'entorn proper al centre. Espais naturals i urbans: ús i gaudi. Consciència de la sostenibilitat mediambiental i valoració de l'impacte de les activitats en el medi natural i urbà. Accions encaminades a la conservació i la protecció de
--	---

Consciència de la sostenibilitat mediambiental i valoració de l'impacte de les activitats en el medi natural i urbà. Accions encaminades a la conservació i la protecció de l'entorn natural i urbà durant la pràctica d'activitat física. Iniciatives i projectes per al foment de la mobilitat respectuosa amb el medi ambient. Mitjans de transport actius i sostenibles: ús de la bicicleta i mitjans no motoritzats Protocols bàsics de seguretat en les activitats guiades en l'entorn. Ús correcte de materials i espais en la pràctica de les activitats físiques a l'entorn. Normes d'educació viària per a vianants i circulació en bicicleta a les vies públiques. Aplicacions i recursos per a la participació activa.	l'entorn natural i urbà durant la pràctica d'activitat física. Iniciatives i projectes per al foment de la mobilitat respectuosa amb el medi ambient. Mitjans de transport actius i sostenibles: ús de la bicicleta i mitjans no motoritzats Protocols bàsics de seguretat en les activitats guiades en l'entorn. Ús correcte de materials i espais en la pràctica de les activitats físiques a l'entorn. Normes d'educació viària per a vianants i circulació en bicicleta a les vies públiques. Aplicacions i recursos per a la participació activa.
METODOLOGIA	RECURSOS
La metodologia se centra en l'aprenentatge actiu i participatiu. Es promou el desenvolupament d'habilitats motrius, la inclusió i el treball en equip. S'utilitzen enfocaments com l'aprenentatge basat en jocs i l'educació emocional, fomentant la salut i el benestar integral dels estudiants.	1. Materials esportius: pilotes, cèrcols, cons, cordes, i altres equips que faciliten la pràctica de diferents esports i jocs. 2. Espais a l'aire lliure: patis, clatellades i parcs que permeten realitzar activitats físiques variades. 3. Tecnologia: aplicacions i dispositius que ajuden a promoure l'activitat.

	4. Jocs i dinàmiques: activitats lúdiques que fomenten la participació i l'aprenentatge d'habilitats motrius. 5. Recursos audiovisuals: vídeos i presentacions que expliquen tècniques i conceptes relacionats amb l'educació física. 6. Material didàctic: guies, llibres i fullets que ofereixen informació sobre salut, nutrició i exercici. Aquests recursos ajuden a crear un ambient dinàmic i motivador per als estudiants, promovent el seu desenvolupament físic i social.
--	---

AVALUACIÓ	
INSTRUMENTS DE RECOLLIDA DE LA INFORMACIÓ	REGISTRE DE LA INFORMACIÓ
1. Observació directa: Anotar el comportament i acompliment dels estudiants durant les activitats físiques, la qual cosa permet avaluar habilitats motrius i la participació. 2. Qüestionaris i enquestes: Recollir opinions i actituds dels estudiants sobre les classes, els seus interessos i preferències en activitats físiques. 3. Registres d'assistència: Portar un control de la participació dels alumnes a les classes, la qual cosa pot ajudar a identificar patrons d'assistència i compromís. 4. Rúbriques i dianes d'avaluació: Eines que permeten avaluar l'acompliment dels estudiants en diferents habilitats	

i competències, proporcionant criteris clars.

5. Diaris de classe: Un registre on el docent pot anotar observacions sobre el progrés dels estudiants, reflexions sobre les classes i ajustos necessaris en la planificació.

6. Entrevistes: Converses amb els estudiants per obtenir informació més profunda sobre les seves experiències i sentiments respecte a l'educació física.

7. Mitjans audiovisuals: Vídeos i fotografies per poder analitzar l'evolució i les necessitats de l'alumnat.