

## **Criteris d'avaluació de primer d'ESO**

1. Diferenciar les parts d'una sessió d'activitat física i l'objectiu de cadascuna.
2. Comprendre el significat de la condició física i de les qualitats físiques bàsiques com a qualitats de millora.
3. Incrementar el nivell individual d'activitat física per millorar la salut pròpia.
4. Mostrar hàbits higiènics i posturals saludables relacionats amb l'activitat física i la vida quotidiana.
5. Aplicar les bases d'una alimentació adequada per a l'activitat física i esportiva i la vida quotidiana.
6. Valorar les activitats físiques i esportives com una eina de millora per a la salut individual, acceptant el nivell assolit.
7. Identificar i adquirir els hàbits principals associats a una manera de viure saludable.
8. Practicar un esport individual tenint en compte els aspectes tècnics, acceptant el nivell assolit.
9. Practicar un esport d'adversari tenint en compte els aspectes tècnics, acceptant el nivell assolit.
10. Practicar un esport col·lectiu tenint en compte l'execució tècnica i tàctica, demostrant haver comprès les fases del joc (atac i defensa) i el respecte per les normes del joc.
11. Participar de forma activa en activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari, mostrant actituds d'autocontrol, respecte i acceptació de les normes.
12. Aprofitar les possibilitats de l'entorn proper per ocupar el temps de lleure.
13. Valorar la importància de la pràctica d'activitat física saludable en el temps de lleure.
14. Respectar i valorar el medi natural com a espai idoni per a la realització d'activitats físiques.
15. Expressar emocions i sentiments a través del cos.
16. Realitzar activitats amb suport musical mostrant respecte per les diferències individuals.
17. Organitzar l'espai propi i compartit a partir del llenguatge corporal.