

MATÈRIA: EDUCACIÓ FÍSICA ETAPA EDUCATIVA: BATXILLERAT (1r) CURS ACADÈMIC: 2026-2027	DEPARTAMENT: CIÈNCIES EXPERIMENTALS PROFESSOR/A: ORIOL BLAVI JOSA DURADA: 1 CURS ACADÈMIC
--	--

1. SABERS:

Vida activa i saludable

- Activitat física saludable
 - Disseny i planificació d'un programa personal d'activitat física: autoavaluació de les capacitats físiques i coordinatives, identificació d'objectius personals i desenvolupament d'aquests, sistemes d'entrenament, autoregulació i control de les càrregues de treball, progressió, avaluació dels resultats aconseguits i reorientació de les activitats a partir dels resultats.
- Hàbits saludables
 - Conscienciació dels efectes negatius que poden tenir alguns hàbits individuals i socials i pràctiques d'activitat física en la salut individual i col·lectiva.
- Primers auxilis i prevenció de lesions
 - Prevenció i planificació de mesures de seguretat en la pràctica d'activitat física.
- Recursos digitals al servei de la pràctica esportiva
 - Ús d'aplicacions i recursos digitals per a la gestió de la pràctica d'activitat física.

Resolució de situacions motrius

- Habilitats motrius
 - Perfeccionament de les habilitats tècniques, tàctiques i estratègiques dels esports individuals, d'adversari, d'oposició o col·lectius.
 - Pràctica de diferents modalitats esportives, esports alternatius, esports adaptats i esports al medi natural.
 - Resolució de situacions motrius variades amb domini corporal en jocs i esports.
- Expressió i comunicació corporal
 - Utilització eficient i precisa d'elements i tècniques d'expressió corporal en representacions i dramatitzacions.
 - Pràctica d'activitats ritmicomusicals amb intencionalitat estètica i expressiva.

Organització i creació d'activitats, produccions i esdeveniments

- Gestió d'activitats fisicoesportives
 - Planificació i gestió efectiva en l'organització d'activitats fisicoesportives en diferents medis i entorns.
 - Assumpció de rols de dinamització i organització (coordinador/a, director/a, responsable de grup, etc.) en activitats, jornades i esdeveniments.
 - Disseny de les activitats fisicoesportives atenent als elements necessaris: objectius, medi, seguretat, temps, espais, col·lectiu al qual va dirigit, material, etc.
 - Utilització òptima de materials, equipaments i espais segons les especificacions tècniques i per a la seva conservació i millora.

- Creació de composicions d'expressió corporal
 - Creació de composicions individuals i col·lectives d'expressió corporal per comunicar històries, idees, sentiments, etc.
 - Incorporació crítica d'elements socialment i culturalment rellevants a les representacions i les creacions pròpies.
- Sortides professionals i ús del temps de lleure
 - Valoració de les activitats físicoesportives i expressives com una manera d'ocupar el temps de lleure.

Valors, autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius

- Gestió personal i emocional
 - Gestió i regulació assertiva d'emocions i habilitats personals en situacions motrius: resiliència, superació, gestió de l'èxit, del fracàs, etc.
- Habilitats socials i valors
 - Aplicació d'estratègies i habilitats socials (escolta activa, diàleg, resolució de conflictes, entesa, compromís social) que fomentin la integració, la participació, la cooperació i el respecte a les diferències en les activitats amb grup.
- Activitat física, gènere i discriminació
 - Reconeixement i actitud proactiva respecte a conductes o situacions contràries a la convivència.
 - Adaptació de les activitats i les normes fomentant l'equitat i la igualtat de gènere en la pràctica físicoesportiva.

2. SITUACIONS D'APRENTATGE (SA):

- SA1 – ENTRENEM-NOS. CONDICIONAMENT FÍSIC
- SA2 – ESPORTS ALTERNATIUS. ULTIMATE FRISBEE
- SA3 – ESPORTS COL·LECTIUS. VOLEIBOL
- SA4 – ESPORTS DE RAQUETA. BÀDMINTON
- SA5 – CAL·LISTÈNIA 2.0
- SA6 – HAKA, LA FORÇA DEL GRUP

3. TEMPORITZACIÓ:

	SITUACIONS D'APRENTATGE	ASSIGNACIÓ (HORES LECTIVES)
1r trimestre	SA1 – Entrenem-nos. Condicionament Físic	12
	SA 2 – Esports Alternatius. Ultimate Frisbee	8
2n trimestre	SA 3 – Esports Col·lectius. Voleibol	16
	SA 4 – Esports de raqueta. Bàdminton	12
3r trimestre	SA 5 – Cal·listènia 2.0	12
	SA 6 – Haka, la força del grup	8
TOTAL		68

4. METODOLOGIA:

Els diferents recursos i materials pedagògics i didàctics que s'utilitzen responen als principis d'equitat, d'inclusió i de cohesió social com a base d'una escola per a tothom i ajustar-se a les necessitats educatives de tot l'alumnat en el context educatiu.

El disseny i la creació dels diferents recursos i materials pedagògics i didàctics s'ha ajustat als següents criteris:

- La perspectiva de gènere.
- La millora i augment de l'accessibilitat dels materials.
- La personalització dels aprenentatges.
- La minimització i eliminació de les barreres d'accés per a l'aprenentatge i la comunicació.
- La diversitat de materials.
- La variabilitat pel que fa als processos d'aprenentatge.

En el marc del currículum competencial, l'alumnat esdevé part activa del seu procés d'aprenentatge. Es promouen l'ús i l'elaboració de recursos, materials didàctics i instruments d'avaluació que promoguin la implicació i el compromís de l'alumnat facilitant l'autoregulació, la metacognició i el treball col·laboratiu.

Es generen contextos d'aprenentatge i activitats d'aula diversificats, que permeten l'avenç de tots i cadascun de l'alumnat, oferint-los propostes diversificades en la representació, l'expressió i el compromís, fomentant l'ús de les diferents tecnologies per a l'aprenentatge, la comunicació i el coneixement, amb la finalitat de personalitzar i d'enriquir els processos d'ensenyament-aprenentatge; potenciar la participació activa i col·laborativa; i promoure el compromís de l'alumnat.

5. LLIBRE DE TEXT:

Els continguts i materials de la matèria es facilitaran a través del Moodle i altres recursos digitals.

6. CRITERIS D'AVALUACIÓ DE LA MATÈRIA:

L'avaluació cal entendre-la com un procés d'ajuda tant per al professor com per a l'alumnat, on avaluarem tant l'acció docent, com també a l'alumnat, dins del procés d'ensenyament-aprenentatge, per mitjà de les competències.

A continuació mostrarem 5 apartats els quals s'han de tenir presents al parlar de l'avaluació:

- Major concreció dels criteris d'avaluació: Significativitzem els criteris d'avaluació per a un major enteniment i assoliment de l'alumnat. Criteris d'avaluació per a les SA.
- Tipus d'avaluacions: Avaluar implica; recollir dades, analitzar-les i interpretar-les amb retroalimentació cap a l'alumnat per una millora contínua. La finalitat és regular el procés d'aprenentatge i comprovar el grau d'assoliment (avaluació qualificadora) tant de les competències dels àmbits associats a les matèries, com dels àmbits transversals. Així l'avaluació ha de permetre que tant professors (avaluació formativa) com alumnes (avaluació formadora) puguin conèixer el procés d'aprenentatge, identificar els avenços, les dificultats i els errors que sorgeixen al llarg del procés educatiu, i prendre les decisions oportunes per regular-lo. Amb aquesta finalitat, l'alumnat ha de conèixer els objectius d'aprenentatge i els criteris-procediments avaluatius.

Totes les SA parteixen d'una **avaluació inicial** per saber quin és el punt de partida de l'alumnat. Al llarg de cada SA, posteriorment, es van recollint evidències per acompanyar a l'alumnat en el procés d'ensenyament-aprenentatge, realitzant diferents tipus d'avaluació formativa i formadora, fent partícip a l'alumnat per a que prengui consciència del seu propi procés. Per últim, comentar que al final de cada situació d'aprenentatge l'alumnat rep una nota qualificadora que avalua i posa nota a tot el procés dut a terme en funció del grau d'assoliment obtingut.

- **Moments avaluatius:** Partim d'una **avaluació contínua al llarg de cada trimestre**, on al final d'aquests, l'alumnat obté una nota en funció de l'assoliment de les diferents competències. L'avaluació trimestral s'aconseguirà utilitzant diferents instruments d'avaluació (rúbriques, fulls de seguiment, dossiers, proves escrites, etc.). Les proves pràctiques i teòriques inclouran competències i sabers treballats mitjançant qüestions de raonament, procediments i problemes, relacionats amb l'assoliment de les competències bàsiques. Als exàmens i treballs es valorarà l'expressió escrita, l'ortografia i presentació, que podrà baixar fins a un 10% la nota de l'examen o treballs, 0'05 punts per falta. Per aprovar el trimestre s'haurà d'obtenir una nota trimestral superior o igual a 5. Aquesta nota serà el resultat de fer la mitjana de tres aspectes:
 - **SABER (20%):** Proves conceptuals, entrega de treballs i exposicions.
 - **SER (30%):** Treball del dia a dia, grau d'interès de l'alumnat, participació, iniciativa, col·laboració i respecte amb el grup i el professor.
 - **SABER FER (50%):** Seguiment de les classes pràctiques i proves pràctiques dels continguts, s'avaluaran mitjançant heteroavaluacions, coavaluacions i autoavaluacions.

L'avaluació final és la mitjana de les 3 avaluacions trimestrals. En cas que algun alumne/a no assoleixi el 5 a la nota final, haurà de realitzar una **recuperació** durant el període extraordinari de recuperacions, establert per l'equip directiu en un calendari especial (per poder superar les diferents matèries del currículum que no s'han assolit en l'avaluació ordinària). Les activitats de recuperació són les següents:

- Elaborar un pla de treball personalitzat per a la millora de la pròpia condició física, tenint en compte les necessitats, objectius i característiques individuals, i aplicant els principis bàsics de l'entrenament, la progressió i la seguretat, per afavorir la millora de la salut i el benestar físic. (1r trimestre)
- Dissenyar una sessió de voleibol centrada en una habilitat tècnica i tàctica. (2n trimestre)
- Confeccionar una producció artisticoexpressiva en forma de Haka que transmeti un missatge de crítica social, per fomentar la reflexió i la consciència crítica a través del moviment i l'expressió corporal. (3r trimestre).

7. CONTROL D'ASSISTÈNCIA

L'assistència de l'alumnat Batxillerat és la condició necessària que permet l'avaluació contínua. Quan una persona falta o arriba tard, té 48 hores des de que s'incorpora per justificar les faltes a través de l'agenda. Aquesta justificació caldrà ensenyar-la al professorat corresponent. No es podrà justificar per via telefònica ni per correu electrònic. L'alumnat és el responsable de posar-se al dia en cas d'haver faltat.

Normativa aplicable:

- L'alumnat que superi en un 20% de faltes d'assistència no justificades en el conjunt de matèries del curs acadèmic, pot ser objecte d'expedient sancionador a petició de l'equip docent, el qual presentarà aquesta sol·licitud al director/a.
- L'alumnat que superi en un 10% les faltes d'assistència no justificades trimestrals en una matèria en concret, pot perdre el dret a la convocatòria ordinària d'aquella matèria.

En tot cas, l'equip docent serà el responsable de decidir l'aplicació d'aquest percentatge, a proposta del professor responsable. Aquest fet ha de quedar reflectit en l'acta de reunió d'equip docent/junta d'avaluació. El/La professor/ ho comunicarà a l'alumnat afectat i, si s'escau, el/la tutor/a als pares/mares/tutors legals en el cas d'alumnat menor d'edat.

En **cas de faltar a un examen** i sol·licitar repetir la prova, l'alumnat haurà de presentar un document oficial (màxim 24h a la incorporació al centre) i emplenar el justificant disponible al moodle de tutoria. Motius per repetir la prova:

- a) Ingrés hospitalari
- b) Visita mèdica en cas d'indisposició
- c) Assistència a proves mèdiques programades
- d) Assistència als jutjats
- e) Defunció d'un familiar de 2n grau
- f) Presentació als exàmens oficials

L'alumnat que arribi tard a classe serà objecte d'un **retard** a l'aplicatiu informàtic. Quan aquest acumuli 3 retards, **esdevindran una falta d'assistència**. L'acumulació de retards podrà ser objecte d'amonestació. Serà el/la professor/a del mòdul/matèria qui emetrà la corresponent amonestació.