



COMPETÈNCIES BÀSIQUES ÀMBIT EDUCACIÓ FÍSICA:

Curriculum ESO: Decret 175/2022 – <https://xtec.gencat.cat/ca/curriculum/eso/curriculum-175-2022/>

CONTINGUTS 2ESO			
ACTIVITAT FÍSICA SALUDABLE	ESPORTS	AF TEMPS LLEURE	EXPRESSIÓ
		MEDI NATURAL	
Condicció Física. Resistència i flexibilitat	Individuals: Gimnàstica esportiva bàsica	Sortides. Esquiada a la Cerdanya	Imitació i Gest
Escalfament	Esports d'adversari		Cos i emocions
Parts d'una Sessió	Col·lectius (Voleibol, Rugby, Handbol...)		Ritme i Coreo
Alimentació Hidratació	Valors		Balls

CRITERIS D'AVALUACIÓ

1. Executar activitats i exercicis orientats a l'adquisició d'un estil de vida actiu i saludable.
2. Identificar els elements d'un pla de treball de la condició física a través de la pràctica motriu.
3. Incorporar hàbits saludables (alimentació i hidratació, descans, educació postural, relaxació i higiene) valorant la millora integral.
4. Aplicar els protocols d'actuació de prevenció i intervenció en accidents i mesures bàsiques de primers auxilis.
5. Utilitzar recursos i aplicacions digitals per a la pràctica d'activitat física i l'adquisició d'hàbits saludables.
6. Executar habilitats motrius específiques i tècniques en reptes, formes jugades i joc reduït.
7. Resoldre situacions motrius variades en activitats lúdiques, jocs modificats i esports aplicant habilitats tècniques, tàctiques i estratègiques.



8. Expressar emocions, sentiments i missatges mitjançant diferents tècniques d'expressió corporal.
9. Representar composicions individuals o col·lectives amb i sense base musical utilitzant el cos com a eina d'expressió i comunicació.
10. Prendre part en danses i jocs populars i tradicionals de diferents territoris valorant la seva influència cultural i social.
11. Realitzar activitat física en el medi natural i urbà minimitzant l'empremta ecològica.
12. Aplicar les normes de seguretat, l'equipament, eines i tècniques adequades de les activitats físiques en el medi natural i urbà.
13. Utilitzar les possibilitats que ofereix l'entorn per a la practica activitat física i l'ocupació del temps de lleure de forma activa.
14. Aplicar els valors positius de l'esport en les activitats físiques i esportives valorant el joc per davant del resultat.
15. Identificar emocions en la pràctica d'activitat física i esportiva.
16. Mostrar actituds de respecte i escolta envers els altres independentment del seu nivell d'habilitat.
17. Identificar estereotips i actuacions discriminatòries en situacions de pràctica esportiva.

SUPERACIÓ DE LA MATÈRIA:

La matèria es supera a partir d'un **Assoliment Satisfactori**.

Aspectes a tenir en compte:

- S'acorda per consens de Departament d'Educació Física que no es realitzarà la nota mitjana de les diferents proves d'avaluació si el no assoliment d'alguna d'elles ha estat molt negatiu.
- S'han d'assolir com a mínim **2 trimestres i un d'ells ha de ser l'últim (excepte casos excepcionals)**.

SISTEMA D'AVALUACIÓ

Assoliment d'objectius de les diferents Unitats Didàctiques: 60%

Nota qualitativa dels registres obtinguts de les observacions i treballs relacionats amb els criteris d'avaluació. Per aprovar s'ha de tenir una nota mínima de AS. Les **activitats d'avaluació** reflectides a les diferents unitats didàctiques son una proposta teòrica que a la



pràctica pot estar condicionada per molts factors (Dates / Meteorologia / Adequació al grup classe, etc). És a dir: Pot ser que no totes es duiguin a terme però si almenys **una** de les que apareixen a la programació.

Actitud, valors, implicació i responsabilitat personal. 40%

Observacions i registres del professorat sobre el funcionament de les sessions. Les anotacions negatives per incompliment resten puntuació. Tres impliquen tenir 0 punts a l'apartat corresponent

- Portar roba i calçat esportiu per poder realitzar les sessions.
- Canviar-se almenys la samarreta en acabar la sessió.
- Participació activa.
- Respecte i cura del material esportiu i col·laborar en la recollida.
- Respectar la formació de grups en les activitats.
- La no realització de més de 4 sessions sense cap motiu justificat implica el no assoliment de la matèria. Exemple: falta de roba esportiva, adormir-se, lesions no evidents...

ESTAT DE SALUT / LESIONS / ABSÈNCIES (JUSTIFICADES)

L'alumnat haurà d'informar de qualsevol variació del seu Estat de Salut (lesions, malalties, etc.) i portar una còpia de l'**informe mèdic**.

En funció de la durada prevista del temps de recuperació / absència, el sistema d'avaluació s'adaptarà amb **dossiers documentals i/o proves teòriques** sobre la Unitat Didàctica afectada. L'alumnat que no realitza la sessió haurà de col·laborar amb tasques organitzatives del seu grup.

*En cas d'afectacions lleus i/o indisposicions temporals, l'alumnat haurà de seguir la sessió dins de les seves possibilitats i portar roba esportiva i de recanvi igualment.

RECUPERACIÓ

En cas de no superar l'avaluació final contínua, l'alumnat tindrà l'oportunitat de recuperar l'assignatura de manera interna a les proves que es faran durant el curs.

Aquestes proves poden ser:

- De Condició Física.
- Proves tècniques.
- Exposicions orals.
- Exàmens Escrits.
- Entrega de treballs..

Recuperació de pendents:

Per recuperar la matèria d'Educació Física de cursos anteriors, s'han d'aprovar el **primer i el segon trimestre** de la matèria del curs actual. En cas contrari, s'haurà de presentar a una prova d'avaluació extraordinària que se celebrarà en el transcurs del tercer trimestre.



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
Institut Marianao