|  |  |
| --- | --- |
| Nom de l’optativa: | **TALLER D’APROFUNDIMENT EN EDUCACIÓ FÍSICA** |
| Nivell al qual va adreçada: | 4t ESO |
| Departament que l’oferta: | Educació Física |
| Nombre d’hores a la setmana: | 2 |
| Descripció de l’optativa: | Assignatura on s’aprofundirà en els continguts curriculars del nivell educatiu. S’aprofundirà sobretot en els continguts relacionats amb la salut, l’autoconeixement personal, l’autonomia davant la pràctica física saludable i els jocs i esports.  Sabers bàsics:  - CONDICIÓ FÍSICA I SALUT.  - JOCS I ESPORTS on es potenciarà la cooperació i el treball en grup i on es prioritzaran els jocs i esports menys treballats en l’assignatura obligatòria.  - CREACIÓ D’HÀBITS: primers auxilis, hàbits higiènics i posturals, alimentació, relaxació i descans...  - POSSIBLES ESTUDIS I EIXIDES PROFESSIONALS relacionades amb el món de l’educació física i l’esport.  - ORGANITZACIÓ D’EVENTS I CAMPIONATS ESPORTIUS.  **CARACTERÍSTIQUES DE L’ALUMNAT QUE VULGA AGAFAR ELS TALLERS D’APROFUNDIMENT EN EDUCACIÓ FÍSICA:**  1- ALUMNAT AMB MOTIVACIÓ CAP EL MOVIMENT I EL CONEIXEMENT DEL COS (que li agrade moure’s i autoconèixer-se).  2- ALUMNAT AMB BONA PREDISPOSICIÓ CAP AL TREBALL EN GRUP I LA COOPERACIÓ. Es realitzaran activitats també competitives, però es prioritzarà la cooperació i el treball en grup.c  3- ALUMNAT QUE VULGA APROFUNDIR, TANT DE MANERA PRÀCTICA COM TEÒRICA, EN TOTS ELS CONTINGUTS TRACTATS.  4- ALUMNAT QUE VULGA CONÈIXER JOCS I ESPORTS DIFERENTS O ALTERNATIUS ALS MÉS CONEGUTS I TRADICIONALS.  5- ALUMNAT AMB BONA PREDISPOSICIÓ CAP A LA REALITZACIÓ D’ACTIVITATS FÍSIQUES D’INTESITAT MODERADA I/O MODERADA-ALTA I VULGA APROFUNDIR EN EL MÓN DE LA SALUT I L’ENTRENAMENT.  A group of people standing outside a building  Description automatically generated with medium confidenceA group of people in a forest  Description automatically generated with medium confidence |