

EDUCACIÓ FÍSICA 2º ESO

Professor: Josep Martínez Navarro

AVAL.	SITUACIONS D'APRENTATGE	SABERS BÀSICS
1º	1- ACTIVITAT FÍSICA I SALUT 2: Escalfament i Tornada a la calma, Resistència i Força.	L'escalfament general, parts essencials. Les pulsacions (ppm) i el càlcul de la Zona d'Activitat física Saludable (ZAS). Conductes per a la millora de la salut física, mental i social. Elements de l'aparell locomotor relacionats amb la motricitat. Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat. Higiene personal.
	2- ESPORTS ALTERNATIUS 2:	Resolució de situacions tàctiques. Pràctica d'esports alternatius com el pinfuvote, datchball, kinball, ultimate, big ball... Conèixer la diversitat d'activitats esportives, lúdiques i recreatives. Higiene personal.
	3- ESPORTS COL·LECTIUS 1: HOCKEI	Jocs i Esports col·lectius. Fonaments tècnics i tàctics esportius. Escalfament específic adaptat a una disciplina. Pensament estratègic. Higiene i activitat física.
2º	4- PILOTA VALENCIANA	Jocs i esport d'adversari. Fonament tècnics i tàctics bàsics. Nyago i les seues variants. Raspall i les seues variants de joc a carrer i al trinquet. Els valors de la pilota: bonhomia, equitat i pacte esportiu. Higiene i activitat física
	5- ESPORTS AMB IMPLEMENTS 2	Familiarització amb els esports de raqueta, utilització dels gests tècnics per al colpeig del mòbil amb la pala. Higiene i activitat física.
	6- ESPORTS COL·LECTIUS 2: HANDBOL	Jocs i Esports col·lectius. Fonaments tècnics i tàctics esportius. Escalfament específic adaptat a una disciplina. Pensament estratègic. Higiene i activitat física.
3º	7- ACROGIMNÀSTICA 1	Creativitat. Muntatges artístics. Domini de l'espai. La postura corporal i el to muscular. La postura corporal com element expressiu. Equilibris. Habilitats gimnàstiques. Higiene.
	8- BASQUET BEAT: RITME I EXPRESSIÓ	Expressió de missatges y emocions. Creativitat i autoconfiança. La postura corporal. Les emocions. Percussió corporal. Higiene
	9- ESPORT AL MEDI NATURAL 2: ORIENTACIÓ	Mesures de protecció i conservació del medi ambient. Reducció de l'impacte del medi ambient. Projectes de sostenibilitat. Mobilitat sostenible. La riquesa natural i topogràfica de la Comunitat Valenciana. Higiene.

CRITERIS DE QUALIFICACIÓ

Instruments de recollida d'informació per a la valoració del progrés de l'alumnat:

Registre de l'observació diària de l'aula: Avaluar la participació de l'alumnat a les activitats, la seua actitud i la seua capacitat per treballar individualment i en equip.

Llista de control: Per a controlar la higiene personal (canvi de samarreta, necessari), participació a determinades tasques o proves plantejades, etc.

Rúbriques d'avaluació: Per avaluar la part pràctica, amb rúbriques presentades prèviament a l'alumnat per a que coneguen els que se'ls demanar. També es poden fer ús de dianes d'avaluació o rúbriques de coavaluació/autoavaluació.

Projectes individuals/col·lectius: Muntatges coreogràfics, ponències d'alguna disciplina esportiva, o presentacions individuals o col·lectives.

Fitxes de treball per a l'alumnat lesionat o indispost.

Tasques / Treballs: Proves escrites, qüestionaris, tasques de reflexió o recerca a les plataformes AULES o TEAMS, infografies.

Ponderació:

	SITUACIONS D'APRENENTATGE:	INSTRUMENTS DE RECOLLIDA D'INFORMACIÓ					TOTAL
		RÚBRICA PRÀCTICA	REGISTRE OBSERVACIÓ AULA	PROJECTES INDIVIDUALS I COL·LECTIUS	TASQUES / TREBALLS	LLISTA DE CONTROL HIGIENE	
1r Trimestre	1- ACTIVITAT FÍSICA I SALUT 2	10%	30%	10%	15%	15%	100%
	2- ESPORTS ALTERNATIU 2	10%		-			
	3- ESPORTS COL·LECTIUS 1: HOCKEY	10%		-			
2n Trimestre	4- PILOTA VALENCIANA	15%	30%	-	15%	15%	100%
	5- ESPORT AMB IMPLEMENTS 2	15%		-			
	6- ESPORTS COL·LECTIUS 2: HANDBOL	10%		-			
3r Trimestre	7- ACROGIMNÀSTICA 1	-	30%	15%	15%	15%	100%
	8- BASQUET BEAT: RITME I EXPRESSIÓ	-		15%			
	9- ESPORT AL MEDI NATURAL 2: ORIENTACIÓ	10%		-			

