

## ÀMBIT EDUCACIÓ FÍSICA

### 1. DIMENSIONS, COMPETÈNCIES I CONTINGUTS CLAU

### 2. PONDERACIONS

### 3. CONTINGUTS ESPECÍFICS TRIMESTRALS DE 1r A 6è

### 4. CRITERIS D'AVALUACIÓ

### 1. DIMENSIONS, COMPETÈNCIES I CONTINGUTS CLAU

DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA
<b>Competència 1. Resoldre situacions motrius de forma eficaç en la pràctica d'activitats físiques.</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Consciència i control del cos</li><li>● Lateralitat</li><li>● Equilibri</li><li>● Orientació espacio-temporal</li><li>● Resolució de situacions motrius</li><li>● Habilitats motrius bàsiques</li><li>● Coordinació motriu</li><li>● Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física</li><li>● Joc motor</li><li>● Esforç i superació</li><li>● Cooperació i respecte</li></ul>
<b>Competència 2. Prendre consciència dels límits i les possibilitats del propi cos en la realització d'activitats físiques.</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Consciència i control del cos</li><li>● Lateralitat</li><li>● Equilibri</li><li>● Orientació espacio-temporal</li><li>● Resolució de situacions motrius</li><li>● Habilitats motrius bàsiques</li><li>● Coordinació motriu</li><li>● Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física</li><li>● Joc motor</li><li>● Esforç i superació</li><li>● Cooperació i respecte</li></ul>
DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES
<b>Competència 3. Mostrar hàbits saludables en la pràctica d'activitats físiques i en la vida quotidiana.</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris saludables.</li><li>● Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.</li></ul>
<b>Competència 4. Valorar la pràctica habitual de l'activitat física com a factor beneficiós per a la salut.</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris saludables.</li></ul>

- Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

### DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL

#### Competència 5. Comunicar vivències, emocions i idees utilitzant els recursos expressius del propi cos.

- Consciència i control del cos
- Orientació espacio-temporal
- Coordinació motriu
- Elements i tècniques de l'expressió i la comunicació corporal
- Esforç i superació
- Cooperació i respecte

#### Competència 6. Prendre part en activitats col·lectives d'expressió i comunicació corporal per afavorir la relació amb els altres.

- Consciència i control del cos
- Orientació espacio-temporal
- Coordinació motriu
- Elements i tècniques de l'expressió i la comunicació corporal
- Esforç i superació
- Cooperació i respecte

### DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE

#### Competència 7. Participar en el joc col·lectiu de manera activa mostrant-se respectuós amb les normes i els companys.

- Orientació espacio-temporal
- Resolució de situacions motrius
- Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física
- Joc motor
- Esforç i superació
- Cooperació i respecte

#### Competència 8. Practicar activitat física vinculada a l'entorn com una forma d'ocupació del temps de lleure.

- Orientació espacio-temporal
- Resolució de situacions motrius
- Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física
- Joc motor
- Esforç i superació
- Cooperació i respecte

## 2. PONDERACIONS

PONDERACIÓ ÀREA EDUCACIÓ FÍSICA			
DIMENSIÓ	CICLE INICIAL	CICLE MITJÀ	CICLE SUPERIOR
ACTIVITAT FÍSICA	25%	30%	40%
HÀBITS SALUDABLES	10%	15%	15%
EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL	25%	25%	25%
JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE	40%	30%	20%

### 3. CONTINGUTS ESPECÍFICS TRIMESTRALS DE 1r A 6è

<b>NIVELL: 1r</b>	<b>TRIMESTRE: 1r</b>	<b>ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA</b>
-------------------	----------------------	------------------------------

<b>DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA</b>
<p>Principals parts del cos. Experimentació del cos en postures corporals diferents.</p> <p>Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment.</p> <p>Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.</p> <p>Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'autoimatge.</p>
<b>DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES</b>
<p>Hàbits higiènics, postural, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física.</p> <p>Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar.</p> <p>Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.</p>
<b>DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL</b>
<p>Exploració i descobriment de les possibilitats expressives del cos i del moviment.</p> <p>Sincronització del moviment amb pulsacions i estructures rítmiques senzilles.</p> <p>Desinhibició en l'exteriorització d'emocions i sentiments a través del cos, el gest i el moviment.</p> <p>Producció de balls, danses i coreografies senzilles.</p>
<b>DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE</b>
<p>Respecte de les normes i les persones que participen en el joc.</p> <p>Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.</p> <p>Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.</p>

<b>NIVELL: 1r</b>	<b>TRIMESTRE: 2n</b>	<b>ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA</b>
-------------------	----------------------	------------------------------

<b>DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA</b>
<p>Percepció i interacció del propi cos amb l'espai i el temps. Resolució de situacions motrius senzilles.</p> <p>Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'autoimatge.</p>
<b>DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES</b>
<p>Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.</p> <p>Hàbits higiènics, postural, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física.</p> <p>Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar.</p>
<b>DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL</b>
<p>Exploració i discriminació de diferents sensacions.</p> <p>Consciència de la tensió, la relaxació i la respiració.</p> <p>Exploració de les possibilitats expressives amb objectes i materials.</p> <p>Exploració de situacions que suposin comunicació corporal.</p> <p>Identificació de les diferències en la manera d'expressar-se.</p>
<b>DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE</b>
<p>Els jocs tradicionals i populars com a element de la realitat socials i cultural.</p> <p>Respecte de les normes i les persones que participen en el joc.</p>

<b>NIVELL: 1r</b>	<b>TRIMESTRE: 3r</b>	<b>ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA</b>
-------------------	----------------------	------------------------------

<b>DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA</b>
----------------------------------

Experimentació de situacions d'equilibri i desequilibri.  
 Experimentació de situacions que provoquin la coordinació de moviments.  
 Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment.  
 Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
 Resolució de situacions motrius senzilles.  
 Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'autoimatge.

**DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Hàbits higiènic, postural, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física.  
 Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar.  
 Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.

**DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment.

**DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Respecte de les normes i les persones que participen en el joc.  
 Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.

**NIVELL: 2n**

**TRIMESTRE: 1r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

**DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Experimentació de situacions que provoquin la coordinació de moviments.  
 Percepció i interacció del propi cos amb l'espai i el temps.  
 Experimentació del cos en postures corporals diferents  
 Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment.  
 Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
 Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'autoimatge.

**DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Hàbits higiènic, postural, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física.  
 Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar.

**DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Exploració i descobriment de les possibilitats expressives del cos i del moviment.  
 Sincronització del moviment amb pulsacions i estructures rítmiques senzilles.  
 Desinhibició en l'exteriorització d'emocions i sentiments a través del cos, el gest i el moviment.  
 Reproducció de balls, danses i coreografies senzilles.

**DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
 Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.  
 Respecte de les normes i les persones que participen en el joc.  
 Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.

**NIVELL: 2n**

**TRIMESTRE: 2n**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

**DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Experimentació de situacions d'equilibri i desequilibri.  
 Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment.  
 Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
 Execució i control d'habilitats motrius bàsiques.  
 Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'autoimatge.

**DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Hàbits higiènic, postural, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física.

Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar.  
Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Consciència de la tensió, la relaxació i la respiració.  
Exploració i discriminació de diferents sensacions.  
Exploració de les possibilitats expressives amb objectes i materials.  
Exploració de situacions que suposin comunicació corporal.  
Identificació de les diferències en la manera d'expressar-se.

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
Els jocs tradicionals i populars com a element de la realitat socials i cultural.  
Respecte de les normes i les persones que participen en el joc.  
Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.

**NIVELL: 2n**

**TRIMESTRE: 3r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment.  
Afirmació de la lateralitat  
Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
Execució i control d'habilitats motrius bàsiques.  
Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'autoimatge.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Hàbits higiènic, postural, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física.  
Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar.  
Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.  
Respecte de les normes i les persones que participen en el joc.  
Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.

**NIVELL: 3r**

**TRIMESTRE: 1r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu.  
Varietat d'activitats d'escalfament prèvies a la realització de l'activitat física.  
Percepció de l'esforç durant la realització de l'activitat física.  
Apreciació de l'esforç individual i dels companys.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació d'hàbits higiènic, postural, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física en relació a la salut i el benestar  
Respecte pels materials i els espais d'acord amb les normes elaborades.  
Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Experimentació del cos i del moviment com a instruments d'expressió i comunicació.

Adequació del moviment a estructures espacio-temporals.  
Elaboració de balls, danses i coreografies senzilles.  
Representació del propi cos i el dels altres.  
Adequació de la consciència i control del cos en relació amb la tensió, la relaxació i la respiració.  
Utilització de la lateralitat referida al propi cos, al dels altres i als objectes.  
Valoració de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Elaboració d'un control motriu i domini corporal

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.  
Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.

**NIVELL: 3r**

**TRIMESTRE: 2n**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Utilització de l'equilibri estàtic i l'equilibri dinàmic en diferents situacions.  
Utilització eficaç de les habilitats motrius bàsiques en entorns i situacions variades conegudes i estables.  
Varietat d'activitats d'escalfament prèvies a la realització de l'activitat física.  
Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física en relació a la salut i el benestar.  
Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.  
Percepció de l'esforç durant la realització de l'activitat física.  
Apreciació de l'esforç individual i dels companys.  
Respecte pels materials i els espais d'acord amb les normes elaborades.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Experimentació del cos i del moviment com a instruments d'expressió i comunicació.  
Adequació del moviment a estructures espacio-temporals.  
Elaboració de balls, danses i coreografies senzilles.  
Representació del propi cos i el dels altres.  
Adequació de la consciència i control del cos en relació amb la tensió, la relaxació i la respiració.  
Utilització de la lateralitat referida al propi cos, al dels altres i als objectes.  
Valoració de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Elaboració d'un control motriu i domini corporal

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.  
Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
Els jocs del món com a activitat comuna a les diferents cultures.

**NIVELL: 3r**

**TRIMESTRE: 3r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Descobriments dels elements orgànics i funcionals relacionats amb el moviment.  
Utilització eficaç de les habilitats motrius bàsiques en entorns i situacions variades conegudes i estables.  
Varietat d'activitats d'escalfament prèvies a la realització de l'activitat física.  
Percepció de l'esforç durant la realització de l'activitat física.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu.

Aplicació d'hàbits higiènics , posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.

Respecte pels materials i els espais d'acord amb les normes elaborades.

Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física

Apreciació de l'esforç individual i dels companys.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Valoració de la pròpia realitat corporal i la dels altres.

Elaboració d'un control motriu i domini corporal.

Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències en el nivell de l'habilitat.

Experimentació del cos i del moviment com a instruments d'expressió i comunicació.

Adequació del moviment a estructures espacio-temporals.

Expressió d'emocions i sentiments a través del cos, el gest i el moviment.

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.

Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.

Els jocs del món com a activitat comuna a les diferents cultures

**NIVELL: 4t**

**TRIMESTRE: 1r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències en el nivell de l'habilitat.

Varietat d'activitats d'escalfament prèvies a la realització de l'activitat física.

Percepció de l'esforç durant la realització de l'activitat física.

Apreciació de l'esforç individual i dels companys.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu.

Aplicació d'hàbits higiènics , posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.

Valoració de l'activitat física en relació a la salut i el benestar.

Respecte pels materials i els espais d'acord amb les normes elaborades.

Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Representació del propi cos i el dels altres.

Adequació de la consciència i control del cos en relació amb la tensió, la relaxació i la respiració.

Utilització de la lateralitat referida al propi cos, al dels altres i als objectes.

Valoració de la pròpia realitat corporal i la dels altres

Elaboració d'un control motriu i domini corporal.

Experimentació del cos i del moviment com a instruments d'expressió i comunicació.

Adequació del moviment a estructures espacio-temporals.

Elaboració de balls, danses i coreografies senzilles

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.

Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.

**NIVELL: 4t**

**TRIMESTRE: 2n**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Utilització eficaç de les habilitats motrius bàsiques en entorns i situacions variades conegudes i estables.

Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències en el nivell de l'habilitat.

Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu.

Varietat d'activitats d'escalfament prèvies a la realització de l'activitat física.  
Percepció de l'esforç durant la realització de l'activitat física.  
Apreciació de l'esforç individual i dels companys.

#### **DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació d'hàbits higiènics , posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física en relació a la salut i el benestar.  
Respecte pels materials i els espais d'acord amb les normes elaborades.  
Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

#### **DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Adequació de la postura a les diferents necessitats expressives i motrius.  
Utilització de l'equilibri estàtic i l'equilibri dinàmic en diferents situacions.  
Expressió d'emocions i sentiments a través del cos, el gest i el moviment.  
Utilització d'objectes i materials com a instruments d'expressió i comunicació.

#### **DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.  
Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
Els jocs del món com a activitat comuna a les diferents cultures.

**NIVELL: 4t**

**TRIMESTRE: 3r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA**

Resolució de l'estructura de l'espai i del temps en accions i situacions motrius.  
Descobriments dels elements orgànics i funcionals relacionats amb el moviment.  
Valoració de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Elaboració d'un control motriu i domini corporal.  
Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Varietat d'activitats d'escalfament prèvies a la realització de l'activitat física.  
Percepció de l'esforç durant la realització de l'activitat física.  
Apreciació de l'esforç individual i dels companys.

#### **DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES**

Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu.  
Aplicació d'hàbits higiènics , posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física en relació a la salut i el benestar.  
Respecte pels materials i els espais d'acord amb les normes elaborades.  
Mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

#### **DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Utilització d'objectes i materials com a instruments d'expressió i comunicació.  
Interpretació de situacions que suposin comunicació corporal.  
Reconeixement de les diferències en la manera d'expressar-se.

#### **DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.  
Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
Els jocs del món com a activitat comuna a les diferents cultures.

**CURS: 5è**

**TRIMESTRE: 1r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA**

Domini i control del cos en repòs i en moviment.



Aplicació del control tònic i de la respiració al control motriu.  
Acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Execució de les habilitats motrius bàsiques i específiques en entorns diversos amb eficiència i creativitat.  
Adquisició d'un control motriu i corporal previ a l'acció.  
Utilització de les capacitats físiques de forma genèrica i jugada, i orientada a l'execució motriu en múltiples situacions.  
Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els principals hàbits perjudicials per a la nostra salut.  
Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes.  
Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.  
Prevenió de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma eficaç i equilibrada  
Execució de les habilitats motrius bàsiques i específiques en entorns diversos amb eficiència i creativitat.  
Elaboració, participació i conscienciació de les possibilitats i recursos que ofereix el llenguatge corporal.  
Elaboració i creació de balls, danses i coreografies senzilles.  
Respecte per les diferents formes d'expressar-se.  
Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Jocs alternatius i cooperatius  
Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat.  
Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col·lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició.  
Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc.  
Codis i conductes de joc net.  
Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

**CURS: 5è**

**TRIMESTRE: 2n**

**EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Execució de la lateralitat amb els segments corporals no dominants.  
Equilibri estàtic i dinàmic en situacions complexes.  
Principals músculs, ossos i articulacions del cos que intervenen en els diferents moviments.  
Acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Utilització de les TAC per a la realització i la reflexió de la pràctica motriu.  
Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els principals hàbits perjudicials per a la nostra salut.  
Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes.

Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.  
Prevenió de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Composició individual i col·lectiva de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals.  
Expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides a través del cos, el gest i el moviment.  
Utilització d'objectes i materials per expressar-se i en la realització de representacions i dramatitzacions.  
Respecte per les diferents formes d'expressar-se.  
Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.

#### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.  
El joc i l'esport com a fenomen social i cultural.  
Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat.  
Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col·lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició.  
Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc.  
Codis i conductes de joc net.

**CURS: 5è**

**TRIMESTRE: 3r**

**EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma eficaç i equilibrada.  
Execució de la lateralitat amb els segments corporals no dominants.  
Equilibri estàtic i dinàmic en situacions complexes.  
Resolució de l'estructura de l'espai i del temps en accions i situacions motrius complexes.  
Reconeixement dels elements orgànics i funcionals relacionats amb el moviment.  
Acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Adquisició d'un control motriu i corporal previ a l'acció.  
Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Utilització de les capacitats físiques de forma genèrica i jugada, i orientada a l'execució motriu en múltiples situacions.  
Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

#### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els principals hàbits perjudicials per a la nostra salut.  
Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes.  
Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.  
Prevenió de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació.

#### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma eficaç i equilibrada.  
Composició individual i col·lectiva de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals.  
Expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides a través del cos, el gest i el moviment.  
Respecte per les diferents formes d'expressar-se.  
Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.

### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat.

Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.

Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col·lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició.

Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc.

Codis i conductes de joc net.

**NIVELL: 6è**

**TRIMESTRE: 1r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Principals músculs, ossos i articulacions del cos que intervenen en els diferents moviments.

Domini i control del cos en repòs i en moviment.

Aplicació del control tònic i de la respiració al control motriu.

Execució de les habilitats motrius bàsiques i específiques en entorns diversos amb eficiència i creativitat.

Utilització de les capacitats físiques de forma genèrica i jugada, i orientada a l'execució motriu en múltiples situacions.

### **DIMENSÍO HÀBITS SALUDABLES**

Acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.

Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.

Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els principals hàbits perjudicials per a la nostra salut.

Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes.

Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.

Prevenició de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació.

### **DIMENSÍO EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Adquisició d'un control motriu i corporal previ a l'acció.

Elaboració, participació i conscienciació de les possibilitats i recursos que ofereix el llenguatge corporal.

Elaboració i creació de balls, danses i coreografies senzilles.

Respecte per les diferents formes d'expressar-se.

Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.

### **DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat.

Jocs alternatius i cooperatius

Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat.

Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.

Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col·lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició.

Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc.

Codis i conductes de joc net.

**NIVELL: 6è**

**TRIMESTRE: 2n**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

### **DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA**

Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma eficaç i equilibrada.  
Execució de la lateralitat amb els segments corporals no dominants.  
Equilibri estàtic i dinàmic en situacions complexes.  
Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Utilització de les capacitats físiques de forma genèrica i jugada, i orientada a l'execució motriu en múltiples situacions.  
Utilització de les TAC per a la realització i la reflexió de la pràctica motriu.

#### **DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els principals hàbits perjudicials per a la nostra salut.  
Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes.  
Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.  
Prevenió de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació.  
Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.

#### **DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL**

Composició individual i col·lectiva de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals.  
Expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides a través del cos, el gest i el moviment.  
Utilització d'objectes i materials per expressar-se i en la realització de representacions i dramatitzacions.  
Respecte per les diferents formes d'expressar-se.  
Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.

#### **DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE**

El joc i l'esport com a fenomen social i cultural.  
Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat.  
Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col·lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició.  
Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc.  
Codis i conductes de joc net.

**NIVELL: 6è**

**TRIMESTRE: 3r**

**ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA**

#### **DIMENSIÓ ACTIVITAT FÍSICA**

Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma eficaç i equilibrada.  
Execució de la lateralitat amb els segments corporals no dominants.  
Equilibri estàtic i dinàmic en situacions complexes.  
Resolució de l'estructura de l'espai i del temps en accions i situacions motrius complexes.  
Reconeixement dels elements orgànics i funcionals relacionats amb el moviment.  
Acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.  
Adquisició d'un control motriu i corporal previ a l'acció.  
Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat.  
Utilització de les capacitats físiques de forma genèrica i jugada, i orientada a l'execució motriu en múltiples situacions.

#### **DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES**

Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física.  
Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els

principals hàbits perjudicials per a la nostra salut.  
 Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes.  
 Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física.  
 Prevenció de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació.

#### DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL

Apreciació de l'esforç individual i col•lectiu.  
 Composició individual i col•lectiva de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals.  
 Expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides a través del cos, el gest i el moviment.  
 Respecte per les diferents formes d'expressar-se.  
 Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.

#### DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE

Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat.  
 Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.  
 Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col•lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició.  
 Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc.  
 Codis i conductes de joc net.

## 4. CRITERIS D'AVUACIÓ

CICLE INICIAL		DIMENSIONS			
CRITERIS D'AVUACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA		ACTIVITAT FÍSICA	HÀBITS SALUDABLES	EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ PERSONAL	JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE
1	Orientar-se en l'espai i temps amb relació a un mateix i els altres.				
2	Treballar l'equilibri adoptant diferents postures i treballar la relaxació i respiració.				
3	Desplaçar-se, saltar, girar, llançar, rebre i manejar objectes de forma diversa, variant les posicions corporals.				
4	Practicar hàbits d'higiene personal: neteja i canvi de roba esportiva.				
5	Aprendre una coreografia amb estructures rítmiques senzilles de grup.				
6	Representar la coreografia grupal en un espectacle escolar.				
7	Participar i gaudir en diferents tipus de joc: cooperatius, de grup, individuals i simbòlics.				
8	Prioritzar el desenvolupament de jocs col•lectius mostrant respecte i responsabilitat envers als altres i al material.				

CICLE MITJÀ		DIMENSIONS			
1	Orientar-se en l'espai i temps amb relació a un mateix, els altres i els objectes.				
2	Participar de les activitats sent conscient de les possibilitats motrius i limitacions corporals: coneixement del propi cos i acceptació.				
3	Desplaçar-se, saltar, girar, llançar, rebre i manejar objectes de forma diversa mitjançant un moviment corporal coordinat que ofereixen els esports individuals i col·lectius: raquetes, pales, sticks, pilota, freesbe, ringos.				
4	Practicar hàbits d'higiene personal: neteja i canvi de roba esportiva.				
5	Crear i aprendre una coreografia amb estructures rítmiques senzilles de grup.				
6	Representar la coreografia grupal en un espectacle escolar.				
7	Participar i gaudir en diferents tipus de joc (individuals, col·lectius, cooperatius i simbòlics) i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes.				
8	Col·laborar activament en el desenvolupament de jocs col·lectius i cooperatius, mostrant respecte i responsabilitat.				

CICLE SUPERIOR		DIMENSIONS			
1	Ajustar els moviments corporals a diferents situacions i condicions d'una activitat física col·lectiva i individual utilitzant les nocions espaials del joc.				
2	Desenvolupar conductes actives per estimular la capacitat física (força, resistència, velocitat i flexibilitat) i el seu benestar, ajustant la pròpia actuació a les pròpies possibilitats i limitacions corporals.				
3	Desplaçar-se, saltar, girar, llançar, rebre i manejar objectes (raquetes, pales, pilotes, sticks) de forma coordinada adaptant-se a diferents entorns i situacions de joc.				
4	Practicar hàbits d'higiene personal: neteja i canvi de roba esportiva.				
5	Crear i aprendre una coreografia amb estructures rítmiques senzilles de grup.				
6	Representar la coreografia grupal en un espectacle escolar.				
7	Participar i gaudir dels diferents tipus de jocs (individuals, col·lectius, cooperatius i simbòlics) i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes.				
8	Participar i gaudir dels diferents tipus de jocs (individuals, col·lectius i cooperatius) i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes, actuant d'acord amb l'esforç, superació personal i responsabilitat col·lectiva.				
9	Opinar i acordar de forma col·lectiva i crítica en relació amb situacions sorgides en la pràctica de l'activitat física cooperativa.				