

ÀREA	EDUCACIÓ FÍSICA
COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES	1. Adoptar un estil de vida actiu i saludable, practicant regularment activitats físiques, lúdiques i esportives, adoptant comportaments que potenciïn la salut física, emocional i social, així com mesures de responsabilitat individual i col·lectiva durant la pràctica motriu, per interioritzar i integrar hàbits d'activitat física sistemàtica que contribueixin al benestar.-STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3 2. Adaptar els elements propis de l'esquema corporal, les capacitats físiques, perceptiu-motrius i coordinatives, així com les habilitats i destreses motrius, tot aplicant processos de percepció, decisió i execució adequats a la lògica interna i als objectius de diferents situacions, per donar resposta a les demandes de projectes motors i de pràctiques motrius amb diferents finalitats en contextos de la vida diària.-STEM1, CPSAA4, CPSAA5 3. Desenvolupar processos d'autoregulació i interacció en el marc de la pràctica motriu, amb actitud empàtica i inclusiva, fent ús d'habilitats socials i actituds de cooperació, respecte, treball en equip i esportivitat, amb independència de les diferències culturals, socials, de gènere i d'habilitat dels participants, per contribuir a la convivència i al compromís ètic en els diferents espais en els quals es participa.-CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3 4. Reconèixer i practicar diferents manifestacions lúdiques, fisicoesportives i artístic-expressives

	pròpies de la cultura motriu, valorant la seva influència i les seves aportacions estètiques i creatives a la cultura tradicional i contemporània, per integrar-les en les situacions motrius que s'utilitzen regularment en la vida quotidiana.-CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4 5. Valorar diferents medis naturals i urbans com a contextos de pràctica motriu, interactuant-hi i comprenent la importància de la seva conservació des d'un enfocament sostenible, adoptant mesures de responsabilitat individual durant la pràctica de jocs i activitats físicoesportives, per realitzar una pràctica eficient i respectuosa amb l'entorn i participar en la seva cura i millora.-STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3
CRITERIS D'AVUACIÓ	1.1. Reconèixer els efectes beneficiosos a nivell físic i mental de l'activitat física com a pas previ per a la seva integració en la vida diària. 1.2. Integrar els processos d'activació corporal, dosificació de l'esforç, relaxació i higiene en la pràctica d'activitats motrius, interioritzant les rutines pròpies d'una pràctica motriu saludable i responsable. 1.3. Adoptar mesures de seguretat abans, durant i després de la pràctica d'activitat física, reconeixent els contextos de risc i actuant amb precaució davant ells. 1.4. Identificar i tractar conductes vinculades a l'àmbit corporal, l'activitat física i l'esport, que resulten perjudicials per a la salut o afecten negativament la convivència, adoptant postures de rebuig a la violència, la discriminació i als estereotips de gènere, i evitant activament la seva

reproducció.

2.1. Desenvolupar projectes motors de caràcter individual, cooperatiu o col·laboratiu, definint metes, seqüenciant accions, introduint si cal canvis durant el procés i generant produccions motrius de qualitat, valorant el grau d'ajust al procés seguit i al resultat obtingut.

2.2. Aplicar principis bàsics de presa de decisions en situacions lúdiques, jocs modificats i activitats esportives a partir de l'anticipació, ajustant-los a les demandes derivades dels objectius motors i a la lògica interna de situacions individuals, de cooperació, d'oposició i de col·laboració-oposició, en contextos reals o simulats d'actuació, reflexionant sobre les solucions obtingudes.

2.3. Adquirir un progressiu control i domini corporal, emprant els components qualitatius i quantitatius de la motricitat de manera eficient i creativa, i fent front a les demandes de resolució de problemes en situacions motrius transferibles al seu espai vivencial.

3.1. Participar en activitats motrius, des de l'autoregulació de la seva actuació, amb predisposició, esforç, perseverança i mentalitat de creixement, controlant la impulsivitat, gestionant les emocions i expressant-les de manera assertiva.

3.2. Respectar les normes consensuades, així com les regles de joc, i actuar des dels paràmetres de l'esportivitat i el joc net, reconeixent les actuacions de companys i rivals.

3.3. Convivre mostrant, en el context de les pràctiques motrius, habilitats socials, diàleg en la resolució de conflictes i respecte a la diversitat, ja sigui de gènere, afectiva, sexual, d'origen nacional, social, econòmica o de competència motriu, i mostrant una actitud crítica i un

	compromís actiu enfront dels estereotips, les actuacions discriminatòries i la violència, fent especial incís en el foment de la igualtat de gènere. 4.1. Participar activament en jocs motors i altres manifestacions artístic-expressives amb arrelament en la cultura pròpia, tradicional o actual, així com uns altres procedents de diverses cultures, reconeixent i transmetent el seu valor cultural i el seu potencial com a espai generador d'interaccions constructives entre persones amb orígens diferents i entenent els avantatges de la seva conservació. 4.2. Valorar l'esport com a fenomen cultural, analitzant els estereotips de gènere o capcitat i els comportaments sexistes que a vegades succeeixen en el seu context, rebutjant-los i adoptant actituds que evitin la seva reproducció en el futur. 4.3. Reproduir i crear composicions amb o sense suport musical, i comunicar diferents sensacions, emocions i idees, de manera estètica i creativa, des de l'ús dels recursos rítmics i expressius de la motricitat. 5.1. Adaptar les accions motrius a la incertesa pròpia del medi natural i urbà en contextos terrestres o aquàtics de manera eficient i segura, valorant les seves possibilitats per a la pràctica d'activitat física i actuant des d'una perspectiva ecosostenible de l'entorn i comunitària.		
INSTRUMENTS D'AVALUACIÓ	Agent Avaluador	Aspectes a avaluar	INTRUMENT D'AVALUACIÓ
	Mestre (heteroavaluació)	Processos d'ensenyament i aprenentatge.	Rúbriques / Registre anecdòtic / Escales de qualificació numèriques.

		Hàbits higiènic.	Llista de control.
	Alumne (coavaluació)	Processos d'ensenyament i aprenentatge.	Escales de qualificació numèriques i descriptives.
	Alumne (Autoavaluació)	Processos d'ensenyament i aprenentatge.	Rúbriques. Qüestionaris
	Altres Agents (mestres)	Processos d'ensenyament i aprenentatge.	Rúbriques.
SABER BÀSICS SEQÜENCIATS			
ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES	Sortides per l'entorn. Jocs a la platja. Jocs a la plaça de Cas Vicari Activitats al poliesportiu.		
METODOLOGIA	Recursos, metodologia i agrupaments (3r cicle de Primària) Recursos: Les sessions d'Educació Física del tercer cicle de primària requereixen recursos que permetin la		

iniciació i el perfeccionament d'habilitats motrius en contextos d'esports col·lectius i alternatius. Es fan servir **pilotes de diferents mides i materials**, cons, petos, xarxes, porteries, pales, frisbees, estics, material per a jocs adaptats i equipament específic per a esports alternatius com el **kin-ball, el floorball, el colpbol o el korfbal**.

Els **espais de treball** principals són el **pati, el gimnàs i, quan sigui possible, instal·lacions esportives municipals o entorns naturals**, amb especial atenció a la **seguretat i l'ús responsable de l'espai compartit**.

També es poden incorporar **recursos digitals i audiovisuals** (vídeos, aplicacions de seguiment, taulers de puntuació o rúbriques digitals) per millorar la comprensió tàctica i l'autoavaluació.

Metodologia:

La metodologia es fonamenta en un **enfocament competencial, actiu i cooperatiu**, on l'alumnat és el protagonista del seu aprenentatge i participa en la construcció de coneixements a través de la pràctica motriu.

Les propostes es basen en la **iniciació als esports d'equip i als esports alternatius** mitjançant una aproximació **global, lúdica i educativa**, centrada en la **comprensió del joc** més que no en l'execució tècnica.

S'utilitzen **metodologies actives** com:

- **L'aprenentatge cooperatiu**, per fomentar la comunicació, la presa de decisions i la

cohesió d'equip.

- **La descoberta guiada i la resolució de problemes**, per afavorir la comprensió tàctica i la presa de decisions en situacions reals de joc.
- **Els reptes motors i les situacions modificades de joc**, que permeten adaptar la dificultat i facilitar la participació de tot l'alumnat.

L'avaluació és **contínua, formativa i competencial**, i es basa en l'observació directa, la participació activa, l'actitud, el respecte a les normes i la capacitat de cooperar i millorar. Es potencia també l'**autoavaluació i la coavaluació**, per fomentar la reflexió i la responsabilitat personal dins l'equip.

Agrupaments:

Els agrupaments es planifiquen amb **flexibilitat i intenció pedagògica**, adequant-los a la naturalesa de l'activitat o de l'esport treballat.

- **Treball individual:** per millorar habilitats tècniques bàsiques i el control corporal.

- **Treball per parelles o petits grups:** per afavorir la cooperació, l'ajuda mútua i la resolució conjunta de situacions de joc.
- **Treball en equips o gran grup:** per promoure la cohesió, la comunicació, la presa de decisions i el respecte a les regles comunes.

Els **equips són heterogenis i rotatius**, de manera que tot l'alumnat pugui ocupar rols diversos (jugador, capità, àrbitre, observador, etc.) i comprendre la dimensió social i col·lectiva de l'esport. Es fomenta la **coeducació**, la **igualtat d'oportunitats** i la **inclusió de tots els infants** en les activitats competitives, prioritzant sempre la vivència positiva del joc i el respecte per sobre del resultat.

Criteris per a l'elaboració d'unitats de programació o situacions d'aprenentatge (3r cicle)

Les unitats de programació i les situacions d'aprenentatge del tercer cicle de primària s'elaboren seguint els **principis competencials, inclusius i evolutius** establerts pel currículum, amb l'objectiu de **consolidar i ampliar les habilitats motrius** i iniciar l'alumnat en els esports d'equip i alternatius de manera lúdica, segura i significativa.

Els criteris generals que orienten la seva elaboració són els següents:

- **Coherència curricular:** les unitats s'ajusten a les **competències específiques, criteris d'avaluació i sabers bàsics** de l'àrea d'Educació Física, garantint connexió amb els objectius generals del cicle i amb les competències clau.
- **Adequació evolutiva i motivacional:** les activitats es dissenyen respectant les característiques motrius, cognitives i socioafectives de l'alumnat de 5è i 6è, i afavorint la motivació intrínseca, la participació activa i el desenvolupament d'habilitats col·lectives.
- **Iniciació esportiva i comprensió tàctica:** les situacions d'aprenentatge introdueixen **conceptes bàsics dels esports d'equip i alternatius**, fomentant la comprensió de regles, estratègies, rols i cooperació dins del grup.
- **Enfocament competencial:** cada unitat planteja **repte motriu significatiu**, integrant habilitats físiques, actituds cooperatives i presa de decisions tàctiques.
- **Metodologia activa, vivencial i cooperativa:** s'utilitzen estratègies com **jocs modificats, circuits motrius, reptes col·lectius, treball per estacions i descoberta guiada**, amb especial èmfasi en la **cooperació, la comunicació i la resolució conjunta de problemes motrius**.
- **Inclusió i atenció a la diversitat:** les activitats s'adapten segons ritmes i necessitats de

cada alumne, amb **agrupaments flexibles, adaptacions de materials i rols diversos**, garantint la participació equitativa i el respecte a la diversitat funcional, cultural i de gènere.

- **Avaluació contínua, formativa i competencial:** es fa servir observació sistemàtica, rúbriques, autoavaluació i coavaluació, valorant la participació, la col·laboració, el respecte a les normes i el progrés en habilitats motrius i tàctiques.
- **Seqüenciació i progressió:** les unitats es planifiquen de manera gradual, afavorint la consolidació d'habilitats bàsiques i l'aproximació progressiva a situacions esportives més complexes.
- **Dimensió social i emocional:** es promou la **coeducació, la convivència, la gestió emocional i el respecte mutu**, incorporant valors ètics i esportius en totes les situacions d'aprenentatge.

Aquest marc garanteix que les unitats siguin **significatives, inclusives i orientades al desenvolupament integral**, preparant l'alumnat per a la pràctica responsable, segura i cooperativa d'esports col·lectius i alternatius.

**ACTUACIONS
GENERALS
D'ATENCIÓ A LES
NECESSITATS
INDIVIDUALS.**

Actuacions generals d'atenció a les necessitats individuals (3r cicle)

En el tercer cicle de primària, l'ensenyament d'Educació Física es centra en la consolidació de les habilitats motrius bàsiques, la iniciació als esports d'equip i alternatius, i el desenvolupament de competències socials i emocionals. L'atenció a la diversitat busca garantir que tot l'alumnat pugui participar activament, de manera segura i significativa, adaptant l'activitat física a les seves necessitats individuals.

Les actuacions generals inclouen:

- Adaptació de les activitats esportives i jocs col·lectius: ajust de regles, espais, materials i nivells de dificultat per afavorir la participació plena i l'èxit de tot l'alumnat.
- Agrupaments flexibles i rotatius: combinació de treball individual, per parelles, petits grups i equips per facilitar la cooperació, el rol diversificat i la inclusió en situacions d'esports d'equip i alternatius.
- Suport personalitzat i coordinació amb l'equip docent: intervenció de tutors, mestres d'atenció a la diversitat i especialistes quan sigui necessari, assegurant una resposta educativa coherent.

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Diversificació metodològica: ús de jocs modificats, circuits, reptes col·lectius i situacions de descoberta guiada que permetin diferents nivells d'execució i fomentin la motivació, l'autosuperació i la presa de decisions tàctiques.• Foment de l'autonomia i la responsabilitat personal: implicació de l'alumnat en l'autoavaluació i coavaluació del seu rendiment, actitud i contribució al grup.• Clima positiu i inclusiu: creació d'un entorn segur i respectuós, on l'esforç, la participació i la cooperació siguin valorats per damunt del resultat esportiu.• Adaptacions curriculars no significatives: ajust puntual d'objectius, continguts o criteris d'avaluació per assegurar que tot l'alumnat accedeixi als aprenentatges essencials.• Foment de la coeducació i la igualtat d'oportunitats: garantia que tots els infants puguin participar en activitats competitives i cooperatives sense discriminació de gènere ni cap altre tipus de barrera.• Coordinació amb la família i altres professionals: mantenir comunicació fluida per reforçar la motivació, la seguretat i la coherència educativa. |
|--|--|

	Aquestes actuacions asseguren que l'alumnat del tercer cicle desenvolupi habilitats motrius, competències socials i valors ètics i esportius, amb una participació activa i inclusiva dins dels esports d'equip i alternatius.
CONCRECIÓ D'ELEMENTS TRANSVERSALS ESTABLERTS EN EL PEC.	1. Educació per a la pau. 2. Educació per a la salut 3. Educació per a la igualtat d'oportunitats entre els sexes. 4. Educació ambiental. 5. Educació sexual. 6. Educació del consumidor. 7. Educació vial. 8. Educació moral i cívica.
MECANISMES DE REVISIÓ I MODIFICACIÓ	Els alumnes que no arribin als mínims exigits i acceptables en les qualificacions dels criteris d'avaluació, al ser una avaluació contínua, tendran l'oportunitat d'anar superant els nivells exigits a mesura que va passant el curs. En el cas que sigui un criteri molt concret que difícilment es pogués valorar més endavant, hi haurà establertes una sèrie d'activitats per poder reforçar allò que ens marca i ajudar d'aquesta manera l'alumnat a recuperar-lo.
PLA DE REPETICIÓ	LINKAU EL PLA DE REPETIDORS

UNITATS DE PROGRAMACIÓ	1.
	2.
	3.
	4.
	5.
	6.
	7.
	8.