

# OBJECTIUS, FUNCIONAMENT DEL CURS I CRITERIS DE QUALIFICACIÓ I RECUPERACIÓ

## EDUCACIÓ FÍSICA - IES SANTANYÍ CURS 17/18 - 1r BATXILLERAT

---

### OBJECTIUS

1. Millorar o mantenir els factors de la condició física amb un enfocament cap a la salut tenint en compte el propi nivell i orientar-los cap a les pròpies motivacions
2. Planificar, elaborar i posar en pràctica un programa personal d'activitat física que incideixi en la millora i el manteniment de la salut aplicant els diferents sistemes de desenvolupament de les capacitats físiques implicades i tenint en compte les pròpies característiques i el nivell inicial, i avaluar les millores obtingudes.
3. Discriminar els hàbits perjudicials dels saludables, valorant els efectes negatius dels primers i positius dels segons, adoptant una actitud crítica front a les pressions socials.
4. Solucionar de forma creativa situacions d'oposició, de col·laboració o de col·laboració-oposició a diferents esports col·lectius, handbol, korbol... adaptant les estratègies a les condicions canviants que es produeixen durant la pràctica.
5. Resoldre situacions motrius durant la pràctica d'esports d'adversari com el bàdminton i el tennis
6. Aplicar tècniques bàsiques de primers auxilis en accidents de la vida quotidiana i en el medi aquàtic
7. Realitzar muntatges amb base musical, elaborant i posant en pràctica diferents coreografies
8. Realitzar escalfaments amb base musical adequant les parts al temps i al ritme
9. Planificar i dissenyar una sortida a la serra de tramuntana.
10. Realitzar el seguiment de la dieta analitzant els diferents macronutrients que es consumeixen i prenent consciència del que hauria de ser una alimentació saludable.
11. Utilitzar les tecnologies de la informació i la comunicació per millorar el propi procés d'aprenentatge, aplicar criteris de fiabilitat i eficàcia en la utilització de fonts d'informació i participar en entorns col·laboratius amb interessos comuns.
12. Realitzar i dominar diferents habilitats aquàtiques i adquirir la tècnica bàsica dels estils de natació, crol i esquena
13. Conèixer i practicar esports autòctons de les illes balears i valorar-los com a patrimoni cultural

---

### CRITERIS DE QUALIFICACIÓ

*La nota de cada trimestre resultarà de l'aplicació del següent repartiment:*

- **CONEIXEMENTS TEÒRICS I CONCEPTUALS 35%**

- L'alumne haurà de demostrar que coneix i és capaç d'entendre els conceptes i els continguts teòrics treballats a cada UD a partir de la realització de treballs, fitxes, exàmens escrits, presentacions,...
- Serà necessari un mínim de 4 punts en aquest apartat per poder fer mitjana del trimestre.

- **PRÀCTICA DIÀRIA 45%**

- Es tindrà en compte la pràctica activa diària (tant el seu nivell d'execució com el d'implicació) i les notes de les proves pràctiques (esportives, d'habilitat i tests) que es realitzin. Es tindrà en compte la millora en el dia a dia en relació al nivell inicial, la perseverància i l'auto-superació.
- Serà necessari un mínim de 4 punts en aquest apartat per poder fer mitjana del trimestre.

- **ACTITUD, RESPECTE, COMPORTAMENT I HIGIENE 20%**

- En aquest apartat l'alumne començarà amb 10 punts. Les faltes d'assistència (NJ), els retards, els avisos, les faltes de comportament o de respecte, les faltes d'higiene, les faltes de deures o de roba, o les faltes d'actitud envers les activitats, restaran puntuació en aquest apartat. Fer els deures en condicions, ajudar a la resta de companys, i tenir una actitud positiva sumarà en aquest apartat.
- Serà necessari un mínim de 5 punts en aquest apartat per poder fer mitjana del trimestre.

- *La nota dels trimestres s'arrodonirà a l'alça a partir del ,5 i sempre que el professor ho cregui oportú.*
- *Si no s'arriba al mínim en algun dels apartats la nota màxima del trimestre serà de 4, tot i que la mitjana surti més. A final de curs es farà servir aquesta nota màxima de 4 per a fer la mitjana de la nota final.*
- *En la resta de casos, la nota de final de curs resultarà de la mitjana de la nota real (amb decimals) dels 3 trimestres i s'arrodonirà a l'alça a partir del ,5 i sempre que el professor ho cregui oportú.*
- *Suspendre un trimestre per no arribar al mínim de 5 punts en l'apartat d'actitud suposa la no superació de l'assignatura i l'alumne s'haurà d'examinar de tots els trimestres en les proves de recuperació. Aquestes proves es podran anar realitzant al llarg del curs si el professor ho troba oportú.*

---

## **CRITERIS DE RECUPERACIÓ**

*Alumnes amb un trimestre suspès per Actitud.*

Hauran d'examinar-se de tot el curs al juny en convocatòria ordinària o bé hauran de proposar una feina de recuperació i arribar a un acord pactat amb el professor per tal de recuperar aquest apartat. Aquest acord firmat per ambdues parts pot contemplar l'alliberació de la prova final de juny sempre que es compleixin els punts acordats, que estaran relacionats amb aspectes actitudinals.

*Alumnes amb l'àrea pendent de cursos anteriors.*

Els alumnes amb l'àrea pendent hauran d'aprovar el primer trimestre i realitzar un treball encomanat pel professor del curs anterior (coincideix amb la feina d'estiu). Opcionalment s'haurà de fer un examen escrit els dies que el centre disposi per a recuperacions de pendents.

En cas de que hi hagi un contingut específic es podrà realitzar una prova específica de caràcter pràctic. En tot cas, l'alumnat serà informat individualment.

*Alumnes amb l'àrea suspesa al juny.*

Se'ls encarregarà una feina d'estiu, que hauran d'entregar el dia de l'examen de la convocatòria de setembre. Entregar la feina serà condició imprescindible per a poder fer l'examen i comptarà un 50% de la nota de la convocatòria de setembre. L'exàmen comptarà el 50% restant.

En cas de que hi hagi un contingut específic es podrà realitzar una prova específica de caràcter pràctic, la nota d'aquesta, es tindrà en compte dins del 50% restant, juntament amb l'examen.

---

## **FUNCIONAMENT DEL CURS**

### **VESTIMENTA**

- És obligatori fer la pràctica d'EF amb el calçat i la roba adequada i sense elements perillosos. Això és roba de xandall i/o esportiva, còmode, que permeti el lliure moviment i sabates esportives sempre ben fermades, sense joies ni rellotges grossos i cabells recollits.
- És obligatori canviar-se almenys la camiseta després de cada sessió i es recomana fer-se net el cos amb una tovallola petita. El professor ho revisarà al final de cada sessió.

### **INCAPACITAT TEMPORAL**

- En cas d'incapacitat temporal (lesions per exemple), és obligatori presentar un JUSTIFICANT MÈDIC que especifiqui la causa i el temps estimat de la durada de la incapacitat, i ELS MOVIMENTS o TIPUS D'ESFORÇOS FÍSICS que el nin/a no pot i pot realitzar. L'assistència a classe és igualment obligatòria.
- Així i tot, l'alumnat lesionat, haurà de dur igualment roba esportiva, ja que participarà de la sessió en mesura del que es pugui. Se li assignaran tasques alternatives de manera que participi activament en tasques que sí pugui realitzar i que contribueixin a la consecució dels objectius de la sessió. Ha d'escoltar les explicacions i ha d'entendre allò que s'està treballant.
- En cas de no assistir a una sessió o faltar durant un temps considerable, el professor li podrà assignar tasques complementàries relacionades amb la UD corresponent per compensar la no participació en la pràctica.