

MATÈRIA, ÀMBIT O MÒDUL: EDUCACIÓ FÍSICA 4t ESO

PROFESSORA: SARA PERIS SOLER///JOSEP MONDRAGÓN

CRITÈRIS D'AVUACIÓ (CURRÍCULUM)
<p>1. Planificar i posar en pràctica calfaments autònoms respectant les pautes bàsiques per a la seua elaboració i atenent les característiques de l'activitat física que es realitzarà.</p> <p>2. Analitzar els efectes beneficiosos i de prevenció que el treball regular de resistència aeròbica, flexibilitat i força resistència comporten per a l'estat de salut.</p> <p>3. Dissenyar i dur a terme un pla de treball d'una qualitat física relacionada amb la salut, incrementant el propi nivell inicial, a partir del coneixement de sistemes i mètodes d'entrenament</p> <p>4. Resoldre supòsits pràctics sobre les lesions que es poden produir en la vida quotidiana, en la pràctica d'activitat física i en l'esport, aplicant unes primeres atencions.</p> <p>5. Manifestar actitud crítica davant les pràctiques de l'esport i del cos en els mitjans de comunicació.</p> <p>6. Resoldre situacions en diferents jocs i esports, especialment de les modalitats més complexes de la pilota valenciana, aplicant els coneixements tècnics, tàctics i reglamentaris adquirits.</p> <p>7. Participar en l'organització i posada en pràctica de tornejos en els quals es practican esports i activitats físiques realitzades al llarg de l'etapa, incloent-hi els jocs i esports populars de la Comunitat Valenciana.</p> <p>8. Participar de manera desinhibida i constructiva en la creació i realització d'activitats expressives col·lectives amb suport musical.</p> <p>9. Utilitzar els tipus de respiració i les tècniques i mètodes de relaxació com a mitjà per a la reducció de desequilibris i l'alleugeriment de tensions produïdes en la vida quotidiana.</p> <p>10. Usar les tecnologies de la informació amb sentit crític, per obtenir informació relacionada amb l'Educació física i per a establir intercanvi d'opinions amb l'alumnat d'altres centres docents.</p>
CRITERIS DE QUALIFICACIÓ (PROGRAMACIÓ)
<p>CONCEPTES: 25%</p> <p>PROCEDIMENTS: 50%</p> <p>ACTITUT: 25%</p>
PROVES A LES QUE SERAN SOTMESOS(PROGRAMACIÓ)
<p>TREBALL TEÒRIC, QUADERN DE CAMP O LLIBRETA.</p> <p>PROVES PRÀCTIQUES.</p>
SISTEMA DE RECUPERACIÓ(PROGRAMACIÓ)
<p>AVALUACIÓ CONTINUA</p>