FULL DE CONTROL. UNITATS DE PROGRAMACIÓ/SABERS BÀSICS		EDUCACIÓ PRIMÀRIA: QUART CURS												ÀREA: EF
		UNITATS DE PROGRAMACIÓ												
SABERS BÀSICS		S.A.1	S.A.2	S.A.3	S.A.4	S.A.5	S.A.6	S.A.7	S.A.8	S.A.9	S.A.10	S.A.11	S.A.12	S.A.13
A. Vida activa i saludable.	- Salut física: efectes físics i psicològics beneficiosos d'un estil de vida actiu. Característiques d'aliments naturals, processats i ultraprocessats Educació postural en accions motrius habituals. Factors bàsics que incideixen en la cura del cos.													
	- Salut mental: respecte i acceptació del propi cos. Autoconeixement i identificació de fortaleses, febleses, possibilitats i limitacions en tots els àmbits (social, físic i mental).													
	- Salut social: l'activitat física com a hàbit i alternativa saludable enfront de formes d'oci nocives. Límits per evitar una competitivitat desmesurada. Acceptació de diferents tipologies corporals, per practicar, en igualtat, diversitat d'activitats fisicoesportives.													
B. Resolució de problemes en situacions motrius	- Presa de decisions: distribució racional de l'esforç en situacions motrius individuals. Ubicació en l'espai en situacions cooperatives. Ubicació en l'espai i reubicació després de cada acció en situacions motrius de persecució i d'interacció amb un mòbil. Anticipació a les decisions ofensives de l'adversari en situacions d'oposició de contacte. Passades a companys desmarcats o en situació avantatjosa en situacions motrius de col•laboració-oposició de persecució i d'interacció amb un mòbil.													
	- Capacitats perceptives i motrius en contextos de pràctica: integració de l'esquema corporal, control tònic i postural i independència segmentària en situacions motrius. Definició de lateralitat. Coordinació dinàmica general i segmentària													
	- Capacitats condicionals: capacitats físiques bàsiques.													
	- Habilitats i destreses motrius bàsiques genèriques: locomotrius, no locomotrius i manipulatives. Combinació d'habilitats.													
	- Creativitat motriu: variació i adequació de l'acció motriu davant estímuls interns i externs.													
C. Autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius.	- Gestió emocional: reconeixement d'emocions pròpies, pensaments i sentiments a partir d'experiències motrius.													
	- Habilitats socials: escolta activa i estratègies de negociació per a la resolució de conflictes en contextos motrius.													
	- Concepte d'esportivitat.													
	- Conductes contràries a la convivència en situacions motrius (discriminació per qüestions de competència motriu, raça, gènere o altres): efectes negatius i estratègies d'identificació. Tractament i com evitar-les.													
D. Manifestacions de la cultura motriu.	- Aportacions de la cultura motriu a l'herència cultural. Els jocs i les danses com a manifestació de la interculturalitat.													
	- Usos comunicatius de la corporalitat: comunicació de sensacions, sentiments, emocions i idees simples.Pràctica d'activitats rítmic-musicals amb caràcter expressiu.													
	- Pràctica d'activitats rítmicomusicals amb caràcter expressiu.													
	- Esport i perspectiva de gènere: lligues masculines, femenines i mixtes de diferents esports. Referents en l'esport de diferents gèneres.													
E. Interacció eficient i sostenible amb l'entorn.	- Normes d'ús: educació viària per a bicicletes. Mobilitat segura, saludable i sostenible.													
	- Prevenció i sensibilització sobre la generació de residus i la seva correcta gestió.													
	- Realització d'activitats físiques segures en el medi natural i urbà.													
	- Cura de l'entorn pròxim, dels animals i plantes que hi conviuen com a servei a la comunitat, durant la pràctica segura d'activitat física en el medi natural i urbà.													