

UNITAT DE PROGRAMACIÓ: Desplaçaments

1. Justificació.

Aquesta UP queda justificada dins de la programació d'EF ja que els desplaçament és una de les habilitats motrius bàsiques que més intervé en les activitats físiques. El desplaçament es qualsevol progressió d'un punt a un altre de l'espai mitjançant el moviment corporal. És important desenvolupar tots els tipus de desplaçaments com: cursa, marxa, quadrupèdia, tripèdia, arrossegaments, grimpades, lliscaments , etc.

2. Durada i distribució temporal al llarg del cicle

Cicle: Mitjà Nivell: 1r (3r) Temporalització: desembre Trimestre: 2n

Setmanes: 4 Sessions: 12

3. Competències bàsiques, àrea principal i altres àrees o àmbits que es treballen.

Àrees	Competències pròpies de l'àrea	Aportacions de les àrees a les competències bàsiques
Educació Física	• Pràctica d'hàbits saludables de forma regular i continuada. • Competència social. • Desenvolupament personal	- Coneixement i interacció amb el món. - Competència d'autonomia i iniciativa personal. - Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic. - Competència social i ciutadana.

Aquesta unitat contribueix a l'objectiu de desenvolupar les capacitats següents:

2. Apreciar els efectes beneficiosos envers la salut de l'exercici físic i de l'adquisició d'hàbits higiènics, alimentaris i posturals.
3. Utilitzar el coneixement del propi cos, les capacitats físiques i les habilitats motrius per resoldre i adaptar el moviment a les necessitats o circumstàncies de cada situació.
5. Participar en jocs com a element d'aproximació als altres, seleccionant les accions i controlant l'execució de les mateixes, prèvia valoració de les

pròpies possibilitats.

4. Objectius d'aprenentatge.

1. Desenvolupar i millorar els desplaçaments lliures i naturals.
2. Millorar la coordinació de les formes bàsiques de desplaçament.
3. Desenvolupar les possibilitats de reacció.
4. Desenvolupar els desplaçaments amb objectes.
5. Combinar desplaçaments amb altres habilitats bàsiques..

5. Continguts.

- Adequació de la postura a les diferents necessitats expressives i motrius.
- Execució de formes i possibilitats de moviment, ajustant i consolidant els elements fonamentals a l'execució de les habilitats motrius bàsiques.
- Utilització eficaç de les habilitats bàsiques i específiques en medis i situacions conegudes i estables.
- Elaboració d'un control motriu i domini corporal.
- Adquisició d'hàbits posturals i alimentaris saludables relacionats amb l'activitat física i la higiene corporal.
- Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física i utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.
- Pràctica habitual d'exercicis d'escalfament previs i control de l'esforç durant la realització de l'activitat física.
- Actitud favorable cap a l'activitat física en relació a la salut.

6.Criteris d'avaluació

– Desplaçar-se i saltar mitjançant un moviment corporal coordinat.

Items d'avaluació:

- Realitzar desplaçaments coordinant braços i cames (postura econòmica).
- Realitzar arrossegament per damunt d'un banc suec.
- Grimpar per les espatlleres.
- Col·laborar en la preparació i recollida del material d'EF.

7. Metodologia.

Organització

Utilitzaré el comandament directe, assignació de tasques i el joc. El joc serà el mètode més utilitzat per què els/les alumnes prenguin contacte amb els/les companys/es, les instal·lacions i el mestre. Les posades en comú seran molt important per recordar les normes, i hàbits de les sessions d'educació física.

Activitats d'aprenentatge

Veure sessions.

Activitats d'avaluació

L'avaluació inicial: es farà a la primera sessió i cada vegada que s'introdueixi una prova nova.

L'avaluació formativa: es farà durant totes les sessions donant el feedback adequat i adaptant les activitats.

L'avaluació sumativa: es valoraran els següents criteris d'avaluació mitjançant l'observació diària als fulls de control i més específicament a l'última sessió:

Material

Material: pilotes, freesbes, piques, mocadors, plint, cons, cercles, bancs.

Material per al mestre: : taules d'observació, sessions i xiulet.

Instal·lacions: pista i gimnàs.

Atenció a la diversitat

Per tal d'atendre als/les alumnes nouvinguts/des seguiré unes directrius generals que més baix explico. Les adaptacions realitzables per als/les alumnes de NEE són de diferents tipus, sovint interrelacionades:

- Conductuals:** problemes d'atenció o de comportament..

- Motrius:** dificultats motrius, minusvalies o deficiències.

- Cognitives:** dificultats en el desenvolupament cognitiu i en la capacitat d'interiorització.

- Sensorials:** nascudes de la necessitat originada per una minusvalia de tipus sensorial (auditiva, visual, ...)

•**Problemes de salut:** malalties que poden afectar al desenvolupament normal del nen durant les classes d'educació física.

8. Reflexió sobre la pràctica

Una vegada feta la pràctica, cal que el mestre, en faci una valoració per tal de veure si s'han aconseguit els objectius, i modificar el que s'escaigui per aconseguir la millora dels resultats.