



IES SON RULLAN

EXTRACTE CICLES FORMATIUS

MÒDUL: NATACIÓ	CURS: 1er	NIVELL: GRAU MITJÀ
-----------------------	------------------	---------------------------

Grups	Professor/ Professora
A	MARIA GENÉ
B	PETRINA CANYELLES
C	PETRINA CANYELLES

1a avaluació: 24/09/21 al 14/12/21. 11 setmanes. Lliurament notes: 21 o 22 de desembre

Unitats de treball Continguts	Resultats d'aprenentatge i Criteris d'avaluació.
<p>1. Adaptació al medi aquàtic</p> <ul style="list-style-type: none"> - Familiarització - Principis hidrodinàmics (flotació, propulsió, resistència i respiració) <p>2. Habilitats i destreses bàsiques:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desplaçaments - Girs - Salts: peus, genolls, cap,... - Llançaments - Recepcions - Conduccions <p>3.A- Jocs i activitats lúdiques dirigides a l'adaptació al medi aquàtic i als diferents esports aquàtics (waterpolo i aigües obertes)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disseny adaptat a l'espai, material, objectiu i al grup - Dinamització <p>4. Crol:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posició del cos - Acció dels braços - Acció de les cames - Respiració - Coordinació - Exercicis d'assimilació i execució pràctica - Desenvolupament de la velocitat i la resistència 	<p>Prepara i realitza activitats lúdiques en el medi aquàtic, combinant les habilitats i destreses bàsiques en condicions de seguretat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ha adaptat els jocs a l'espai, material objectius i al grup. - S'han seguit criteris de seguretat en la selecció i realització de les activitats i en l'ús de l'espai i dels materials <p>Domina els diferents estils coordinant la posició, les accions tècniques propulsives i equilibradores i la respiració i és capaç de detectar errors a partir de l'observació:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realitza els diferents estils aplicant els fonaments tècnics de forma eficaç - Coordina braços-cames-respiració - Detecta errors a partir de l'observació de l'execució tècnica pròpia i dels companys.

<ul style="list-style-type: none"> - Sortida <p>5. Esquena:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posició del cos - Acció dels braços - Acció de les cames - Respiració - Coordinació - Exercicis d'assimilació i execució pràctica - Desenvolupament de la velocitat i la resistència - Sortida 	
---	--

2a avaluació: 15/12/2021 al 05/04/2022. 13 setmanes. Lliurament de notes: 13 d'abril

Unitats de treball Continguts	Resultats d'aprenentatge i Criteris d'avaluació.
<p>6. Braça:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posició del cos - Acció dels braços - Acció de les cames - Respiració - Coordinació - Exercicis d'assimilació i execució pràctica - Desenvolupament de la velocitat i la resistència - Sortida <p>3.B- Jocs i activitats lúdiques dirigides a l'adaptació al medi aquàtic i als diferents esports aquàtics (waterpolo i aigües obertes)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disseny adaptat a l'espai, material, objectiu i al grup - Dinamització 	<p>Domina els diferents estils coordinant la posició, les accions tècniques propulsives i equilibradores i la respiració i és capaç de detectar errors a partir de l'observació:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realitza els diferents estils aplicant els fonaments tècnics de forma eficaç - Coordina braços-cames-respiració - Detecta errors a partir de l'observació de l'execució tècnica pròpia i dels companys. <p>Prepara i realitza activitats lúdiques en el medi aquàtic, combinant les habilitats i destreses bàsiques en condicions de seguretat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ha adaptat els jocs a l'espai, material objectius i al grup. - S'han seguit criteris de seguretat en la selecció i realització de les activitats i en l'ús de l'espai i dels materials

3a avaluació: 06/04/2022 al 23/06/22. 9 setmanes. Lliurament de notes 22 o 23 de juny

Unitats de treball Continguts	Resultats d'aprenentatge i Criteris d'avaluació.
<p>7. Viratges:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tècnica en l'execució del viratge en els diferents estils <p>8. Papallona:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posició del cos 	<p>Domina els diferents estils coordinant la posició, les accions tècniques propulsives i equilibradores i la respiració i és capaç de detectar errors a partir de l'observació:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realitza els diferents estils aplicant els fonaments tècnics de forma eficaç

<ul style="list-style-type: none"> - Acció dels braços - Acció de les cames - Respiració - Coordinació - Exercicis d'assimilació i execució pràctica - Desenvolupament de la velocitat i la resistència - Sortida <p>9. Apnea:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tècnica - Eficàcia i eficiència en l'aplicació de la tècnica <p>3.C- Jocs i activitats lúdiques dirigides a l'adaptació al medi aquàtic i als diferents esports aquàtics (waterpolo i aigües obertes)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disseny adaptat a l'espai, material, objectiu i al grup - Dinamització 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordina braços-cames-respiració - Detecta errors a partir de l'observació de l'execució tècnica pròpia i dels companys. <p>Domina els estils de natació amb criteris d'eficiència, velocitat i resistència:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realitza 200 m crol sense aturades en menys de 4 minuts i 15 segons - Realitza 200 m esquena sense aturades en menys de 5 minuts - Realitza 200 m braça sense aturades en menys de 5 minuts - Realitza 50 m crol sense aturades en menys de 50 segons - Realitza 50 m esquena sense aturades en menys de 1 minut - Realitza 50 m braça sense aturades en menys de 1 minut - Realitza 15 m subaquàtics en apnea <p>Prepara i realitza activitats lúdiques en el medi aquàtic, combinant les habilitats i destreses bàsiques en condicions de seguretat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ha adaptat els jocs a l'espai, material objectius i al grup. - S'han seguit criteris de seguretat en la selecció i realització de les activitats i en l'ús de l'espai i dels materials
--	--

ELS INSTRUMENTS I CRITERIS DE QUALIFICACIÓ

% de la nota i Instruments d'avaluació		Criteris de qualificació
20%	Proves escrites	S'ha de superar com a mínim amb un 4 per poder fer mitja amb les altres proves realitzades
	Treballs (Recerca, autoavaluació, coavaluació,...)	<ul style="list-style-type: none"> - Activitats i treballs de l'àrea. Valoració variable en % en funció de la seva importància - Treballs voluntaris per pujar nota - Criteris de qualificació de treballs i exercicis: <ul style="list-style-type: none"> ● Quantitat i qualitat de la informació d'acord al guió establert. ● Indicar totes les referències bibliogràfiques consultades per la realització dels treballs ● Lliurar els treballs-exercicis el dia assenyalat. Si s'entrega amb retard surt afectada la nota.

70%	Activitats pràctiques (Fulls d'observació/ rúbriques, barems)	<ul style="list-style-type: none"> - Executar la tècnica dels diferents estils d'acord als ítems establerts als instruments d'avaluació. - Nedar de forma eficaç d'acord al barem - Dissenyar i dirigir sessions i activitats lúdiques adaptades a l'espai, material objectius, al grup, seguint sempre criteris de seguretat.
10%	Puntualitat	<ul style="list-style-type: none"> - Un retard superior a 10 minuts, es considera falta. - 3 retards menors de 10 minuts es considera una falta.
	Assistència	<ul style="list-style-type: none"> - En cas de no dur el material necessari per nedar es considerarà la sessió pràctica no realitzada i, per tant, falta d'assistència injustificada. - En cas de lesió justificada mèdicament, si és possible haurà d'assistir a les sessions i realitzar un treball. - S'ha d'assistir i realitzar el: <ul style="list-style-type: none"> * 90% de les sessions si la falta no és justificada (1 sessió) * 80% de les sessions si la falta és justificada (2 sessions) <p>En cas de no complir, es suspèn l'avaluació corresponent</p>
	Actitud	<ul style="list-style-type: none"> - Participar de manera activa, mostrant interès i predisposició cap a les diferents activitats. - Seguir els criteris de seguretat durant tota la sessió - Mostrar respecte al material i a les instal·lacions. - Mostrar respecte als companys, professors i a la resta de personal (treballadors i usuaris) de la instal·lació esportiva. - Mostrar actitud positiva i de superació personal. - Saber treballar en equip. - Mostrar responsabilitat a la feina. - Estar atents durant les explicacions. - Dur el material adequat exigint a totes les sessions - Queda terminantment prohibit el consum de tabac i altres substàncies nocives durant els períodes lectius dins i fora la instal·lació ja que és un espai educatiu. - Seguir íntegrament la normativa covid, vigent. - Atendre les Normes de convivència i disciplina del centre relatiu a prohibit utilitzar el mòbil, ipad i altres aparells electrònics a la instal·lació. Només es podrà utilitzar per activitats pedagògiques exigides pel professorat - Durant les tasques pràctiques, regeix la mateixa normativa que en el centre. - En cas de fer classes no presencials, si canvia la normativa COVID, serà necessari comptar amb un ordinador a l'horari de classe estant a casa i un lloc de feina on no hi hagi distorsió per poder seguir les explicacions; també serà important la presència física davant la càmera seguint les següents rutines: <ul style="list-style-type: none"> ● Càmera oberta si el professor ho demana. ● Vestir correctament i asseguts a taula davant l'ordinador. ● Posar atenció i participar quan es demani. ● No realitzar altres tasques diferents a les que pertoqui al moment de la sessió.

		<ul style="list-style-type: none"> • Estar presents al meet des del principi fins al final de la sessió.
<p>* Cada un d'aquest aspectes seran sumats o restats al 10 actitudinal, restant en funció de la gravetat cada actitud negativa en funció de la importància de cada un dels ítems avaluables.</p>		

Observacions (procediments i actituds generals per a tot el curs):

Per exemple: Escriptura amb lletra clara i llegible; presentació dels treballs i deures d'una manera clara i ordenada; realització de les lectures obligatòries; atenció durant les explicacions; presentació dels treballs el dia assenyalat....

CONDICIONS PER APROVAR L'ASSIGNATURA EN CONVOCATÒRIA EXTRAORDINÀRIA.

Superar tots els treballs i proves escrites sobre els continguts realitzats durant el curs.
 Superar totes les proves d'execució tècnica de cadascun dels estils, sortides i viratges.
 Dissenyar i dirigir una sessió lúdica per un grup d'alumnes seguint les directrius acordades.
 Superar les proves de 200m i 50m crol, esquena i braça i 15m apnea segons el barem establert.
 Obtenir una mitjana de 5 i un mínim de 5 a cada prova a recuperar.