

<b>MATERIA / MÓDULO PROFESIONAL</b> Educación física	
<b>CURSO</b> 1º ESO	
<b>SABERES BÁSICOS / CONTENIDOS MÍNIMOS</b>	
Primera evaluación	<p>Conductes per a la millora de la salut física, mental i social CE1, CE3, CE5</p> <p>Mètodes d'entrenament i noves tendències en fitness.CE1, CE3, CE5</p> <p>Programació autònoma de l'exercici CE1, CE3, CE5</p> <p>Anàlisi crítica de continguts relacionats amb el moviment, l'activitat física, l'esport i la salut. CE1, CE3, CE5</p> <p>Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat. CE1, CE2, CE5</p> <p>Els parcs i espais públics com a espais per a la pràctica esportiva i exercici físic</p> <p>Jocs i esports. CE1, CE2, CE5</p> <p>Cura del cos. Calfament general i específic: parts essencials.CE1, CE3, CE5</p> <p>Organització d'activitats inclusives fisicoesportives i d'oci actiu en el medi rural i costaner. CE1, CE4, CE5</p>
Segunda evaluación	<p>Higiene i activitat física. CE1, CE4, CE5</p> <p>Reconeixement i gestió del bon ús de la tecnologia relacionada amb el moviment, l'activitat física, l'esport i la salut, en diferents entorns d'aprenentatge digital: planificació, control i anàlisi. CE1, CE4, CE5</p> <p>Jocs i esports. CE1, CE2, CE5</p> <p>L'esport com a manifestació cultura. CE2, CE3, CE4, CE5</p>
Tercera evaluación	<p>Jocs i esports. CE1, CE2, CE5</p> <p>Trastorns de la conducta alimentària, així com els seus efectes negatius en la salut personal i social. CE1, CE3, CE5</p> <p>Muntatges i intervencions artístiques individuals i col·lectives. CE2, CE3, CE4, CE5</p> <p>Jocs i esports. CE1, CE2, CE5</p> <p>Organització d'activitats inclusives fisicoesportives i d'oci actiu en el medi rural i costaner. CE1, CE4, CE5</p>

## INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

%  
calificación

### 50% Saber ser

Hàbits de treball i socials: participar, executar els exercicis, portar el material d'igiene personal i la roba esportiva, treballar en grup... Es treballa: **l'autonomia i iniciativa personal, la competència per aprendre a aprendre, i la competència social i ciutadana.**

Actituds: comportament i respecte als altres, interès i participació, atenció a classe, cura i conservació del material, assistència a classe. Es valorarà durant tot el curs de manera acumulativa.

HETEROAVALUACIÓ DIÀRIA I AUTOAVALUACIÓ PER UNITAT

( professor 80% / alumne 20%)

### 10% Saber

Adquisició dels coneixements teòrics amb exposicions orals i treballs per grups. Es treballa: **la competència en comunicació lingüística, competència en comunicació matemàtica, tractament de la informació i competència digital, competència cultural i artística.**

### 40% Saber fer

Resultats de les diverses proves físiques de cada unitat didàctica. Es treballa: **l'autonomia i iniciativa personal, la competència per aprendre a aprendre, i la competència social i ciutadana.**

HETEROAVALUACIÓ I AUTOAVALUACIÓ ( professor 80% / alumne 20%)

## OBSERVACIONES

\* ACTIVITATS PER A CASA (Alumnes amb situació justificada d'imposibilitat de fer exercici)  
PUNTUARAN 1 PUNT EXTRA SEMPRE QUE S'HAJA REALITZAT MÍNIM UN 80%.

L'alumnat que no arribe al nivell mínim i no aprobe l'assignatura tindrà la possibilitat de realitzar diferents estratègies de pràctica per a millorar les capacitats o habilitats exigides. Si l'última avaluació o les dos últimes són negatives, l'alumnat haurà de recuperar amb exercicis complementaris i proves que demostren la superació dels objectius mínims.

Per aprovar els curs han d'aprovar com a mínim dos avaluacions i que una de elles siga l'última.