

<b>MATERIA / MÓDULO PROFESIONAL</b> Educación física	
<b>CURSO</b> 3r ESO	
<b>SABERES BÁSICOS / CONTENIDOS MÍNIMOS</b>	
<b>Primera evaluación</b>	<p>Conductes per a la millora de la salut física, mental i social CE1, CE3, CE5</p> <p>Indicadors fisiològics bàsics relacionats amb la salut i l'exercici físic. 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>Jocs i esports. CE1, CE2, CE5</p> <p>Cura del cos. Calfament general i específic: parts essencials. CE1, CE3, CE5</p> <p>Els parcs i espais públics com a espais per a la pràctica esportiva i exercici físic. CE1, CE4, CE5</p>
<b>Segunda evaluación</b>	<p>Coneixement anatòmic, fisiològic i funcional. CE1, CE3, CE5</p> <p>Efectes negatius i trastorns vinculats al cos. CE1, CE3, CE5</p> <p>Característiques de les activitats físiques saludables. CE1, CE3, CE5</p> <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>
<b>Tercera evaluación</b>	<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>Organització d'activitats inclusives fisicoesportives i d'oci actiu en el medi rural i costaner. CE1, CE4, CE5</p> <p>Cultura artisticoexpressiva. CE1, CE3</p> <p>Mètodes de relaxació i estiraments. CE1, CE3, CE5</p> <p>Jocs i esports. CE1, CE2, CE5</p>
<b>INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>	
	<b>40%</b> <u>Saber ser</u>



I.E.S.  
Doctor Balmis



<p>% calificación</p>	<p>Hàbits de treball i socials: participar, executar els exercicis, portar el material d'igiene personal i la roba esportiva, treballar en grup... Es treballa: <b>l'autonomia i iniciativa personal, la competència per aprendre a aprendre, i la competència social i ciutadana.</b></p> <p>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.</p> <p>HETEROAVALUACIÓ DIÀRIA I AUTOAVALUACIÓ PER UNITAT ( professor 80% / alumne 20%)</p> <p><b>20% <u>Saber</u></b></p> <p>Adquisició dels coneixements teòrics amb exposicions orals i treballs per grups. Es treballa: <b>la competència en comunicació lingüística, competència en comunicació matemàtica, tractament de la informació i competència digital, competència cultural i artística.</b></p> <p><b>40% <u>Saber fer</u></b></p> <p>Resultats de les diverses proves físiques de cada unitat didàctica. Es treballa: <b>l'autonomia i iniciativa personal, la competència per aprendre a aprendre, i la competència social i ciutadana.</b></p> <p>HETEROAVALUACIÓ Y AUTOAVALUACIÓ ( professor 80% / alumne 20%)</p>
<p><b>OBSERVACIONES</b></p>	
<p>* 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%.</p> <p>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 demostrin la superació dels objectius mínims.</p> <p>Per aprovar els curs han d'aprovar com a mínim dos avaluacions i que una de elles siga l'última.</p>	