



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació



Institut  
Can Ricard

**CRITERIS D'AVALUACIÓ**  
Matèria: EDUCACIÓ FÍSICA  
curs 2023-2024

## OBJECTIUS

La matèria d'Educació Física, té el desenvolupament personal i la millora de la qualitat de vida com a finalitats fonamentals.

Des de la matèria d'Educació Física, es té molt present que les activitats proposades potencien actituds i valors de: solidaritat i cooperació, sense discriminació, respectuosos amb les persones i l'entorn.

Els **continguts** estan distribuïts per **blocs** : vida activa i saludable; resolució de problemes en situacions motrius; activitats motrius lúdiques, culturals i expressives ; *interacció amb l'entorn en el temps de lleure; bloc valors, autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius*

## CRITERIS D'AVALUACIÓ

S'avalua tot allò que fa referència a la **participació pràctica** d'activitat física en **els blocs** treballats a cada trimestre. S'avalua tot el què fa referència a les anotacions escrites o bé fent ús de les noves **tecnologies** ( classroom, drive,...), quan han de lliurar fitxes , treballs escrits, gravacions, fotos,... . S'avalua els **hàbits higiènics**: portar l'equipament esportiu adequat ( la roba i calçat de recanvi) i tenir els hàbits d'higiene adequats després de la classe. També es valora la puntualitat, el respecte a la professora i als companys i la cura del material i instal.lacions.

Les sortides, tallers i situacions d'aprenentatge que es puguin proposar des de la matèria comptaran com a part de la nota. I les activitats esportives extraescolars , es valoraran de forma positiva.

Per obtenir la **nota final** de la matèria, es tindrà en compte la progressió de l'alumne durant el curs.

Els **criteris per avaluar** són:

<b>Durada i situació trimestral</b>	140 hores per curs escolar, distribuïdes en dues hores setmanals.
<b>Competències de l'àmbit d'EF</b>	<p><b>25 % bloc vida activa i saludable</b> hi ha sabers relacionats amb la condició física, la pràctica d'activitat física regular i els hàbits saludables, que aborden els components de la salut física i mental a través de relacions positives en contextos de pràctica fisicoesportiva, rebutjant els comportaments antisocials o contraris a la salut que poden produir-se en aquests àmbits. Tanmateix hi ha els sabers associats a l'alimentació, ergonomia, descans, primers auxilis i la prevenció de lesions, entre d'altres.</p> <p><b>25 % Dimensió esport:</b> En la dimensió esportiva es treballen els</p>



	<p>aspectes comuns dels esports individuals, d'adversari i col·lectius més habituals, i que són aplicables a situacions escolars. La primera competència es refereix a la capacitat de resoldre, de manera motriu i adequada, les diferents situacions que es donen en la pràctica de l'esport. La segona competència es refereix a la posada en pràctica dels valors propis de l'esport en situació de competició.</p> <p><b>bloc resolució de problemes</b> en situacions motrius té un caràcter transdisciplinari i es desenvolupa a través d'alguns aspectes clau: l'ús eficient dels components qualitatius i quantitatius de la motricitat, la presa de decisions, els processos de creativitat motriu i la resolució de reptes i/o el desenvolupament de projectes motrius. Aquests sabers han de desenvolupar-se en contextos molt variats de pràctica que, en qualsevol cas, han de respondre a la lògica interna de l'acció motriu des de la qual s'han dissenyat els sabers: accions individuals, cooperatives, d'oposició i de col·laboració-oposició.</p> <p><b>bloc activitats motrius lúdiques, culturals i expressives</b> abasta els següents components: balls i danses populars i l'expressió i la comunicació corporal.</p> <p><b>bloc interacció amb l'entorn en el temps de lleure</b> incideix sobre la interacció amb el medi natural i urbà des d'una triple vessant: el seu ús des de la motricitat, la seva conservació des d'una visió sostenible i el seu caràcter compartit des d'una perspectiva comunitària de l'entorn.</p> <p><b>bloc valors, autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius</b>, d'una banda, se centra en el fet que l'alumnat desenvolupi els processos dirigits a regular la seva resposta emocional davant de situacions derivades de la pràctica d'activitat física i esportiva, mentre que, d'altra banda, incideix sobre el desenvolupament de les habilitats socials i el foment dels valors de les relacions constructives entre els participants en aquest tipus de contextos motrius.</p>
<p><b>Competències d'aprendre a aprendre</b></p>	<p><b>Competències de l'àmbit digital:</b> les competències d'aquest àmbit es treballaran conjuntament amb les altres matèries del curs per l'assoliment de l'ús de les tecnologies digitals.</p> <p><b>Competències de l'àmbit social i personal:</b> l'avaluació d'aquestes també es farà amb la resta de matèries i la seva adquisició permetrà a l'alumnat desenvolupar-se de manera autònoma al llarg del seu</p>



	aprenentatge.
<b>Avaluació i criteris d'avaluació</b>	<p>L'<b>avaluació</b> d'aquesta matèria es farà de manera <b>trimestral</b>. Per superar el curs cal tenir aprovat els tres trimestres o una clara progressió positiva de l'alumne/a.</p> <p>Cada trimestre es podran recuperar els continguts no assolits en el trimestre anterior fent i presentant les activitats requerides. La nota màxima de les recuperacions serà un AS. Els alumnes suspesos a final de curs tindran la possibilitat de recuperar la matèria durant el mes de juny on realitzaran les activitats no assolides i si s'escau hauran de fer una prova escrita o dossier.</p> <p><b>Recuperació de la matèria</b> Durant el curs es farà avaluació contínua. Si a final de curs tot i així un alumne no aprova, podrà fer un examen de recuperació en el període establert. Aquest examen constarà d'una part pràctica i d'una part escrita que ambdues s'hauran d'aprovar amb un 5 per poder fer la mitjana. Si durant el curs següent aprova la matèria d'Educació Física, la nota del curs anterior quedarà aprovada amb un AS.</p>

**Percentatges i avaluació.** La nota final vindrà donada per la suma dels percentatges de cada sessió setmanal :

<b>%</b>	
<b>60%</b>	participació i pràctica a la classe
<b>10%</b>	hàbits d'higiene personal : canvi de roba i de calçat esportiu, endreça del vestidor, tenir cura i responsabilitat pròpia .
<b>20%</b>	Actitud a la classe i treball en valors (competència autonomia personal)
<b>10%</b>	Activitats escrites i treballs d'audiovisual classroom ( competència digital)

**Atenció a totes les diversitats.** Entenent que la matèria d'Educació Física té un caire eminentment integrador, la professora farà les degudes adaptacions i les degudes propostes diversificades de les diverses pràctiques en cada sessió. Cada activitat es presenta de manera inclusiva, de manera que tots els alumnes la puguin fer en el seu nivell .



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació



Institut  
Can Ricard

**CRITERIS D'AVALUACIÓ**  
**Matèria: EDUCACIÓ FÍSICA**  
**curs 2023-2024**

Si és el cas que no sigui adequat fer alguna pràctica per algun alumne, la professora farà una proposta adequada a les necessitats de l'alumne per aquella ocasió.

També es tindrà en compte als alumnes que ho sol·licitin en el mes de setembre, a la Secretaria de l'institut, amb el compliment de la deguda documentació, l'exempció de la matèria per aquell curs per ser esportista d'elit.

### **Adaptacions a fer quan un alumne no pot fer classe pràctica**

Cal tenir present si un alumne no pot fer pràctica esportiva durant un període de quinze dies per algun motiu de salut ho haurà de justificar pel metge. En aquest cas haurà de fer exercicis escrits que la professora li indicarà i els haurà de lliurar adequadament.

En cas que un alumne tingui alguna malaltia, lesió o estigui en procés de recuperació llarg (més d'un mes o un trimestre) haurà de ser justificada pel metge. Aquest alumne haurà de fer un o més treballs per escrit i lliurar-ho de forma adequada. La seva nota en aquell trimestre no superarà el AS.

En cas que un alumne no pugui fer pràctica durant tot el curs, el metge ho haurà de justificar per demanar l'exempció de la pràctica d'activitat física en la matèria d'Educació Física. L'alumne farà la programació a través de treballs i col·laboracions amb la professora. La seva nota no podrà superar el AN.

En cas d'un alumne que demani l'exempció de la matèria per ser esportista d'elit es tindrà en compte la normativa vigent.

En cas que un alumne no pugui fer exercici o activitat física amb normalitat, els pares i/o tutors ho han de fer saber a l'institut i a la professora .

### **Equipació i indumentària**

Es recomana que els alumnes vinguin de casa vestits amb l'equipació adequada per a realitzar EF, roba i sabatilles esportives. Cal un segon parell de sabatilles que només utilitzarem per l'ús del gimnàs i del pavelló.

En el cas de 1r d'ESO, que té compactades les 2h d'EF, es recomana dutxar-se després de la pràctica esportiva, així doncs cal portar tovallola, xanquetes, sabó, desodorant no spray i muda de recanvi, en una bossa específica.

No es permet realitzar pràctica esportiva sense samarreta o amb top.

Cal dur l'ampolla d'aigua personal.

L'Equip d'Educació Física no es fa responsable dels objectes de valor que quedin dins dels vestuaris



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació



Institut  
Can Record

**CRITERIS D'AVALUACIÓ**  
**Matèria: EDUCACIÓ FÍSICA**  
**curs 2023-2024**

### **Desplaçament de l'alumnat de 1r d'ESO al pavelló**

L'alumnat de 1r d' ESO farà desplaçament al pavelló municipal d'esports per tal de realitzar les sessions d'educació física.

El temps destinat al desplaçament forma part de la sessió d'educació física i queda implícit en la nota de la matèria, i per tant cal seguir les indicacions de la professora.