

EXTRAESCOLARS COL·LEGI SANT VICENÇ	ACTIVITAT: Iniciació a l'esport	NIVELLS: P5 i 1er
PROGRAMACIÓ ANUAL		
OBJECTIUS GENERALS DE L'ACTIVITAT	CONTINGUTS I TEMPORITZACIÓ (Quadrimestral)	
<p>Bloc 2. Habilitats motrius i qualitats físiques bàsiques.</p> <p>1. Utilitzar el coneixement del propi cos, les capacitats físiques i les habilitats motrius per resoldre i adaptar el moviment a les necessitats i circumstàncies de cada situació.</p> <p>2. Seleccionar i aplicar de forma eficaç i autònoma, principis i regles per resoldre problemes motors en la pràctica d'activitat física.</p> <p>3. Regular i dosificar l'esforç, assolint un nivell d'autoexigència d'acord amb les pròpies possibilitats i les característiques de la tasca.</p> <p>Bloc 3. Activitat física i salut.</p> <p>4. Apreciar els efectes beneficiosos envers la salut de l'exercici físic i de l'adquisició d'hàbits d'higiènics, alimentaris i posturals.</p> <p>Bloc 5. El Joc.</p> <p>5. Participar en els jocs com element d'aproximació als altres seleccionant les accions i controlant l'execució de les mateixes, prèvia valoració de les pròpies possibilitats.</p> <p>6. Participar en activitats físiques compartint projectes, establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns sense discriminació, per mitjà de la participació solidària, tolerant, responsable i respectuosa. Resolent els conflictes mitjançant el diàleg.</p> <p>7. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com elements culturals, propis i d'altres cultures, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com d'espectadors.</p>	<p>Continguts:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Orientació a l'espai. Nocions topològiques bàsiques. 2. Desplaçaments diversos, dirigits i lliures. 3. Desplaçaments amb manipulació de diversos elements. 4. Colpejos amb diferents implements i diverses parts dels cos. 5. Habilitats motrius bàsiques. (Salts, girs, equilibris...) 6. Apreneatge de la normativa de diversos esports, tant individuals com col·lectius. 7. Col·laboració amb els companys en els jocs i esports col·lectius. 8. Respecte per als companys, tan a la victòria com a la derrota. 9. Ús i respecte del material utilitzat. <p>Tots els continguts es treballaran de manera generalitzada en tres unitats didàctiques:</p> <p style="text-align: center;"><u>1er Quadrimestre</u></p> <p><u>UD 1 "ESPORTS INDIVIDUALS"</u> Durada: 6-8 sessions. En aquesta unitat didàctica es treballaran els esports com el Tennis, l'atletisme o l'esgrima.</p> <p><u>UD2: "ESPORTS COL·LECTIUS AMB IMPLEMENT"</u>. Durada: 4-5 sessions En aquesta unitat didàctica es treballaran esports com el Beisbol ("pitxi") o l'hockey.</p> <p style="text-align: center;"><u>2n Quadrimestre</u></p> <p><u>UD3: "ESPORTS COL·LECTIUS SENSE IMPLEMENT"</u> Durada: 15-20 sessions. En aquesta unitat didàctiques es realitzaran esports com Futbol Sala, Futbol Flag, Bàsquet, Handbol, Voleibol o Ultimate.</p>	

CRITERIS D' AVALUACIÓ	METODOLOGIA I RECURSOS
<p style="text-align: center;">Esportius</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Orientar-se a l'espai en relació a la pròpia persona utilitzant les nocions topològiques bàsiques. 2. Desplaçar-se i saltar de forma diversa, variant les posicions corporals i la direcció i sentit dels desplaçaments. 3. Desplaçar-se manipulant un objecte, o utilitzant un implement. 4. Coordinar el nostre cos a les accions de colpejos i passades, ja sigui amb implement o sense, i amb diverses parts del cos. 5. Reaccionar davant els estímuls auditius o visuals que arriben de l'entorn, tot utilitzant el moviment o els gestos. 6. Dominar les diverses habilitats, com els desplaçaments, salts, equilibris, girs... 7. Conèixer i practicar diferents esports, ja siguin col·lectius o individuals, amb implement o sense. <p style="text-align: center;">Actitudinals</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Participar i gaudir en els jocs ajustant la pròpia actuació, tant pel que fa a aspectes motrius com de relació amb els companys/es. 9. Col·laborar activament en el desenvolupament dels jocs col·lectius, mostrant responsabilitat i cooperació. 10. Respectar les normes i les pautes que s'estableixen per al funcionament de les diferents activitats. 11. Respectar i utilitzar de manera adequada el material que es fa servir durant les activitats. 12. Esforçar-se per l'aprenentatge de nous continguts esportius. 	<p>Optaré per diverses metodologies, en funció del contingut a desenvolupar, insistint en mètodes més globals, sense deixar de banda els analítics, sobretot en l'aprenentatge dels patrons motors.</p> <p>Es farà d'una forma lúdica, activa i participativa, tant de forma individual i sobretot col·lectiva.</p> <p>L'estil d'ensenyament seran els cognitius (ensenyament guiat i resolució de problemes), no de manera exclusiva. De vegades recorreré a l'ensenyament directe i a reproducció de models.</p> <p>Es tindrà en compte les individualitats de cada alumne, adaptant-li la feina quan calgui.</p> <p>Els continguts es treballaran mitjançant diversos esports, de tal manera que no es treballaran de forma específica sinó que s'introduiran en els esports que es treballin.</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pati exterior - Gimnàs interior.