

<b>Grups</b>	<b>Professor/ Professora</b>
A	Jaume Segura
B	Jaume Segura
C	Jaume Segura

**1a avaluació (del 13/9/21 fins el 22/12/21); 14 setmanes. Lliurament de notes: 22 de desembre.**

<b>Continguts essencials</b>	<b>Criteris d'avaluació.</b>
Condicionament físic	Desenvolupar les Qualitats Físiques Bàsiques:  Resistència Força Flexibilitat Conèixer alguns dels sistemes d'entrenament de les qualitats físiques bàsiques. Avaluar el nivell de condició física propi a partir de diferents tests de condició física. Conèixer alguns dels exercicis contraindicats en la pràctica d'activitat física.
Salut i hàbits higiènics	Conèixer les generalitats, principis nutritius i la relació entre nutrició i exercici físic.
Expressió corporal	Realitzar una coreografia amb cordes
Habilitats motrius i esportives	Desenvolupar la tàctica individual a un esport col·lectiu (voleibol)

**2a avaluació (del 10/1/22 fins el 13/4/22); 13 setmanes. Lliurament de notes: 13 d'Abril**

<b>Continguts essencials</b>	<b>Criteris d'avaluació.</b>
Salut i hàbits higiènics	Analitzar els seus hàbits d'alimentació i fer una proposta de millora.
Condició Física	Elaborar i posar en pràctica un Programa de Salut  Individual: Millora de la flexibilitat Millora de la resistència Millora de la força Conèixer alguns dels mites i falses creences relacionats amb la pràctica d'activitat física.
Habilitats motrius i esportives	Desenvolupar la tàctica individual a un esport col·lectiu (el bàsquet)

<b>3a avaluació ESO i 1r. Batxillerat: del 23/4/22 fins el 23/6 ); 9 setmanes.</b>	
<b>Continguts essencials</b>	<b>Criteris d'avaluació</b>
Salut i hàbits higiènics.	Prendre consciència de la importància de: -una bona alimentació - d'un bon calçat -d'una bona postura corporal -d' una constant pràctica esportiva - d'una bona higiene personal. - ser crítics davant l' oferta i el consum.
Habilitats motrius	Preparar en petits grups activitats dirigides als seus companys, relacionades amb un esport o activitat física que els agradi.
Habilitats motrius i esportives	Desenvolupar la tàctica individual a un esport recreatiu( beisbol , ultimate)

<b>Instruments d'avaluació</b>	<b>Criteri de qualificació (% de la nota)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proves pràctiques</li> <li>• Participació diària</li> </ul>	<b>40% de la nota</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Treballs proposats per fer a casa.</li> <li>• Qüestionaris teòrics</li> </ul>	<b>30% feina a classe, quadern, deures...</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actitud envers l'assignatura</li> </ul>	<b>30% actitud, comportament, participació</b>

**ACTIVITATS I CONDICIONS PER A LA RECUPERACIÓ DE L'ASSIGNATURA Pendent del curs anterior**

<b>ACTIVITATS A REALITZAR</b>	<b>Precisau el % de contribució en la nota final i l'horari d'atenció a l'alumnat</b>
treballs a lliurar mensualment	
assistència a classes de repàs els horabaixes	
seguiment per part del professor de l'assignatura al curs actual	<b>x</b>
hora específica del professor encarregat tutoria (dimecres de 13 a 14 o altres)	
consulta i seguiment del cap de departament	<b>x</b>
proves d'examen	

<b>CONDICIONS PER RECUPERAR L'ASSIGNATURA</b>	<b>Posau una creu</b>
si aprova la 2a avaluació de la mateixa assignatura en el curs actual	<b>x</b>