

MATÈRIA	EDUCACIÓ FÍSICA	NIVELL	1r ESO
COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES			
<ul style="list-style-type: none"> - Competència específica 1. Adquirir un estil de vida actiu i saludable incorporant la pràctica d'activitats físiques i hàbits beneficiosos per a la contribució del benestar físic, mental i social. - Competència específica 2. Aplicar la tècnica, tàctica i estratègia vinculades amb els jocs i els esports per a la resolució de situacions motrius. - Competència específica 3. Utilitzar els recursos expressius com a mitjà de relació, comunicació i integració social per a l'autoconeixement. - Competència específica 5. Adquirir actituds, valors i habilitats socials en la pràctica d'activitat física i esportiva per a la millora de la convivència i la cohesió social 			
CONTINGUTS			
<ul style="list-style-type: none"> - Activitat Física Saludable - Hàbits saludables Primers auxilis i prevenció de lesions - Esquema corporal - Habilitats motrius bàsiques i específiques (tècnica, tàctica i estratègia) per a la resolució de situacions motrius - Resolució de reptes i projectes motors - Expressió i comunicació corporal - Gestió personal i emocional - Habilitats socials i valors - Activitat física, gènere i discriminació 			
CRITERIS D'AVALUACIÓ			
<ul style="list-style-type: none"> - Incorporar hàbits saludables: roba esportiva i canvi de samarreta després de classe. - Aplicar els protocols d'actuació de prevenció i intervenció en petits accidents - Resoldre i executar habilitats motrius variades de l'esport treballat aplicant tècniques, tàctiques i estratègies. - Identificar els elements de la condició física mitjançant la pràctica motriu d'activitats i exercicis orientats a un estil de vida actiu i saludable. - Representar composicions utilitzant el moviment i l'expressió corporal, amb i sense base musical. - Realitzar activitats fisicoesportives en el medi natural - Executar activitats i exercicis per l'adquisició d'un estil de vida actiu i saludable: participació en activitats de Districte - Aplicar valors positius: Valoració del joc davant del resultat, autoregulació emocional i habilitats socials a través de l'esport. - Mostrar una actitud crítica davant dels estereotips i les actuacions discriminatòries de la societat en l'àmbit de l'activitat física i l'esport. 			

INSTRUMENTS D'AVALUACIÓ

- Proves de valoració de les capacitats físiques
 - Proves d'execució d'habilitats físiques i esportives
 - Eines digitals
 - Qüestionaris, rúbriques...
 - Realització i exposició de treballs a classe
 - Registre d'aula: participació, actitud, seguiment d'hàbits higiènics...
 - Graells d'autoavaluació i coavaluació de l'alumnat
- *Els instruments d'avaluació es podran diversificar en funció de les necessitats i habilitats de l'alumnat.

AVALUACIÓ DE LA MATÈRIA

Cada trimestre es lliurarà a l'alumne/a un informe d'avaluació indicant els resultats obtinguts en el seu procés d'aprenentatge on s'especificarà el grau d'assoliment dels diferents criteris d'avaluació.

L'avaluació final de la matèria es realitzarà atenent a la consecució dels objectius, el grau d'assoliment dels criteris d'avaluació i la valoració de l'evolució acadèmica de l'alumne/a.

MATERIAL NECESSARI PER PART DE L'ALUMNAT

- Roba esportiva i samarreta de recanvi
- Google Classroom