

CRITERIS D'AVALUACIÓ

Currículum educació secundària obligatòria – Decret 143/2007 DOGC núm. 4915

1. Planificar i posar en marxa un escalfament general.
2. Relacionar les activitats físiques amb els efectes que produeixen en els diferents aparells i sistemes del cos humà, especialment amb aquells que són més rellevants per a la salut.
3. Incrementar el nivell individual de condició física per a millorar la salut, participant en les activitats que es proposen i identificant quina és la qualitat física susceptible de millora. Reconèixer a partir de la mesura de la freqüència cardíaca la intensitat del treball realitzat.
4. Reflexionar sobre la importància d'una alimentació equilibrada i les variacions de demanda segons l'activitat física que es desenvolupa.
5. Realitzar de forma autònoma recorreguts en el medi natural, utilitzant l'equipament, eines i tècniques d'orientació adients. Mostrar una actitud de respecte pel medi natural.
6. Resoldre situacions de joc en un o més esports col·lectius, aplicant coneixements tècnics i tàctics.
7. Millorar l'execució dels aspectes tècnics d'un esport individual.
8. Mostrar una actitud crítica davant el tractament de l'esport i l'activitat física en la societat actual.
9. Crear i posar en pràctica seqüències de moviments, individualment i col·lectiva, amb i sense suport musical.
10. Utilitzar els tipus de respiració i les tècniques i mètodes de relaxació com a mitjà per a la reducció de desequilibris i minimitzar les tensions produïdes en la vida quotidiana.

VALORACIÓ DELS CRITERIS I NOTA FINAL DE CURS

1. Aspectes de contingut teòric, tècnic, tàctic i de condició física

Nota mitja dels registres obtinguts de les observacions i treballs relacionats amb els criteris d'avaluació. Per aprovar s'ha de tenir una nota mínima de 5.

La valoració d'aquests registres representarà el 60% de la nota

2. Aspectes de valors, implicació personal i responsabilitat personal.

Observacions i registres del professor sobre les normes de funcionament de les sessions.

Portar la roba esportiva indicada en la normativa (samarreta blanca, dessuadora blau fosc)

Cooperar en la formació de grups

Seguir les normes i reglaments

Respectar i prestar ajuda en moments necessaris

Participar de forma activa

Guardar silenci i escoltar en les explicacions

Aquest segon bloc es valorarà amb un 40% de la nota

Important

En cas de no poder seguir la sessió per malaltia, s' haurà de fer un treball escrit del contingut de la unitat corresponent, i amb 40% de sessions no realitzades un examen escrit a final d'avaluació

Sistema de recuperació

- Obtenir una puntuació mínima de 5 en les proves extraordinàries escrites de juny o setembre

Durant l'ESO.

Amb la nota de suficient d'un curs superior

Normes de seguretat i comportament en: (laboratoris, tallers...)

Aquestes normes afecten tant als dos espais propis de l'assignatura, gimnàs i pista poliesportiva, com altres espais o recintes que per les seves característiques guardin relació amb l'activitat física.

Gimnàs

1. No es podrà realitzar cap pràctica esportiva sense la presència d'un professor del departament o sense l'autorització expressa a un professor del centre
2. No es podrà utilitzar material esportiu l fix o mòbil en mal estat
3. L'ús de pilotes o mòbils queda restringit a les activitats pròpies de les classes, mai fora d'aquest temps.
4. Després de qualsevol pràctica, no es podrà començar una altra activitat sense tenir tot el material endressat al seu lloc d'emmagatzematge.
5. Totes les activitats de salt i equilibri han de comptar amb les degudes proteccions al terra
6. Durant les sessions no es pot portar a sobre rellotges, polseres, arracades, collars, gorres...Si no t'ho pots treure, tapa'l amb una tireta

Pista poliesportiva (pati)

1. No es podrà fer ús d'aquesta si es troba mullada.
2. Porteries i cistelles són elements de la instal·lació que no es poden fer servir per a penjar-se.
3. S'han de vigilar les trajectòries del balons per no colpejar a companys o companyes distrets
4. Les pilotes de futbol en partits no oficials han de ser tous
5. Les taules de tennis taula no es poden fer servir de seient.
6. No llançar objectes ni cridar a alumnes del centre del costat

Durant les sessions no es pot portar a sobre rellotges, polseres, arracades, collars, gorres...Si no t'ho pots treure, tapa'l amb una tireta

Vestidors

1. El centre no es fa responsable dels objectes de valor personals que quedin als vestidors
2. S'ha d'utilitzar xancletes per a entrar a la dutxa
3. No córrer dintre del vestidor
4. No jugar amb les portes
5. Tancar les llums als sortir
6. Recollir l'agua del terra després de la dutxa amb els estris de neteja que hi ha als vestidors
7. No es pot entrar en els vestidors durant les sessions de classe, si es necessari el professor indicarà la mesura més adient

Material esportiu

1. Retornar el material esportiu en préstec en el mateix estat de conservació
2. El material esportiu no pot sortir del centre si no és amb autorització del D. E.F.

Assistència i participació en les sessions. En cas de malaltia o indisposició temporal:

Justificaran la indisposició el mateix dia o següents però seguiran la sessió de una forma adaptada i segons les possibilitats físiques.

Si no és possible adaptar la pràctica, s'haurà de treballar de forma autònoma en un escrit de seguiment i explicació de les activitats de la sessió

Per malalties llargues es farà un estudi personal i dossier documental de preparació de l'examen teòric de la unitat

Incomplir la norma anterior representarà deixar el grup i marxar a la sala de guàrdia amb la sanció corresponent