

La Educación Física en el Sistema Educativo: objetivos y contenidos. Evolución y desarrollo de las funciones atribuidas al movimiento como elemento formativo

1. L'Àrea d' Educació Física en el currículum.
 - 1.1 Concepció multifuncional de l'EF.
 - 1.2 Normativa vigent.
 - 1.3 El concepte de currículum.
 - 1.4 Els tres nivells de concreció curricular.
 - 1.5 L'EF en el currículum de primària. Justificació.
2. Objectius i continguts d'educació física en primària.
 - 2.1 Objectius.
 - 2.1.1 Objectius generals d'àrea.
 - 2.1.2 Criteris de seqüenciació dels objectius.
 - 2.1.3 Objectius terminals.
 - 2.2 Continguts.
 - 2.2.1 Procediments.
 - 2.2.2 Fets i conceptes.
 - 2.2.3 Actituds, valors i normes.
3. Evolució i desenvolupament de les funcions atribuïdes al moviment com a element formatiu.
 - 3.1 Visió històrica.
 - 3.2 Diferents concepcions de l'EF.
 - 3.3 Funcions del moviment en l'EP.

1. L'Àrea d' Educació Física en el currículum.

1.1 Concepció multifuncional de l'EF.

—**Desenvolupament integral.** En el marc del Sistema Educatiu, la intenció és tractar les capacitats i habilitats físiques dels alumnes sense que aquestes quedin reduïdes a qüestions únicament físiques, motrius i perceptives. Del que es tracta és d'incloure d'altres aspectes, com ara elements cognitius, emocionals, comunicatius i expressius. Cal integrar tots aquests aspectes per tal de facilitar el coneixement de les pròpies possibilitats i dotar l'alumne d'un repertori motriu que contribueixi al seu desenvolupament integral.

—**Acció i reflexió.** L'educació física s'orientarà cap al desenvolupament de les capacitats i habilitats instrumentals que augmenten i perfeccionen les possibilitats de moviments de l'alumnat, cap a l'aprofundiment del coneixement de la conducta motriu com a organització significant del comportament humà, i contribuirà a assumir actituds, valors i normes amb relació al cos i la conducta motriu. L'ensenyament de l'educació física implicarà tant la millora de les **possibilitats d'acció** dels alumnes, com propiciar la **reflexió** sobre la finalitat, sentit i efectes de l'acció mateixa.

1.2 Normativa vigent.

—D'acord amb el RD 1318/2004 de 28 de maig pel que es modifica el RD 827/2003 on s'establia el calendari d'aplicació de la LO 10/2002, el Departament d'Ensenyament ha explicitat els referents normatius per al curs acadèmic 2004/2005, durant el qual es continua

aplicant el currículum LOGSE desplegat al RD 75/1992, RD 94/1992 i RD 95/1992.

—A l'espera de l'aprovació de l'avantprojecte de Llei Orgànica d'Educació (LOE) que derogarà les lleis 1/1990 (LOGSE), 9/1995 (LOPAGCE) i 10/2002 (LOCE), i de l'elaboració i aprovació dels reials decrets que la despleguin, el currículum de primària continua estant basat en els mateixos documents que fins ara: El Disseny Curricular Base (DCB), els decrets abans esmentats i el currículum publicat pel Departament d'Ensenyament l'any 1992.

1.3 El concepte de currículum.

—**Fonts del currículum.** El sistema educatiu implantat per la LOGSE l'any 1990 va proposar un model curricular fonamentat en quatre fonts: (a) Psicològica, que recull les característiques de l'alumnat, com creix, com madura... (b) Pedagògica, en relació a la metodologia de l'ensenyament, com ensenyar. (c) Epistemològica. Què ensenyar? És la tria dels continguts, la seva estructuració, la seva lògica. (d) Sòcio-cultural. El context on es desenvolupa el procés educatiu.

—**Currículum obert i flexible.** El DCB publicat pel ministeri l'any 1989 concebia el currículum com una eina de caràcter obert i flexible, que els centres i el professorat havien de concretar en fases successives (els anomenats nivells de concreció), fins a arribar al procés d'ensenyament-aprenentatge que es dona a l'aula.

—La LOGSE defineix el currículum com "*el conjunt d'objectius, continguts, mètodes pedagògics i criteris d'avaluació de cada un dels nivells, etapes, cicles, graus i modalitats del sistema educatiu que regulen la pràctica docent*" (Títol Preliminar, Article 4, LO 1/1990). El currículum és l'itinerari educatiu i a la vegada el conjunt de coneixements que un alumne assoleix en finalitzar un cicle educatiu.

—Els elements del currículum donen resposta al què, com i quan ensenyar i avaluar. (a) **Què** ensenyar? Objectius i els continguts. (b) **Com** ensenyar? Metodologia. (c) **Quan** ensenyar? Seqüenciació (en quin ordre) i temporalització (durant quant de temps).

—Continguts i objectius són considerats com a mínims que l'alumne de qualsevol centre escolar caldrà que assoleixi en finalitzar l'etapa de primària. El Sistema educatiu, en aquest sentit, preveu que aquest mínims es vagin concretant a la realitat educativa de cada centre i dels seus alumnes. Així, el currículum és entès com un projecte que precedeix les activitats educatives, precisant les seves intencions, proporcionat guies d'acció (conjunt d'objectius, mètodes pedagògics i criteris d'avaluació de cada un dels nivells, cicles, etapes, graus i modalitats del sistema educatiu) que regulen la pràctica docent. El

currículum s'articula en tres nivells: a nivell d'administració educativa, a nivell de claustre, i a nivell docent.

1.4 Els tres nivells de concreció curricular.

—Primer. A nivell polític-administratiu, com ara el Disseny Curricular Base del MEC, els reials decrets o les disposicions de les CCAA amb competències educatives. Estableix els **objectius generals d'etapa i d'àrea**, els continguts i els **objectius terminals**. Té caràcter prescriptiu.

—Segon. A nivell de gestió escolar, com ara el **Projecte Curricular de Centre**. Inclou la seqüenciació i la temporalització per cicles dels continguts establerts en el primer nivell, i els objectius corresponents a cada cicle (**objectius referencials**)

—Tercer. A nivell d'aula, com ara les unitats de programació. Inclou la selecció i la concreció dels continguts i els **objectius didàctics**.

1.5 L'EF en el currículum. Justificació.

—*“En la nostra societat actualment es manifesta un ampli consens sobre la consideració de l'educació física com a factor important en el desenvolupament integral de la persona”.*

—*“L'educació física ha de contribuir a la millora de la qualitat de vida, possibilitant la pràctica de les activitats corporals per a tothom sense distinció ni diferenciació de cap mena”*

—*“El currículum d'educació física respon a les necessitats individuals i socials en funció de les característiques personals i de les condicions contextuais per crear hàbits i comportaments favorables a la plena realització”.*

—*“A l'educació primària l'educació física ha d'encaminar-se a la consecució de finalitats utilitàries, higièniques i ètiques que es concreten en el coneixement corporal, el domini de l'acció motriu en l'espai i la implicació de cadascú en les relacions afectives que s'estableixen entorn de l'activitat física”*

—*“L'àrea d'educació física basa els seus processos d'ensenyament aprenentatge en l'activitat vivenciada per l'alumnat, ja que el treball corporal és essencial per al desenvolupament harmònic”.*

—*“L'alumnat té una necessitat de moviment que forma part del seu propi procés evolutiu i de desenvolupament, però perquè aquest procés tingui lloc ha d'integrar els coneixements i aprenentatges en relació amb el propi cos en l'activitat diària. La comprensió i l'acceptació de la pròpia realitat s'adquireixen per les informacions que incideixen directament sobre si mateix, com també pel contacte i relació amb la resta de l'alumnat i l'entorn”¹*

2. Objectius i continguts d'educació física en primària.

—En aquesta etapa té prioritat el tractament lúdic de les destreses i habilitats motrius, enteses no tan sols com conductes motrius sinó com a elements integrants del comportament humà, en el qual estan implicats tant

elements expressius, comunicatius i afectius com cognitius.

—Cal exercitar tant els factors motrius com els psicomotrius (percepció, anàlisi, selecció).

2.1 Objectius.

2.1.1 Objectius generals d'àrea.

—Els objectius constitueixen la manera d'explicitar les intencions del disseny curricular, sent els eixos referencials que han de guiar el procés d'ensenyament-aprenentatge de l'alumnat i assenyalant allò que es desitja aconseguir o assolir.

—El Currículum de Primària (1992) publicat pel Departament, a la pàgina 64, estableix els següents 10 Objectius generals d'àrea, idèntics als que incloïa el RD 95/1992 de 28 d'abril pel qual s'estableix l'ordenació curricular de l'educació primària. En finalitzar l'etapa de primària l'alumne havia de ser capaç de:

(1) Conèixer i acceptar el propi cos, com també les seves possibilitats de moviment.

(2) Prendre consciència de la pròpia situació motriu en l'espai i en el temps en relació amb les altres persones, amb els objectes i en medis diversos.

(3) Assolir un domini corporal i postural harmònic amb millora de la condició física de forma genèrica.

(4) Utilitzar les habilitats i les destreses bàsiques corresponents a l'acció motriu fent servir l'observació, l'anàlisi i la imaginació en la resolució de problemes motrius.

(5) Identificar i utilitzar formes de comunicació expressives corporals, tot desenvolupant el sentit estètic i creatiu.

(6) Conèixer, identificar i utilitzar les habilitats i les destreses específiques fonamentals de les activitats físiques proposades al llarg de l'etapa, les quals han d'incloure formes de desplaçament i de maneig d'objectes variades i diversificades.

(7) Valorar i fruit de l'activitat física, amb vista al benestar físic i mental, tot practicant hàbits d'higiene personal.

(8) Conèixer, identificar i experimentar diverses activitats físiques a la natura i en medis diferents de l'habitual, demostrant respecte envers l'entorn.

(9) Accedir al comportament social que faciliti el creixement individual mitjançant la participació responsable i respectuosa en una activitat física col·lectiva.

(10) Conèixer la realitat esportiva del seu territori i els recursos que li ofereix per a la pràctica de l'activitat física com una manera més d'utilitzar el temps lliure.

3.1.2 Criteris de seqüenciació dels objectius.

—Respectar el moment evolutiu i de desenvolupament físic i corporal propi de cadascun dels cicles.

—Adequar els continguts proposats per cada cicle a les experiències prèvies dels alumnes, amb l'objectiu d'aconseguir un alt grau de significativitat.

—Elaboració gradual, passant dels aspectes més generals als més específics.

—Interrelació entre les diferents categories de continguts. Els procediments, en ser els més utilitzats a l'Àrea d'EF, es constituïran en eixos o continguts

¹ RD 95/1992 de 28 d'abril pel qual s'estableix l'ordenació curricular de l'educació primària.

centrals, recolzats pels conceptes, i ambdós, encaminats a facilitar la creació d'actituds.

2.1.3 Objectius Finals.

1. Mostrar coneixement del propi cos, les seves capacitats perceptives i de moviment.
2. Acceptar i estimar el propi cos.
3. Controlar la pròpia lateralitat i exercitar-la referida a les altres persones i als objectes.
4. Controlar la respiració mitjançant activitats que ho afavoreixin.
5. Utilitzar el control tensió-relaxació voluntàriament.
6. Adoptar la postura correcta i equilibrada tant en repòs com en moviment.
7. Actuar responsablement sense risc per a la salut amb iniciatives motrius apreses.
8. Interpretar les nocions de relació que s'estableixen entre el propi cos, els objectes i l'espai exterior i utilitzar-les adequadament en l'acció motriu.
9. Relacionar les nocions espacials tot aplicant-les a un espai concret (pista esportiva, la natura, un plànol, etc.).
10. Executar moviments sincronitzant-los amb estructures rítmiques.
11. Executar amb fluïdesa, sincronització, eficàcia i precisió les habilitats motrius bàsiques i les seves combinacions.
12. Identificar i interpretar ritmes realitzats mitjançant l'acció motriu (marxa, cursa, salts, danses, etc.).
13. Executar els moviments propis de les danses realitzades.
14. Executar moviments molt diversos amb els màxims recorreguts dels segments corporals.
15. Experimentar curses i tasques motrius variades buscant l'economia d'esforç.
16. Utilitzar adequadament la força en aquelles tasques en què s'actui contra resistència donada.
17. Donar respostes motrius davant d'un determinat estímul en el temps mínim possible.
18. Executar els gestos bàsics dels diferents esports individuals, d'adversari i els col·lectius practicats.
19. Utilitzar l'estratègia individual i d'equip bàsica dels esports que es realitzin.
20. Aplicar les regles fonamentals de les activitats físiques que es practiquin.
21. Identificar els esports, les danses i els jocs com a elements socio-culturals i lúdics.
22. Respectar les regles i aplicar normes de joc.
23. Actuar amb esforç per vèncer les dificultats superables.
24. Valorar i aplicar hàbits higiènics de pràctica permanent (dutxar-se, canviar-se la roba, etc.).
25. Expressar corporalment emocions, sentiments i idees. Interpretar els gestos d'altri.
26. Representar un personatge i interpretar un argument utilitzant tècniques de dramatització o mim.
27. Realitzar diferents tipus de joc, integrant-se en la dinàmica establerta.
28. Descriure els jocs tradicionals del propi territori.
29. Experimentar el joc com a objecte de plaer i recreació.
30. Valorar l'activitat física com a possible pràctica de temps lliure i escollir les formes més adients a les pròpies característiques i interessos.
31. Acceptar i respectar la diversitat física, d'opinió i acció.
32. Respectar i tenir cura de l'entorn, la natura, les instal·lacions i el material, tant propi com comunitari.

2.2 Continguts ².

—El currículum de primària publicat pel Departament (segons els Decrets 95/1992 de 28 d'abril i 223/1992 de 25 de setembre) especificava 5 grans blocs de continguts. No és un temari tancat sinó orientacions. No suposaven una forma de presentació ni una seqüenciació de les activitats.

—Els docents del centre hauran de tenir en compte aquests continguts a l'hora d'elaborar els projectes de centre i les programacions.

2.2.1 Continguts referents a procediments.

(a) Control i consciència corporal.

- Control tònic.
- Control de respiració.
- Ajust corporal. Orientació en l'espai i orientació en el temps. Ritme.

(b) Execució d'habilitats coordinatives.

- Execució d'habilitats motrius bàsiques i habilitats motrius específiques.

(c) Utilització de les capacitats condicionals.

- Aplicació de la força incidint en el comportament coordinatiu.
- Increment de la resistència general.
- Manteniment de la flexibilitat. Increment de la velocitat.

(d) Expressió corporal i dramatització.

- Expressió d'emocions i sentiments.
- Creativitat motora.
- Representació de personatges, objectes i situacions.

(e) Realització de jocs.

- Execució de joc simbòlic i dramàtic, sensorial i perceptiu, de cooperació i oposició i tradicional.

2.2.2 Continguts referents a fets, conceptes i sistemes conceptuals.

(a) Esquema corporal.

- L'estructura corporal.
- La funcionalitat orgànica.
- Les possibilitats perceptives.
- Consciència del propi moviment i de la postura.

(b) Organització de l'espai i del temps.

- Nocions relacionades amb la pròpia orientació.
- Nocions de relació entre el cos, els objectes i l'espai exterior.
- Domini de l'espai gràfic.
- Nocions relacionades amb el temps. El ritme.
- Estructuració espacio-temporal.

(c) Habilitats motrius específiques.

- Esports i danses com a elements culturals.

(d) Expressió i comunicació.

- El cos com a mitjà de comunicació: expressió i comprensió.

(e) El joc.

- Jocs tradicionals i populars.

2.2.3 Continguts referents a actituds, valors i normes.

—Acceptació i estimació del propi cos.

- Iniciativa en l'acció.
- Organització i constància en l'activitat motriu.
- Gust i satisfacció per l'activitat física.

Comentario: .

Comentario:

Comentario: C

² RD 95/1992.

- Esforç per vèncer les dificultats superables. Autosuperació personal.
- Valoració de la higiene i la salut.
- Motivació cap a la comunicació corporal.
- acceptació i respecte a la diversitat física, d'opinió i d'acció.
- Responsabilitat envers les normes.
- Respecte a la natura, a les instal·lacions i el material.

| Continguts fonamentals d'EF agrupats per procediments, conceptes i actituds, i dividits per cicles. Vegeu taules al final de la unitat.

3. Evolució i desenvolupament de les funcions atribuïdes al moviment com a element formatiu.

3.1 Visió històrica.

—La història de l'educació física és la història del conjunt de pràctiques culturals que posen en joc les possibilitats motrius de l'home.

—En les cultures primitives la condició física constituïa un element imprescindible per (1) **la supervivència**. A més, cal afegir que també podem observar la pràctica de (2) **la dansa** com una forma de comunicació i expressió i (3) **els jocs** com una activitat centrada en la diversió, en oposició a l'activitat dirigida a la satisfacció de necessitats vitals.

—En les cultures clàssiques l'activitat física era practicada per minories selectes. A l'Edat Mitja l'educació física perd popularitat en favor del desenvolupament purament espiritual. Al Renaixement, els pensadors humanistes teoritzaran sobre la necessitat de portar a terme una educació integral, i dins d'aquesta defensen un paper destacat de l'EF com a matèria educativa.

—Al segle XIX, en els països del centre i nord d'Europa (bàsicament Suècia i Alemanya) es fomenta la utilització d'exercicis físics terapèutics i com a element primordial en la preparació militar.

—Així, al llarg de la història, les activitats físiques i esportives han estat vistes des de diferents perspectives: com a teràpia, com a element formatiu, com a entrenament militar o com a element d'oci per a classes benestants.

3.2 Diferents concepcions de l'EF ³.

(a) Des d'un **punt de vista pragmàtic i/o realista**. La fita final és proporcionar als alumnes oportunitats per que, mitjançant l'experiència, resolguin els problemes quotidians i es converteixin en individus millor preparats per la vida en societat, que puguin satisfer amb èxit els imperatius que els presentarà la vida com a membres d'un grup. El seu objectiu és l'augment de la competència de l'alumne a l'hora de desenvolupar-se en el seu entorn. Del que es tracta és d'augmentar la quantitat d'experiències a través d'una gran varietat d'activitats. El professor és un tècnic en resolució de problemes.

(b) **Concepció idealista** de l'EF. Incideix en el desenvolupament de la personalitat i en assolir una vida plena, tant en l'esfera física, intel·lectual, social i moral. El professor és més important que altres elements del procés, exercint com a imatge o model per als alumnes.

—El concepte d'**educació integral** està relacionat amb el pensament idealista, l'origen del qual el podríem trobar a les societats clàssiques. S'assigna a l'EF una funció de formació moral. Encara avui dia s'insisteix en el valor formatiu de l'esforç i en la idea de l'EF com a mitjà per transmetre normes i valors socials.

—L'EF no existeix en si mateixa sinó únicament al servei d'una sèrie de finalitats que la superen: sembla condemnada a reproduir les discussions internes de les ciències humanes.

3.3 Funcions del moviment en l'educació primària.

—A través del moviment el nen podrà adquirir hàbits, tècniques i usos corporals de la nostra societat, des dels més elementals i quotidians fins d'altres més sofisticats, com la dansa o l'esport.

—L'EF permet millorar el funcionament corporal proporcionant nivells més alts de salut i qualitat de vida. A més, augmenta la quantitat i qualitat d'habilitats que permeten una millora del rendiment de les capacitats expressives.

—Però, no és només en aquest dos sentits en els quals repercuteix l'activitat física. En l'àmbit escolar, l'educació física i el seu eix central, el moviment, s'entén com una àrea del currículum adreçada a l'educació i formació integral del nen, fomentant la participació, la solidaritat, les relacions distendides, l'acceptació de si mateix i dels altres, la comunicació i la responsabilitat vers el propi cos.

—L'EF a primària està emmarcada sota dues perspectives. Per una banda la consideració de l'individu com una totalitat, que requereix un desenvolupament global i un tractament educatiu integrat. Per altra banda, les característiques de la societat actual, influenciada per l'accés a múltiples informacions i la tendència al consum, que poden propiciar l'assumpció d'hàbits inadequats de salut (alimentació, cura personal, sedentarisme...)

—Les disposicions i orientacions per a l'educació primària, emanades dels organismes oficials, concedeixen a l'educació física un paper de gran rellevància quant a que la consideren com un àrea de gran incidència en la formació integral de l'alumnat ■

³ BARROW, H.M. y BROWN, J.P. (1992): *Hombre y movimiento*. Doyma: Barcelona.

LOGSE
CONTINGUTS FONAMENTALS d'EDUCACIÓ FÍSICA
Segons el Currículum del Departament d'Ensenyament (Barcelona, 1992)

CICLE INICIAL

Tipus de continguts → Blocs temàtics ↓↓	Procediments	Fets, Conceptes i Sistemes Conceptuals	Actituds, valors i normes
1. <i>Control i consciència corporal.</i>	—Experimentació de diferents tons musculars. —Experimentació de diferents formes de respiració. —Contrast de postures corporals. —Utilització correcta de la pròpia lateralitat i de la seva projecció en els altres i en els objectes. —Interpretació de nocions d'orientació espacial. —Reconeixement de la mesura i orientació temporal. El ritme. —Activació de les funcions orgàniques.	<i>Esquema corporal.</i> —El propi cos i la seva estructura. —Capacitats perceptives i de moviment. <i>Organització de l'espai i del temps.</i> —Nocions relacionades amb la pròpia orientació espacial. —Nocions temporals. El ritme.	—Cura i respecte del propi cos i el de les altres persones. —Interès per complir les normes d'higiene. —Gust en la realització d'activitats físiques. —Cura en l'ús dels materials, espais naturals i instal·lacions.
2. <i>Execució d'habilitats coordinatives.</i>	—Experimentació d'habilitats motrius bàsiques: desplaçaments, llançaments, equilibris, girs, etc. —Execució de coordinacions amb objectes. —Experimentació de coordinacions pròpies de diverses danses.	<i>Habilitats motrius específiques.</i> —Danses amb coordinacions senzilles.	
3. <i>Utilització de les capacitats condicionals.</i>	NOTA. El currículum no fa cap referència a les capacitats condicionals per a cicle inicial. No és aconsellable un treball específic de resistència, velocitat o força en aquest cicle. Sí, però, es poden treballar els estiraments.		
4. <i>Expressió i dramatització.</i>	—Manifestació de l'afectivitat. —Experimentació de la pròpia creativitat motriu. —Expressió d'emocions, estats d'ànim mitjançant l'actitud corporal.	—Capacitats expressives pròpies i de les altres persones.	
5. <i>Realització de jocs.</i>	—Realització de jocs sensorials, simbòlics i dramàtics. —Experimentació del joc com a objecte de recreació.	—Jocs tradicionals del propi territori amb normes i regles senzilles.	

LOGSE
CONTINGUTS FONAMENTALS d'EDUCACIÓ FÍSICA
Segons el Currículum del Departament d'Ensenyament (Barcelona, 1992)

CICLE MITJÀ			
Tipus de continguts ⇒ Blocs temàtics ↓	Procediments	Fets, Conceptes i Sistemes Conceptuals	Actituds, valors i normes
<i>1. Control i consciència corporal.</i>	—Identificació de diferents tons musculars. —Control respiratori. Respiracions abdominals i toràciques. —Aplicació de postures corporals correctes. —Ús de les nocions d'organització espacial i temporal. —Realització de moviments coordinant-los amb estructures rítmiques. —Control de l'orientació lateral referida a les altres persones i als objectes.	<i>Esquema corporal:</i> —Capacitats perceptives condicionals i de moviment. —Repercussions de l'activitat física en el propi cos. <i>Organització de l'espai i del temps:</i> —Nocions d'organització espacial: entre el propi cos, els objectes i l'espai exterior. —El ritme.	—Constància en l'activitat motriu. —Cura del propi cos. —Preocupació per al compliment d'hàbits d'higiene. —Esforç en l'activitat motriu. —Col·laboració en les activitats motrius col·lectives. —Responsabilitat en l'ús d'instal·lacions i materials. —Esforç en la superació de dificultats.
<i>2. Execució d'habilitats coordinatives.</i>	—Execució d'habilitats motrius bàsiques: desplaçaments, llançaments, equilibris, girs, etc. —Ús d'habilitats motrius específiques: coordinacions pròpies d'activitats físiques elaborades i de les danses.	<i>Habilitats motrius específiques:</i> —Activitats físiques: esports i danses.	
<i>3. Utilització de les capacitats condicionals.</i>	—Execució de moviments controlats que activin les funcions orgàniques. —Realització de moviments que afavoreixen la flexibilitat.		
<i>4. Expressió i dramatització.</i>	—Manifestació de la pròpia afectivitat. —Expressió corporal de sentiments i idees. —Ús de la pròpia creativitat motriu.	—Elements bàsics de comunicació corporal.	
<i>5. Realització de jocs.</i>	—Execució de jocs espontanis i reglats, col·lectius i individuals. —Anàlisi de situacions de joc. —Experimentació de diferents tipus de jocs: dramàtic, sensorial, de cooperació i oposició. —Experimentació del joc com a objecte de recreació.	—Jocs tradicionals del propi territori. Regles bàsiques. —Jocs adaptats d'altres països. Regles bàsiques.	

LOGSE

CONTINGUTS FONAMENTALS d'EDUCACIÓ FÍSICA

Segons el Currículum del Departament d'Ensenyament (Barcelona, 1992)

CICLE SUPERIOR

Tipus de continguts ⇒ Blocs temàtics ↓	Procediments	Fets, Conceptes i Sistemes Conceptuals	Actituds, valors i normes
1. Control i consciència corporal.	—Adequació del to muscular a l'exigència de l'activitat física. —Ús del control tensió-relaxació voluntàriament. —Aplicació del ritme i forma respiratòria correcta. —Adopció de la postura correcta i equilibrada tant en repòs com en moviment. —Ampliació de nocions d'orientació lateral en un espai concret. —Planificació de l'acció motriu tenint en compte la posició, la trajectòria i la velocitat pròpies, dels altres i dels objectes en l'espai. —Execució de moviment sincronitzant-los amb estructures rítmiques.	<i>Esquema corporal:</i> —Funcionament corporal i postural en la realització d'activitats físiques. —Repercussions de l'activitat física en el propi cos i la salut. <i>Organització de l'espai i del temps:</i> —Orientació en l'espai gràfic. —El ritme. —L'espai recorregut i la seva representació gràfica.	—Constància en la pràctica d'activitats motrius. —Cura del propi cos i de la seva higiene. —Esforç i responsabilitat en la pràctica d'activitats físiques. —Participació responsable en activitats motrius col·lectives: esports i danses. —Valoració responsable dels materials i instal·lacions.
2. Execució d'habilitats coordinatives.	—Aplicació d'habilitats motrius bàsiques i les seves combinacions. —Ús d'habilitats motrius específiques per a la iniciació en esports individuals i col·lectius i la realització de diverses danses.	<i>Habilitats motrius específiques:</i> —Pautes i normes de diferents esports. —Coordinacions pròpies de les danses.	—Cura en l'ús de materials, instal·lacions i espais naturals.
3. Utilització de les capacitats condicionals.	—Ús de la força en activitats en què s'actua contra una resistència donada. —Experimentar curses i tasques motrius amb economia d'esforç. —Reacció motriu davant un estímul.		—Esforç en la superació de dificultats.
4. Expressió i dramatització.	—Elecció de nous moviments a partir d'estímuls plàstics, musicals. —Representació de situacions i personatges mitjançant la dramatització i el mim. —Expressió de ritmes.	—Elements de comunicació corporal.	
5. Realització de jocs.	—Creació, organització i/o modificació de jocs de diversos tipus. —Anàlisi de situacions de joc col·lectiu. —Identificació del joc com a objecte de recreació.	—Jocs tradicionals del propi territori. Regles bàsiques. —Jocs adaptats d'altres països. Regles bàsiques.	

LOGSE

32 OBJECTIUS TERMINALS

Agrupats en relació amb els 5 blocs de continguts

Bloc 1 Control i consciència corporal	Bloc 2 Execució habilitats coordinatives	Bloc 3 Utilització capacitats condicionals.	Bloc 4 Expressió i comunicació	Bloc 5 Realització de Jocs
1. Mostrar coneixement del propi cos, les seves capacitats perceptives i de moviment. 2. Acceptar i estimar el propi cos. 3. Controlar la pròpia lateralitat i exercitar-la referida a les altres persones i als objectes. 4. Controlar la respiració mitjançant activitats que ho afavoreixin. 5. Utilitzar el control tensió-relaxació voluntàriament. 6. Adoptar la postura correcta i equilibrada tant en repòs com en moviment. 7. Actuar responsablement sense risc per a la salut amb iniciatives motrius apreses. 23. Actuar amb esforç per vèncer les dificultats superables. 24. Valorar i aplicar hàbits higiènics de pràctica permanent (dutxar-se, canviar-se la roba, etc).	11. Executar amb fluïdesa, sincronització, eficàcia i precisió les habilitats motrius bàsiques i les seves combinacions. 12. Identificar i interpretar ritmes realitzats mitjançant l'acció motriu (marxa, cursa, salts, danses, etc.) 18. Executar els gestos bàsics dels diferents esports individuals, d'adversari i els col·lectius practicats. 19. Utilitzar l'estratègia individual i d'equip bàsica dels esports que es realitzin. 8. Interpretar les nocions de relació que s'estableixen entre el propi cos, els objectes i l'espai exterior i utilitzar-les adequadament en l'acció motriu. 9. Relacionar les nocions espacials tot aplicant-les a un espai concret (pista esportiva, la natura, un plànol, etc).	14. Executar moviments molt diversos amb els màxims recorreguts dels segments corporals. 15. Experimentar curses i tasques motrius variades buscant l'economia d'esforç. 16. Utilitzar adequadament la força en aquelles tasques en què s'actui contra resistència donada. 17. Donar respostes motrius davant d'un determinat estímul en el temps mínim possible.	10. Executar moviments sincronitzant-los amb estructures rítmiques. 13. Executar els moviments propis de les danses realitzades. 25. Expressar corporalment emocions, sentiments i idees. Interpretar els gestos d'altri. 26. Representar un personatge i interpretar un argument utilitzant tècniques de dramatització o mim.	20. Aplicar les regles fonamentals de les activitats físiques que es practiquin. 21. Identificar els esports, les danses i els jocs com a elements socio-culturals i lúdics. 22. Respectar les regles i aplicar normes de joc. 27. Realitzar diferents tipus de joc, integrant-se en la dinàmica establerta. 28. Descriure els jocs tradicionals del propi territori. 29. Experimentar el joc com a objecte de plaer i recreació. 30. Valorar l'activitat física com a possible pràctica de temps lliure i escollir les formes més adients a les pròpies característiques i interessos. 31. Acceptar i respectar la diversitat física, d'opinió i acció. 32. Respectar i tenir cura de l'entorn, la natura, les instal·lacions i el material, tant propi com comunitari.