

UNITAT DE PROGRAMACIÓ

“L’EDUCACIÓ FÍSICA ÉS UNA PASSADA!”

- TÍTOL N° DE SESSIONS: 5
- TEMPORITZACIÓ: TRIMESTRE 3º Tornant de Setmana Santa
- LLOC. BARRI. NIVELL SÒCIO-ECONÒMIC. COMARCA. ESCOLA. INFRAESTRUCTURES. MATERIAL.
- JUSTIFICACIÓ DE LA UNITAT DE PROGRAMACIÓ. Els alumnes han de conèixer alt per alt la història de l’EF i de l’act. Física al llarg de la història de la humanitat.
- METODOLOGIA: Descobriment guiat, resolució de problemes.
- OBJECTIUS GENERALS. OBJ. TERMINALS. N° 5, 8 i 9.
- EIXOS TRANSVERSALS. Educació per la salut, igualtat d’oportunitats entre sexes.
- RELACIÓ AMB ALTRES ÀREES. C. M. natural , social i cultural.
- GRUP-CLASSE. CARACTERÍSTIQUES..

OBJECTIUS DIDÀCTICS. L’alumne en acabar la UP “.. “ ha de ser capaç de...

1. Conèixer de forma esquemàtica la història de l’activitat física en la humanitat.
2. Expressar amb el cos i comunicar de forma de no verbal.
3. Saber gaudir de l’educació física i de les seves possibilitats.
4. Respectar els altres sense importar el seu sexe i la seva manera de ser i/o actuar.
5. Mostrar actituds de col·laboració i de valors de saber guanyar i perdre.
6. Mostrar hàbits d’higiene corporal adequats a l’edat.

CONTINGUTS:

PROCEDIMENTALS.

1. Realització de jocs de lluita i combat.
2. Escenificació de diferents aspectes de la història de la humanitat amb mímica.
3. Realització de jocs d’orientació pel voltant de l’escola.
4. Execució d’una sessió d’aeròbic infantil.
5. Realització de jocs de relaxació al final de les sessions.

FETS, CONCEPTES, SISTEMES CONCEPTUALS

1. Evolució de l’educació física i l’activitat física.

2. La orientació.
3. L'aeròbic i la seva importància per l'organisme.
4. La higiene i salut en EF

ACTITUDS, VALORS I NORMES

1. Acceptació dels altres sense discriminacions de cap tipus.
2. Valoració del propi cos i de les seves possibilitats de moviment i comunicació.
3. Acceptació de l'EF escolar com una forma vàlida de gaudiment del propi cos.

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT –APRENENTATGE

1. La lluita greco-romana adaptada. Jocs de lluita i combat simples.
2. Aeròbic infantil.
3. Les etiquetes: assaig i representació d'escenes de l'EF i act. Física.
4. Orientació pels volts de l'escola. Joc de pistes amb brúixola. Per grups.
5. Jocs de relaxació.
6. Les etiquetes i la mímica. Mímica dels esportistes més coneguts de la història:
Jordan, Indurain, Pelé, Comanenci, Navratilova, Graf,..
7. Pluja d'idees sobre temes plantejats pel MEF i debats.

ACTIVITATS D'AVALUACIÓ

- Registre anecdòtic: es valora la participació a les activitats activament.
 - Llistes de control: SI/No/De vegades.
1. Participa als debats.
 2. Es mostra col.laborador amb els companys.
 3. Mostra hàbits d'higiene.
 4. Porta la bossa en condicions.

Avaluació final sobre el nivell aconseguit, el procés i el MEF:

Qüestionari:

1. Què t'ha agradat més de la UP?
2. Què t'ha resultat més difícil?
3. Creus que l'aeròbic és de nenes i l'esport de nens? Per què?
4. Has aconseguit relaxar-te? Què has sentit?
5. Creus que el mestre ha explicat bé les coses a fer?
6. Puntua el teu grau de satisfacció de l'1 al 10.

