

Màster Universitari en Formació del Professorat
d'Educació Secundària Obligatòria i Batxillerat, Formació
Professional i Ensenyament d'Idiomes/ Especialitat
Educació Física

**TREBALL FINAL DE MÀSTER
2017-2018**

**“PAS A PAS, CAP A UNA EDUCACIÓ
FÍSICA DE QUALITAT”**

Realitzat per: Francesc Domingo Garcia

Professors: Josep Solà i Ignasi Caballé

Data lliurament: 13/06/18

ÍNDEX

| | |
|--|---------|
| Resum /Asbtract | pàg. 1 |
| 1. Introducció | pàg. 2 |
| 2. Contextualització | pàg. 3 |
| 2.1 El centre | |
| 2.2 Característiques alumnat | |
| 2.3 Instal·lacions i recursos materials | |
| 2.4 Departament d'Educació Física | |
| 3. Marc Teòric | pàg. 4 |
| 3.1 Legislació vigent | |
| 3.2 Referents teòrics | |
| 4. Objectius de la programació i calendarització | pàg. 6 |
| 5. Proposta d'intervenció | pàg. 7 |
| 5.1. Seqüència didàctica | |
| 5.2. Fitxa resum programació | |
| 5.3. Competències E.F. | |
| 5.4. Continguts clau | |
| 5.5. Continguts prescriptius | |
| 5.6. Criteris d'avaluació prescriptius | |
| 5.7. Competències clau (U.E.) | |
| 6. Ús de les TIC i TAC | pàg. 20 |
| 7. Metodologia | pàg. 20 |
| 8. Distribució temporal de la U.D | pàg. 21 |
| 9. Atenció a la diversitat | pàg. 22 |
| 10. Avaluació | pàg. 23 |
| 11. Unitat didàctica | pàg. 29 |
| 11.1. Contextualització | |
| 11.2. Títol | |
| 11.3. Grup classe i característiques alumnat | |
| 11.4. Curs acadèmic | |
| 11.5 Breu descripció de la U.D. | |
| 11.6. Objectius d'aprenentatge | |
| 11.7. Criteris d'avaluació | |
| 11.8. Àmbits i dimensions | |
| 11.9. Competències bàsiques i nivell de gradació | |
| 11.10. Continguts i àrees | |
| 11.11. Temporalització | |
| 11.12. Desenvolupament de la U.D. | |
| 11.13. Resultats i valoració | |
| 12. Conclusions | pàg. 53 |
| 13. Referències bibliogràfiques | pàg. 54 |

RESUM

La següent programació didàctica que es presenta s'adequa a la normativa LOMCE (Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa), 8/2013 i al currículum per competències que marca el Decret 187/2015 d'Educació Secundària Obligatoria, en l'àmbit Educació Física, del Departament d'Ensenyament. El curs escollit per desenvolupar la programació ha estat 4t d'ESO, ja que coincideix amb el curs on vaig dur a terme, durant el mes d'abril d'aquest curs 2017-2018, la intervenció pràctica al centre on vaig fer les 210 hores de pràctiques del màster, l'institut INS Miami (Miami-Platja, Tarragona)

En la programació apareixen detallades les unitats didàctiques que es treballaran durant el curs, però especialment s'ha volgut desenvolupar a fons una d'elles. Aquesta concretament, representa una proposta de millora respecte a la unitat didàctica de bàsquet que es va poder dur a terme al centre amb els alumnes de 4t.

D'aquesta manera aquest Treball Final de Màster es troba estretament lligat i relacionat amb el treball de Pràcticum que també es presenta de manera paral·lela.

ABSTRACT

The following didactic program that is presented is in line with the LOMCE ((Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa) regulations, 8/2013 and the competency curriculum that marks Decree 187/2015 of Compulsory Secondary Education, Area of Physical Education, of the Department of Education. The course chosen to develop the programming was 4th of ESO, as it coincides with the course where I carried out, during the month of April 2017-2018, the practical intervention in the center where I made the 210 hours of internship of the master's degree, INS Miami institute (Miami-Platja, Tarragona).

In the programming, the didactic units that will be worked during the course will be detailed, but especially one of them has been developed in depth. This specifically, represents a proposal for improvement regarding the didactic unit of Basketball that could be carried out in the center with the students of 4th.

In this way, this Final Master's Work is closely linked and related to the work of Practicum that is also presented in parallel.

1. INTRODUCCIÓ

En una de les xerrades que es van dur a terme aquest curs durant el màster a finals del mes de gener, va venir a explicar-nos la seva experiència l'Agustí Castillo i Cañiz, actual Delegat Nacional del FIEP Catalunya (Fédérations Internationale d'Education Physique) i ens va parlar especialment d'un concepte que em va enganxar sobretot per la seva claredat i riquesa: EFQ (Educació Física de Qualitat) per a l'autor l'Educació Física actual hauria de tenir les següents característiques:

- Transversalitat (que coopera amb altres matèries)
- Innovadora (que incorpora TIC i TAC i diferents metodologies d'avaluació)
- Inclusiva (que no deixa cap alumne al marge)
- Generadora de projectes educatius (PEC, projectes per a la comunitat...)
- Generadora de valors positius (respecte, solidaritat, igualtat...)
- Garantia del desenvolupament integral de l'alumne (educació emocional, social...)

Aquest paradigma seria idíl·lic si es dues a terme a totes les escoles d'arreu i l'Educació Física estigues entesa per a tothom d'aquesta manera, però mai es tard per posar el nostre granet de sorra.

“Si buscas resultados distintos, no hagas siempre lo mismo” (Einstein, A.)

Aquest treball té com a objectiu principal ser la primera peça d'un engranat que anirà construint-se durant el transcurs de la meva carrera com a docent i com a persona. La programació que es presenta a continuació és una proposta de millora de la unitat didàctica que es va dur a terme al centre de pràctiques. Aquesta no serà en cap cas definitiva, la programació ha de ser revisable i s'ha de correspondre de manera flexible amb el que es fa a l'aula.

Pel que fa al títol del treball, “ Pas a pas, cap a una Educació Física de qualitat”, no m'agradaria estar parlant d'una utopia quan pensem que mai arribarem a tenir una Educació Física com la que planteja l'Agustí Castillo, el que no podem fer es deixar de provar-ho i intentar-ho, hem de ser optimistes, però amb seny i pas a pas, amb els recursos, les eines i la formació adequada.

2. CONTEXTUALITZACIÓ

La programació que es planteja i desenvolupa en aquest treball final de màster està pensada i contextualitzada pel quart curs de la ESO de l'institut INS Miami-Platja (Tarragona), centre on vaig dur a terme les 210 hores del pràcticum de la universitat. D'aquesta manera les activitats i sessions d'aprenentatge que es plantegen, van en consonància i tenen en compte les característiques del centre, als recursos econòmics i materials, instal·lacions, entorn, característiques de l'alumnat, número de professors, distribució i horari de les sessions d'educació física, etc.

3

2.1. El centre

El centre és de naturalesa pública i de nova creació, just aquest curs acadèmic, 2017-2018, ha deixat de ser una extensió de l'institut Antoni Ballester de Mont-roig del Camp, municipi situat a pocs kilòmetres. El centre el formen un total de 160 alumnes i 32 professors/es. Trobem tres línies al primer curs d'ESO, dues línies a segon, dues a tercer i dues més a quart.

2.2. Característiques alumnat

El tipus d'alumnat que ens trobem és complex i el nivell acadèmic és força baix. Moltes famílies tenen pocs recursos econòmics i algunes estan desestructurades. Aquests aspectes fan que l'alumnat tingui unes característiques bastant concretes i semblants, pel que fa al seu comportament i actitud a l'hora d'afrontar les diferents situacions que es sorgeixen en el mateix dia a dia al centre.

2.3. Instal·lacions i recursos materials

Les instal·lacions i estructura de l'institut està en procés i tenen previst, pel curs vinent, fer algunes reformes i ampliacions. Ara mateix el centre està format per tres blocs de barracons i el pati és un camp de futbol sala al costat d'una petita pista de bàsquet. Si parlem de recursos tecnològics i innovacions, els alumnes disposen de 50 portàtils perquè es pugui treballar a les aules, on totes elles tenen projectors.

Com veieu el centre no destaca per les seves instal·lacions ni pels seus recursos econòmics o tecnològics, el que fa que l'institut INS Miami t'absorbeixi i t'atrapi és el personal humà que hi conviu cada dia a les aules i passadissos. És difícil explicar amb paraules la sintonia que es viu i es respira al centre, però quan veus la relació que tenen els alumnes entre ells i amb els professors, tots junts semblen una gran família.

2.4. Departament d'Educació Física

Si fem referència al departament d'Educació Física, que és la branca que ens interessa, hi trobem dos professors: la Maria, cap d'estudis i la meua tutora de pràctiques i en Samuel, professor de la matèria i tutor de 3r A. Gràcies al conveni entre el centre i el municipi, es cedeix de manera gratuïta el pavelló municipal d'esports de Miami-Platja, situat a tant sols dos minuts caminant de l'institut, per dur a terme totes les sessions d'Educació Física. D'aquesta manera els alumnes poden gaudir d'un espai idíl·lic per la pràctica d'aquesta matèria.

Centrant-nos en la programació que es presenta en els següents apartats, per les dues línies de 4t d'ESO, que és el crus pel qual s'han desenvolupat les unitats didàctiques de tot el curs, cal tenir en compte que les dues línies formen un total de 25 alumnes i tots ells fan Educació Física junts i a la mateixa hora, els dimecres i dijous de 13:00 a 14:00 hores.

3. MARC TEÒRIC

En aquest apartat del treball tractarem dos aspectes claus, que seran el punt de referència i la base teòrica pel desenvolupament de la programació que es mostrarà a continuació i la unitat didàctica que es planteja:

3.1. Legislació vigent

La present programació didàctica s'adequa a la normativa i documentació següent:

- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículum básico de Educación Secundària Obligatoria y del Bachillerato
- Decret 187/2015, de 25 d'agost, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació secundària obligatòria
- La Llei orgànica 8/2013, de 9 de desembre, per a la millora de la qualitat educativa.
- Currículum educació secundària obligatòria. (àmbit Educació Física) Decret 187/2015
- Competències bàsiques de l'àmbit de l'educació física, gener de 2015, Departament d'Ensenyament
- Continguts clau de les competències. (àmbit Educació Física) Decret 187/2015

3.2. Referents teòrics

Quina importància té l'avaluació i com hem d'avaluar als nostres alumnes si programem a través de les competències? Comencem a entendre millor el concepte de competències i ja moltes escoles i moltes programacions didàctiques s'adeqüen a la normativa més actual però el que no podem seguir fent és avaluar les competències a través d'un examen, ja sigui escrit, oral o pràctic, al final de cada trimestre. D'aquesta manera la programació didàctica que es presenta a continuació i especialment la unitat didàctica que es desenvoluparà a fons, intenten buscar alternatives i possibles variables a l'hora d'avaluar als nostres alumnes.

La Dra. Jane Jones, (2014) ens parla sobre el concepte "AxA" Avaluació per aprendre, com una de les tendències clau en educació els darrers anys. Les característiques més importants d'aquesta avaluació són per exemple tenir en compte el "com" hem après, per això cal que els alumnes comprenguin les raons del seu aprenentatge, l'element clau és desenvolupar l'autoregulació, l'autonomia i la confiança en un mateix i es plantegen situacions perquè es pugui treballar l'autoavaluació i coavaluació de manera lògica i progressiva.

Per seguir profunditzant sobre el tema de l'avaluació, cal citar a un dels autors més reconeguts del país en aquest àmbit, Domingo Blázquez Sánchez. *Cómo evaluar bien Educación Física*, (2017). Seguint en el marc de l'avaluació formativa i de regulació, és a dir, pensant en facilitar els processos d'aprenentatge dels nostres alumnes, l'autor concreta que, fer participar a l'alumnat l'avaluació dels seus propis aprenentatges és desitjable tant del punt de vista educatiu com socio-afectiu.

D'altra banda, López Pastor (2006, p.98), utilitza el terme *avaluació compartida* per referir-se a "...processos de diàleg que mantenen el professor amb l'alumnat sobre l'avaluació dels processos d'ensenyament-aprenentatge, on aquest es donen en processos d'autoavaluació, de coavaluació, d'autoqualificació i la qualificació dialogada són tècniques que juguen un paper fonamental."

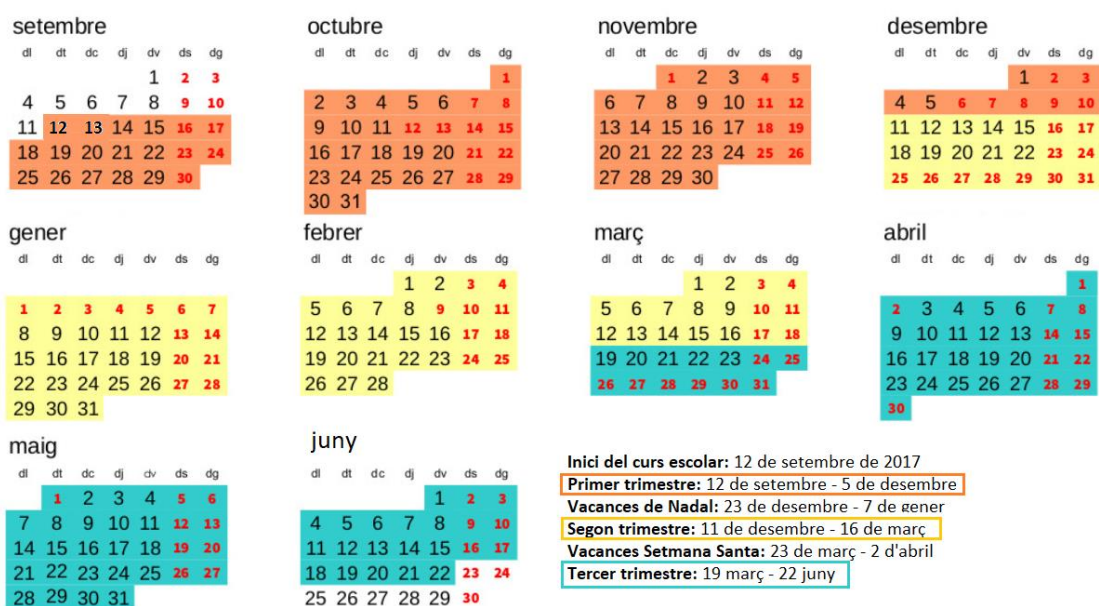
Amb aquests concepte teòrics i després de dur a terme la intervenció pràctica a l'institut amb els alumnes de 4t d'ESO, es vol seguir treballant i investigant en la línia de l'avaluació compartida posant a l'abast dels alumnes totes aquestes tècniques d'avaluació.

4. OBJECTIUS DE LA PROGRAMACIÓ I CALENDARITZACIÓ

Com ens diu el punt 1 de l'article 12 del *DECRET 187/2015, de 25 d'agost, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació secundària obligatòria*: "El quart curs té un caràcter orientador i ha de promoure la continuïtat formativa coherent amb els interessos i potencialitats de l'alumne." D'aquesta manera, donat que l'assignatura d'educació física apareix com a matèria comuna tot de l'opció acadèmica, que condueix als estudis de batxillerat, com l'opció aplicada, que condueix als ensenyaments professionals, aquests seran els objectius d'aprenentatge de la programació que es mostrarà a continuació:

1. Conèixer i acceptar el funcionament del propi cos i el dels altres, respectar les diferències, afermar els hàbits de salut i incorporar la pràctica de l'activitat física i l'esport a la vida quotidiana per afavorir el desenvolupament personal i social (*DECRET 187/2015*)
2. Adquirir habilitats i recursos per tal que l'alumne desenvolupi el seu pensament crític i guanyi autonomia, amb l'objectiu que se senti partícip i pugui autoregular el seu aprenentatge, gràcies sobretot a través del treball d'autoavaluació i coavaluació.

Per tal de fixar la calendarització de les unitats didàctiques, que es mostrarà més endavant, en primer lloc i de manera més clara es mostrarà el calendari escolar, fixat pel Departament d'Ensenyament per a tots els centres d'educació secundària obligatòria a Catalunya, amb l'inici i final de cada trimestre d'aquest curs 2017-2018.

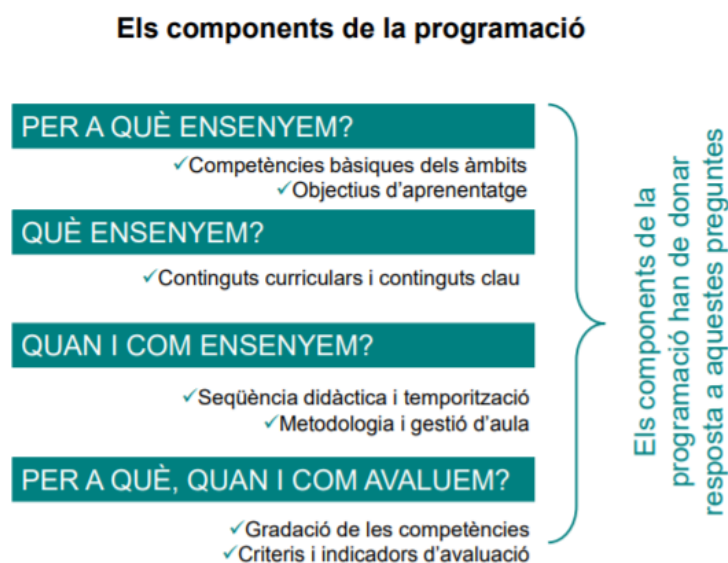


Nota: [Ordre ENS/108/2017, d'1 de juny](#), per la qual s'estableix el calendari escolar del curs 2017-2018 per als centres educatius no universitaris de Catalunya (DOGC núm. 7384, de 6.6.2017). Elaboració pròpia.

5. PROPOSTA D'INTERVENCIÓ

5.1. Seqüència didàctica

Per a la seqüència didàctica que es presenta a continuació prenem com a referència el document del Departament d'Ensenyament, *El currículum competencial a l'aula* (Març de 2018) on es tenen en compte tots els aspectes importants per a la construcció d'una unitat didàctica competencial. D'aquesta manera, com ens explica el document en l'apartat 2.3. *Els components bàsics de la programació* (p.20), parlarem de competències bàsiques, objectius d'aprenentatge, continguts, metodologia i criteris i indicadors d'avaluació.



Nota: Els components bàsics de la programació. Departament d'Ensenyament, *El currículum competencial a l'aula* (2018)

La proposta de programació didàctica que es mostra a continuació consta d'un total de 9 unitats didàctiques, 3 per trimestre, repartides en un total de 72 hores de la matèria d'Educació Física. Les unitats didàctiques plantejades estan estretament renyides al nou currículum d'educació secundària obligatòria i temporalitzades de manera que s'adeqüin a les necessitats i característiques dels alumnes, recursos del centre i també s'han tingut en compte les condicions climatològiques segons l'època de l'any. Tot i que el centre disposa d'un pavelló cobert, els alumnes poden gaudir d'unes magnífiques instal·lacions exterior que també han d'aprofitar.

| PROGRAMACIÓ EDUCACIÓ FÍSICA | | | | | | | | |
|---|---------------------------|-------------|----------------------|-----------------|---------------------------------------|---|----------------------------------|---|
| Centre: INS Miami (Miami-Platja, Tarragona) | | | Grup: 4t E.S.O A i B | | Curs: 2017-2018 | Normativa: LOMCE 8/2013 + Decret 187-2015 | Prof: Francesc Domingo | |
| DIMENSIONS | | | | | | | | |
| 1. Activitat física saludable | | | 2. Esport | | 3. Activitat física i temps de lleure | | Expressió i comunicació corporal | |
| | UNITATS DIDÀCTIQUES | Nº SESSIONS | COMPETÈNCIES E.F. | NIVELL GRADACIÓ | CONTINGUTS CLAU | CRITERIS AVALUACIÓ | COMPETÈNCIES CLAU (U.E) | RELACIÓ AMB ALTRES MATÈRIES |
| 1r TRIMESTRE | Del tennis al pàdel | 6 | 3 | 3.2 | CC5, CC7 i CC2 | 7, 1 i 6 | 4 | |
| | | | 4 | n/g | | | | |
| | | | 1 | 1.2 | | | | |
| | "Els clàssics" - Handbol | 6 | 3 | 3.3 | CC7, CC13 i CC2 | 1, 7 i 3 | 3 | Informàtica (edició de vídeo) |
| | | | 4 | n/g | | | | |
| | | | 1 | 1.2 | | | | |
| | Fem un bon ús del gimnàs | 12 | 1 | 1.3 | CC1, CC2, CC3, CCD25, CC5 i CC8 | 2, 3, 5 i 7 | 2 i 4 | Optatives de biologia i física |
| | | | 2 | 2.3 | | | | |
| | | | 3 | 3.2 | | | | |
| 7 | | | 7.1 | | | | | |
| 2n TRIMESTRE | En guàrdia! | 8 | 3 | 3.2 | CC5, CC6 CC13 i CC11 | 7, 12, 13, 4 i 14 | 2 | - Música - Tecnologia (construcció material) |
| | | | 4 | n/g | | | | |
| | | | 7 | 7.2 | | | | |
| | | | 8 | 8.2 | | | | |
| | Coavaluació i... Bàsquet! | 8 | 3 | 3.3 | CC7, CC8, CC2 i CCD 10 | 1, 3 i 7 | 3 | Informàtica (edició de vídeo) |
| | | | 4 | n/g | | | | |
| | | | 1 | 1.3 | | | | |
| | Running per Berlín | 8 | 5 | n/g | CC9, CC10, CCD13, CC1 i CC3 | 2, 10, 11 i 12 | 1, 5 i 6 | - Informàtica - Anglès - Alemany |
| | | | 6 | 6.2 | | | | |
| 2 | | | 2.2 | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--------------|-------------------|--|----|---|-----|-----------------------------|-------------------|-------|-------------------------------------|
| | | | | | | | | | |
| 3r TRIMESTRE | Don't be shy | | 10 | 7 | 7.3 | CCD10, CC12, CC11 i CC13 | 4, 7, 13, 14 | 7 | - Música - Anglès |
| | | | | 8 | 8.3 | | | | |
| | | | | 2 | 2.3 | | | | |
| | El món de l'estic | | 8 | 3 | 3.3 | CC6, CC7, CC8 i CC13 | 1, 7 i 8 | 4 | - Excursió a BCN pista de gel |
| | | | | 4 | n/g | | | | |
| | Summer time | | 6 | 3 | 3.3 | CC7, CC8, CC13 i CC10 | 7, 8, 10, 11 i 12 | 5 i 6 | |
| | | | | 4 | n/g | | | | |
| | | | | 5 | n/g | | | | |
| | | | | 6 | 6.2 | | | | |

Nota: 5.2 Fitxa/resum dels elements clau de la programació per 4t ESO INS Miami. Elaboració pròpia

Seguidament es passarà a explicar i desplegar de manera detallada, a través de taules, els ítems i la informació rellevant de les columnes següents:

- Competències d'Educació Física que treballarem en cada unitat didàctica.
- Nivell de gradació de les competències d'E.F. per unitat didàctica
- Continguts clau que apareixen per a cada competència i els que són obligatoris a 4t d'E.S.O.
- Continguts prescriptius a tenir en compte.
- Criteris d'avaluació prescriptius a tenir en compte a l'hora de fer l'avaluació.
- Competències clau (marcades per la Unió Europea) transversals en tot l'aprenentatge.

| | | UNITATS DIDÀCTIQUES | | | | | | | | |
|-------------------|--|---------------------|--------------------------|--------------------------|-------------|------------------------|--------------------|--------------|-------------------|-------------|
| | | Del tennis al pàdel | “Els clàssics” - Handbol | Fem un bon ús del gimnàs | En guàrdia! | Coavaluació - Bàsquet! | Running per Berlín | Don't be shy | El món de l'estic | Summer time |
| COMPETÈNCIES E.F. | | | | | | | | | | |
| Act. Física salut | 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut | X | X | X | | X | | | | |
| | 2. Valorar els efectes d'un estil de vida actiu a partir de la integració d'hàbits saludables en la pràctica d'act. física. | | | X | | | X | X | | |
| Esport | 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | X | X | X | X | X | | | X | X |
| | 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició | X | X | | | X | | | X | X |
| Act. F. lleure | 5. Gaudir amb la pràctica d'activitats físiques recreatives, amb una especial atenció a les que es realitzen al medi natural | | | | | | X | | | X |
| | 6. Planificar i organitzar activitats en grup amb la finalitat de lleure | | | | | | X | | | X |
| Exp. corporal | 7. Utilitzar els recursos expressius del propi cos per a l'autoconeixement i per comunicar-se amb els altres | | | X | X | | | X | | |
| | 8. Utilitzar activitats amb suport musical, com a mitjà de relació social i integració comunitària. | | | | X | | | X | | |

Nota: 5.3 Relació competències E.F. amb les unitats didàctiques plantejades. Elaboració pròpia

CONTINGUTS CLAU

| Continguts clau | Competències | | | | | | | |
|---|--------------|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1. Qualitats físiques. | | | | | | | | |
| 2. La sessió i el pla de treball. | | | | | | | | |
| 3. Hàbits de salut. | | | | | | | | |
| 4. Estereotips del cos i de gènere en els mitjans de comunicació. | | | | | | | | |
| 5. Esports individuals. | | | | | | | | |
| 6. Esports d'adversari. | | | | | | | | |
| 7. Esports col·lectius. | | | | | | | | |
| 8. Valors i contravalors de la societat aplicats a l'esport. | | | | | | | | |
| 9. Activitats en el medi natural. | | | | | | | | |
| 10. Esport per a tothom. | | | | | | | | |
| 11. Comunicació i llenguatge corporal. | | | | | | | | |
| 12. Ritme i moviment. | | | | | | | | |
| 13. Esport i gènere. | | | | | | | | |

Nota: 5.4 Continguts clau en Educació Física. Departament d'Ensenyament, Continguts clau. (2015)

COMPETÈNCIES DIGITALS:

CCD10. Llenguatge audiovisual: imatge fixa, so i vídeo (Competència 7 i 8)

CCD13. Fonts d'informació digital: selecció i valoració (Competència 6)

CCD25. Ergonomia: salut física (Competència 2)

* font: Intranet inspecció Lleida - Unitats de programació compartides pels centres.

| | UNITATS DIDÀCTIQUES | | | | | | | | |
|--|---------------------|--------------------------|--------------------------|-------------|------------------------|--------------------|--------------|-------------------|-------------|
| | Del tennis al pàdel | “Els clàssics” - Handbol | Fem un bon ús del gimnàs | En guàrdia! | Coavaluació – Bàsquet! | Running per Berlín | Don't be shy | El món de l'estic | Summer time |
| CONTINGUTS PRESCRIPTIUS 4t ESO | | | | | | | | | |
| Condicció física i salut (CC1, CC2, CC3, CC4) | | | | | | | | | |
| - Característiques de l'adaptació d'un pla de treball a les condicions personals, amb control de càrregues i valoració de la condició física | X | X | X | | X | X | | | |
| - Valoració crítica de la imatge de l'esport en la societat actual | | | X | | | | X | | |
| - Generalitats dels processos de recuperació de lesions | | | X | | | | | | |
| Esport (CC5, CC6, CC7, CC8, CC13) | | | | | | | | | |
| - Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports individuals en situació de competició | X | | X | X | | | X | | |
| - Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports d'adversari en situació de competició | X | X | | | | | | X | X |
| - Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports col·lectius en situació de competició | | X | | | X | | | X | X |
| - Valors i contravalors de la societat aplicats a l'esport | | | X | X | X | | | X | |
| - Resolució de conflictes i esport | | X | | X | X | | | | |
| Act. Físiques recreatives (CC9, CC10, CCD13) | | | | | | | | | |
| - Característiques de les activitats físiques amb finalitat de lleure | | | | | | X | | | X |
| - Planificació, organització i pràctica d'activitats físiques amb finalitat de lleure | | | | | | X | | | X |
| Expressió corporal (CC11, CC12, CCD10) | | | | | | | | | |
| - Utilització dels elements i tècniques d'expressió i comunicació corporal en una representació i dramatització | | | | X | | | X | | |
| - Característiques de la planificació i representació d'un muntatge coreogràfic | | | | | | | X | | |

Nota: 5.5. Relació continguts prescriptius de 4t ESO amb les unitats didàctiques plantejades. Elaboració pròpia

| CRITERIS D'AVALUACIÓ PRESCRIPTIUS 4t ESO | UNITATS DIDÀCTIQUES | | | | | | | | |
|---|---------------------|--------------------------|--------------------------|-------------|------------------------|--------------------|--------------|-------------------|-------------|
| | Del tennis al pàdel | "Els clàssics" - Handbol | Fem un bon ús del gimnàs | En guàrdia! | Coavaluació – Bàsquet! | Running per Berlín | Don't be shy | El món de l'estic | Summer time |
| 1. Planificar i posar en pràctica de forma autònoma escalfaments per a una activitat concreta | X | X | | | X | | | X | |
| 2. Incrementar el nivell individual de condició física per millorar la salut, a partir de l'aplicació de sistemes i mètodes d'entrenament | | | X | | | X | | | |
| 3. Participar en l'elaboració d'un pla de treball per a la millora de la condició física | | X | X | | X | | | | |
| 4. Utilitzar la respiració i la relaxació com a mètodes d'alliberament de tensions | | | | X | | | X | | |
| 5. Executar exercicis de condicionament físic (fitnes) amb correcció postural | | | X | | | | | | |
| 6. Dissenyar i portar a terme les fases d'activació i recuperació de la pràctica de l'activitat física, tenint en compte la intensitat i la dificultat de l'activitat | X | | | | X | | | | |
| 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari | X | X | | X | X | | X | X | X |
| 8. Participar en l'organització i posada en practica de tornejos o competicions esportives | | | | | | | | X | X |
| 9. Realitzar activitats en el medi natural, utilitzant l'equipament, eines i tècniques d'orientació adequades | | | | | | X | | | |
| 10. Planificar de forma autònoma activitats en el medi natural | | | | | | X | | | X |
| 11. Mostrar una actitud de respecte pel medi natural | | | | | | X | | | X |
| 12. Controlar els riscos en les activitats físiques i esportives i assumir la responsabilitat de la pròpia seguretat | | | | X | | X | | | X |
| 13. Crear moviments basats en l'expressió d'emocions | | | | | | | X | | |
| 14. Actuar davant del grup realitzant composicions individuals i col·lectives | | | | X | | | X | | |

Nota: 5.6. Relació criteris d'avaluació prescriptius de 4t ESO amb les unitats didàctiques plantejades. Elaboració pròpia

| | UNITATS DIDÀCTIQUES | | | | | | | | |
|---|---------------------|--------------------------|--------------------------|--------------|------------------------|--------------------|--------------|-------------------|-------------|
| | Del tennis al pàdel | “Els clàssics” - Handbol | Fem un bon ús del gimnàs | En guàrdia ! | Coavaluació – Bàsquet! | Running per Berlín | Don't be shy | El món de l'estic | Summer time |
| COMPETÈNCIES CLAU (Unió Europea) Transversals en tot l'aprenentatge | | | | | | | | | |
| 1. Comunicació lingüística | | | | | | x | | | |
| 2. Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia | | | x | x | | | | | |
| 3. Competència digital | | x | | | x | x | | | |
| 4. Aprendre a aprendre | x | | x | | | | | x | |
| 5. Competències socials i cíviques | | | | | | x | | | x |
| 6. Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor | | | | | | | | | x |
| 7. Consciència i expressions culturals. | | | | | | | x | | |

Nota: 5.7. Relació competències clau (U.E) amb les unitats didàctiques plantejades. Elaboració pròpia

A continuació es mostra la relació que hi ha entre les unitats didàctiques que es plantegen en la programació i les 7 competències transversals que cal assolir al final de l'etapa d'ensenyaments obligatoris. Abans però, trobem una adaptació de la definició de cada competència extreta del BOE (Boletín Oficial del Estado), Ordre ECD/65/2015, de 21 de gener, per la qual es descriuen les relacions entre les competències, els continguts i els criteris d'avaluació de l'educació primària, l'educació secundària obligatòria i el batxillerat.

1. Comunicació lingüística

La competència en comunicació lingüística és el resultat de l'acció comunicativa dins de pràctiques socials determinades, en les quals l'individu actua amb altres interlocutors i a través de textos en múltiples modalitats, formats i suports.

La competència en comunicació lingüística s'inscriu en un marc d'actituds i valors que l'individu posa en funcionament: el respecte a les normes de convivència, l'exercici actiu de la ciutadania, el desenvolupament d'un esperit crític, el respecte als drets humans i el pluralisme, la concepció del diàleg com a eina primordial per a la convivència, la resolució de conflictes i el desenvolupament de les capacitats afectives en tots els àmbits.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- Running per Berlín: trobarem algunes sessions d'aquesta unitat didàctica que seran a l'aula d'informàtica, on els alumnes hauran de buscar informació sobre els espais i possibles recorreguts on es marcarà la ruta a peu que farem quan siguem a la ciutat. D'altra banda, també intervé un altre factor fonamental com és la llengua, en aquest cas, l'anglès com a primera llengua, però també l'alemany.

2. Competència matemàtica i competències bàsiques en ciència i tecnologia

La competència matemàtica i les competències bàsiques en ciència i tecnologia indueixen i enforteixen alguns aspectes essencials de la formació de les persones que són fonamentals per a la vida. En una societat on l'impacte de les matemàtiques, les ciències i les tecnologies és determinant, la consecució i la sostenibilitat del benestar social exigeix unes conductes i una presa de decisions personals estretament vinculades a la capacitat crítica i la visió raonada i raonable de les persones.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- Fem un bon ús del gimnàs: En aquesta unitat didàctica un dels aspectes que es pretén treballar de manera transversal amb l'assignatura de matemàtiques i física és, d'una banda, la recollida de dades en una fitxa *Excel* on tots els alumnes apuntaran els seus resultats amb diferents unitats de mesura (kilograms, metres, segons, etc). D'altra banda, des de l'assignatura de física podem fer referència a elements i formules relacionades amb la força, resistència, plans inclinats, declinats, etc.

- En guàrdia!: per poder confeccionar alguns dels instruments que necessitarem per dur a terme amb èxit aquesta unitat didàctica, sortiran de l'àrea de tecnologia, on els mateixos alumnes hauran de crear amb material reciclat les seves pròpies proteccions i estris que hauran d'utilitzar en les últimes sessions programades.

3. Competència digital

La competència digital és la que implica l'ús creatiu, crític i segur de les tecnologies de la informació i la comunicació per assolir els objectius relacionats amb el treball, l'ocupabilitat, l'aprenentatge, l'ús del temps lliure, la inclusió i la participació en la societat. Aquesta competència suposa, a més d'adequar-se als canvis que introdueixen les noves tecnologies en l'alfabetització, la lectura i l'escriptura, un conjunt nou de coneixements, habilitats i actituds que es necessiten avui dia per ser competent en un entorn digital.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- "Els clàssics – l'Handbol" i "Coavaluació i...Bàsquet": en aquestes dues unitats didàctiques es treballarà de manera paral·lela amb l'assignatura d'informàtica la competència digital a través de l'ús d'un programa de creació de vídeo, pactat prèviament amb el professor d'informàtica. (*Movie Maker, Movavi Video Editor*, etc.)

- Running per Berlin: Els mateixos alumnes hauran de cercar informació a internet per conèixer els espais, les limitacions, les infraestructures (parcs, jardins, boscos, etc) i marcar possibles recorreguts per sortir a córrer tots junts quan siguem a la ciutat.

4. Aprendre a aprendre

La competència d'aprendre a aprendre és fonamental per a l'aprenentatge permanent que es produeix al llarg de la vida i que té lloc en diferents contextos formals, no formals i informals. Aquesta competència es caracteritza per l'habilitat per iniciar, organitzar i persistir en l'aprenentatge. Això exigeix, en primer lloc, la capacitat per motivar-se per aprendre. Aquesta motivació depèn del fet que es generi la curiositat i la necessitat d'aprendre, que l'estudiant se senti protagonista del procés i del resultat del seu aprenentatge i, finalment, que arribi a assolir les metes d'aprenentatge proposades i, amb això, que es produeixi en ell una percepció d'autoeficàcia i autonomia.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- Fem un bon ús del gimnàs: En aquesta unitat didàctica es pretén fer una petita aproximació a un sector molt globalitzat i ple d'informació com és el *Wellness* i el *Fitness*, on es veuen relacionades moltes especialitats com: l'anatomia, fisiologia, nutrició, ergonomia, mètodes d'entrenament, etc. A través de les sessions que es duren a terme, s'intentarà motivar als alumnes perquè ells mateixos siguin capaços de cercar informació vàlida i contrastada i segueixin creixent en el seu procés d'ensenyament-aprenentatge de manera eficient i autònoma.
- Del tennis al pàdel: En les últimes sessions d'aquesta unitat didàctica es practicarà un dels esports més de moda dels últims anys, el pàdel. Es farà una petita aproximació a l'esport sobre aspectes de reglament bàsic i sobre el joc. D'aquesta manera es pretén que l'alumne mostri un cert interès i motivació per practicar un esport nou, que segurament mai abans ha practicat. D'altra banda, els dimecres a la tarda a partir de les 15'30h el poliesportiu on es duen a terme les sessions pràctiques de l'assignatura d'Educació Física, ens cedeix les dues pistes, durant una hora, amb l'objectiu que els alumnes de 4t d'E.S.O puguin aprofitar-ho i muntar els seus partits de manera autònoma.
- El món de l'estic: A través de la pràctica de l'hoquei farem que els nostres alumnes practiquin i provin les diferents modalitats d'aquest esport (sala, herba i patins) amb la intensió de captar la seva atenció i fer que mostrin motivació i interès per aquest esport i les seves possibles variants

5. Competències socials i cíviques

Les competències socials i cíviques impliquen l'habilitat i la capacitat per utilitzar els coneixements i les actituds sobre la societat, entesa des de les diferents perspectives, en la seva concepció dinàmica, canviant i complexa, per interpretar fenòmens i problemes socials en contextos cada vegada més diversificats; per elaborar respostes, prendre decisions i resoldre conflictes, així com per interactuar amb altres persones i grups de conformitat amb normes basades en el respecte mutu i en conviccions democràtiques.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- Running per Berlín: Tant en les sessions teoricopràctiques a l'institut, com en la sortida de running que es farà amb els alumnes durant el seu viatge de final d'etapa a Berlín, es pretén conscienciar a tots ells/es per tal d'entendre que viatjarem i farem activitat esportiva a un altre país i per això hem d'entendre que, possiblement ens trobarem en un entorn desconegut per nosaltres, amb diferents característiques culturals, econòmiques i socials que haurèm de conèixer i respectar.

- Summer time: En la última sessió d'aquesta unitat didàctica, es farà una sortida a la platja de Miami- Platja (Tarragona), on els alumnes hauran d'elaborar una gimcana d'esports tenint en compte l'espai on es durà a terme l'activitat i també es veuran reflexades competències socials i cíviques de respecte per l'entorn, mesures de seguretat i responsabilitat.

6. Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor

La competència sentit d'iniciativa i esperit emprenedor implica la capacitat de transformar les idees en actes. Això significa adquirir consciència de la situació en què cal intervenir o que cal resoldre, i saber escollir, planificar i gestionar els coneixements, les destreses o habilitats i les actituds necessaris amb criteri propi, amb la finalitat d'assolir l'objectiu previst. Aquesta competència està present en els àmbits personal, social, escolar i laboral en què es desenvolupen les persones, i els permet dur a terme les seves activitats i aprofitar noves oportunitats.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- Summer time: per grups, seran els mateixos alumnes els que confeccionin la sortida a la platja per tal de realitzar la gimcana per equips que ells mateixos hauran creat. Per això hauran d'organitzar-se, redactar les activitats, fer els equips, distribuir tasques i tenir en compte tots els aspectes necessaris per a l'organització d'una sortida.

7. Consciència i expressions culturals

La competència en consciència i expressió cultural implica conèixer, comprendre, apreciar i valorar amb esperit crític, amb una actitud oberta i respectuosa, les diferents manifestacions culturals i artístiques, utilitzar-les com a font d'enriquiment i gaudi personal i considerar-les com a part de la riquesa i el patrimoni dels pobles. Aquesta competència incorpora també un component expressiu referit a la mateixa capacitat estètica i creadora i al domini de les capacitats relacionades amb els diferents codis artístics i culturals, per poder utilitzar-les com a mitjà de comunicació i expressió personal.

El desenvolupament d'aquesta competència suposa actituds i valors personals d'interès, reconeixement i respecte per les diferents manifestacions artístiques i culturals, i per la conservació del patrimoni. Així mateix, exigeix valorar la llibertat d'expressió, el dret a la diversitat cultural, el diàleg entre cultures i societats, i la realització d'experiències artístiques compartides.

Justificació de les unitats didàctiques implicades:

- Don't be shy: Gràcies a aquesta unitat didàctica farem que aflorin els sentiments dels alumnes, amb l'objectiu de representar-los a través del cos i amb l'acompanyament d'un art com és la música. On la peça clau de tot aquest treball serà la llibertat d'expressió, l'autoconeixement i el respecte cap a altres composicions, moviments i maneres d'expressar-se amb el cos totalment diferents.

6. ÚS DE LES TIC I TAC

Tal i com podem veure en les diferents unitats didàctiques que es plantegen en la programació, l'ús de les Tecnologies de la Informació i la Comunicació (TIC) i les Tecnologies d'Aprenentatge i Coneixement (TAC) les trobem presents especialment en tres unitats didàctiques:

- "Els clàssics"- l'Handbol
- Coavaluació i ... Bàsquet!
- Running per Berlín

20

En les dues primeres, farem servir un programa d'edició de vídeo, pactat i treballant conjuntament amb el professor d'informàtica/tecnologia, per tal que els alumnes puguin veure l'evolució del seu aprenentatge. De tal manera que no serà simplement buscar informació internet sinó que estem parlant de Tecnologies d'Aprenentatge i Coneixement (TAC)

En qualsevol cas no podem oblidar des de la nostra matèria d'Educació Física treballar les competències que són transversals durant tot l'aprenentatge que ens maca la Unió Europea i la competència digital, n'és una d'elles.

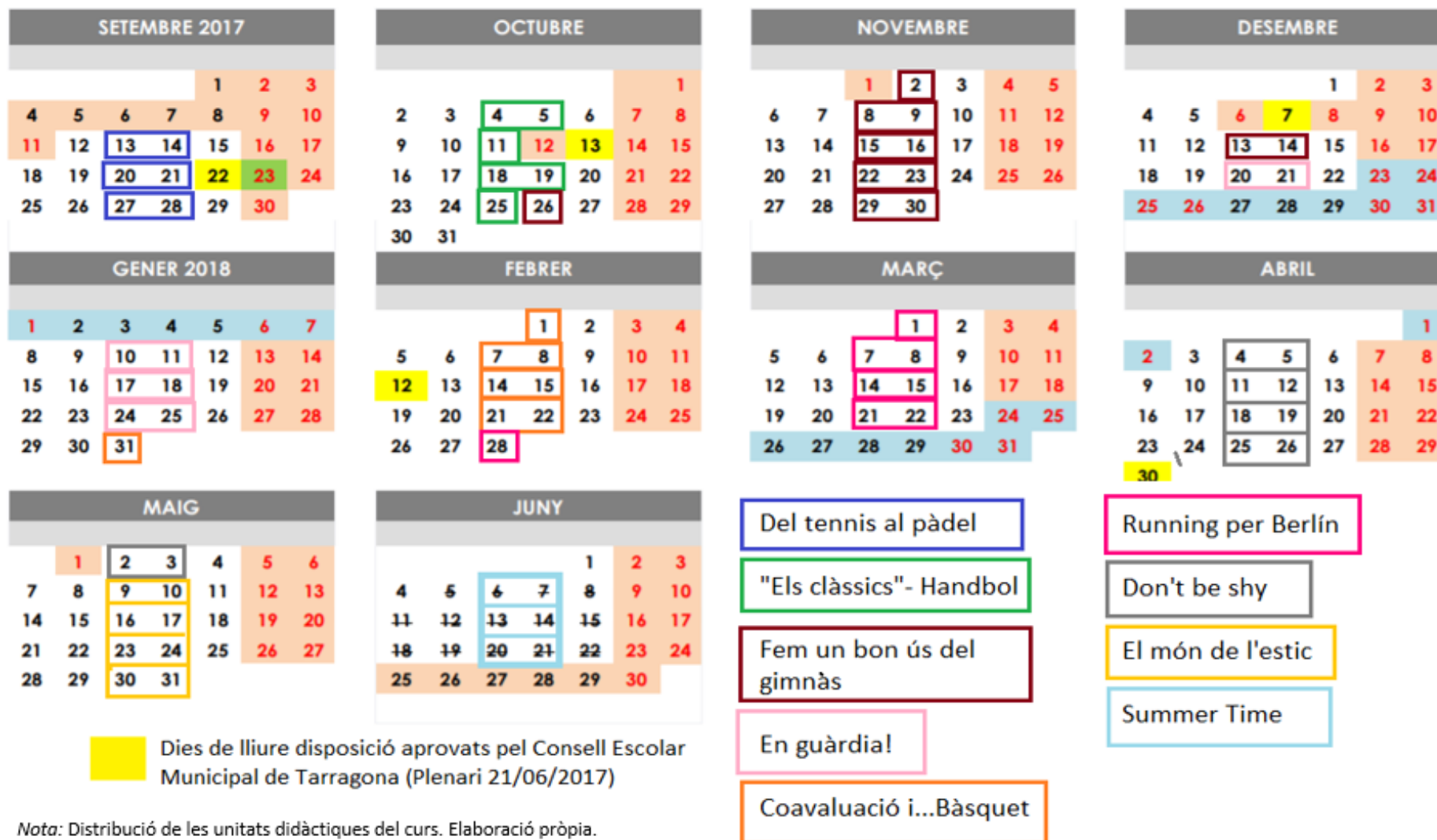
7. METODOLOGIA

Segons el document publicat pel Departament d'Ensenyament, el marc de 2018, *El currículum competencial a l'aula*, "La incorporació del concepte de competència en els currículums implica canvis metodològics que afecten el rol dels professors i dels alumnes, ja que l'acció competent va associada a una determinada seqüència didàctica" (p. 9).

D'aquesta manera intentarem que en les nostres sessions d'Educació Física, les activitats d'ensenyament – aprenentatge compleixin els aspectes següents:

- Farem que l'alumne sigui el protagonista del seu aprenentatge, es plantejaran preguntes i dubtes on la seva resposta no estigui limitada i d'aquesta manera es desperti el pensament crític de l'alumne. Per això a l'hora de plantejar activitats haurem de deixar de banda els estils d'ensenyament directrius i analítics i treballar amb grups reduïts, resolució de problemes o descobriment guiat.

8. DISTRIBUCIÓ TEMPORAL DE LES UNITATS DIDÀCTIQUES



9. ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

El quid de la qüestió no radica en adaptar les activitats i plantejar sessions d'ensenyament aprenentatge per tal que els alumnes lesionats, d'alta complexitat, altes capacitats o amb necessitats educatives especials no es sentin exclosos de l'activitat. Considero que en la matèria de la nostra especialitat, el professor/a està més que acostumat a plantejar variants i alternatives, amb l'objectiu de no deixar ningú fora i que sigui una educació física totalment inclusiva.

Per a la matèria d'Educació Física, i segurament també per la resta d'assignatures, l'atenció a la diversitat ve condicionada, en gran part, pel tipus d'avaluació que cal fer a aquest alumnat. Hem comentat i defensat que l'avaluació ha de ser individualitzada, continuada i que permeti regular el procés d'aprenentatge de cada alumne, entès així el concepte d'autoregulació de l'aprenentatge.

Per a Canals, R. (2015) *L'avaluació en el desenvolupament de les competències bàsiques*, ens explica un seguit d'aspectes clau que cal tenir sempre presents a l'aula o en les nostres sessions d'Educació Física, per tal de respondre a les necessitats de tot l'alumnat:

1. Adequació dels objectius de la programació.
2. Preveure diferents activitats amb diferents graus de complexitat.
3. Preparar noves activitats que permetin aquest alumnat participar plenament a l'aula.
4. Elaborar un pla individualitzat que reculli el conjunt d'ajudes, suports i adaptacions que pugui necessitar l'alumne en els diferents moments i contextos escolars
5. Treballar de manera conjunta, coordinada i interdisciplinària amb d'altres matèries i especialment amb el tutor/a d'aquest tipus d'alumnat, que sempre ha d'estar amb contacte amb les famílies perquè hi hagi un bon tràfic d'informació per a la millora del procés d'aprenentatge de l'alumne.

10. AVALUACIÓ

Tots coneixem el famós refrany castellà, “Dime con quién andas y te diré quién eres”, per a l’avaluació passa exactament el mateix. Molts experts parlen de l’avaluació com la peça clau de l’aprenentatge integral dels nostres alumnes. Articles com *Dime cómo evalúas y te diré cómo aprenden tus alumnos*, (Monereo, C. 2014), *Dime qué evalúas y te diré qué y cómo enseñas y què y cómo tus alumnos aprenden*. (Santmartí, N. 2012), *Dime cómo evalúas y te diré que tipo de profesional y de persona eres*. (Santos Guerra, M. A. 2003)

En primer lloc, a través de la taula que podeu veure a continuació, tindrem una visió global de l’avaluació trimestral i final que es farà durant aquest quart curs d’E.S.O, pels alumnes de l’institut INS Miami.

| AVALUACIÓ TRIMESTRAL | | | | AVALUACIÓ FINAL |
|----------------------|--------------------------|------|------|-----------------|
| 1r TRIMESTRE | UNITATS DIDÀCTIQUES | NOTA | % | % |
| | Del tennis al pàdel | | 33,3 | 33,3 |
| | “Els clàssics” – Handbol | | 33,3 | |
| | Fem un bon ús de gimnàs | | 33,3 | |

NOTA FINAL 1r TRIMESTRE

| AVALUACIÓ TRIMESTRAL | | | | AVALUACIÓ FINAL |
|----------------------|-------------------------|------|------|-----------------|
| 2n TRIMESTRE | UNITATS DIDÀCTIQUES | NOTA | % | % |
| | En Guardia! | | 33,3 | 33,3 |
| | Coavaluació i...Bàsquet | | 33,3 | |
| | Running per Berlín | | 33,3 | |

NOTA FINAL 2n TRIMESTRE

| AVALUACIÓ TRIMESTRAL | | | | AVALUACIÓ FINAL |
|----------------------|---------------------|------|------|-----------------|
| 3r TRIMESTRE | UNITATS DIDÀCTIQUES | NOTA | % | % |
| | Don't be shy | | 33,3 | 33,3 |
| | El món de l'estic | | 33,3 | |
| | Summer time | | 33,3 | |

NOTA FINAL 3r TRIMESTRE

NOTA FINAL DE CURS

Seguidament s'explicaran els criteris generals que es tindran en compte a l'hora d'avaluar l'assignatura. Els alumnes ho podran fer durant el trimestre de manera lògica i continuada o en l'avaluació extraordinària a final de curs:

Per trimestre:

- Per aprovar el trimestre els alumnes hauran d'aprovar dues de les tres unitats didàctiques de les quals es compona el trimestre. Per poder fer mitjana amb les altres dues s'ha d'haver tret una nota, que en diem de suficiència, igual o superior a 4.
- Si la mitjana de les 3 unitats didàctiques que formen el trimestre et queda suspès, (menys d'un 5) podràs recuperar durant el trimestre següent, en cas de ser el primer o el segon, les unitats didàctiques que t'han quedat suspeses.

A final de curs:

- Per poder aprovar l'assignatura has d'haver aprovat dos dels 3 trimestres dels quals es compona el curs.
- Si has suspès un trimestre amb una nota igual o superior a 4, et pot fer mitjana amb la nota dels altres dos trimestres.
- Si la nota final del curs no et surt aprovada, hauràs de recuperar al setembre les unitats didàctiques que t'han quedat suspeses, no el trimestre sencer.

D'altra banda, ara s'explicaran els aspectes d'avaluació que faran referència a la unitat didàctica desenvolupada en el següent punt del treball. Però abans, veurem una fitxa resum d'aquesta per detectar i veure de manera més clara el contingut necessari per a l'avaluació.

FITXA RESUM:

| U.D: Coavaluació i...Bàsquet! | | Curs: 4t ESO | | Trimestre: 2n | | Nº sessions: 8 | |
|--|-----------------|---|-----|--|---|---|----------------|
| Justificació: Un esport tant conegut i tant practicat a Educació física com és el bàsquet, podem treballar-lo de moltes maneres diferents per tal que els nostres alumnes millorin en el seu procés d'ensenyament-aprenentatge, d'aquesta manera, el treball d'auto i coavaluació serà l'eix principal de tota la unitat didàctica. | | | | | | | |
| Dimensió | Competències | Objectiu | CC | Continguts | Criteris Avaluació | Criteris qualificació | % Qualificació |
| 2. Esport | Educació Física | 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | CC7 | Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports col·lectius en situació de competició | 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari | Cada alumne farà un test de coneixements i es tindrà en compte també les valoracions de les fitxes d'auto i coavaluació | 25% |
| | | 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició | CC8 | Valors i contravalors de la societat aplicats a l'esport Resolució de conflictes i esport | - Mostrar una actitud i una sèrie de valors positius cap als companys, professor, material i entorn | Es tindran en compte els ítems de les fitxes d'auto i coavaluació i el criteri subjectiu del professor | 25% |
| 1. Salut | | 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut | CC2 | Característiques de l'adaptació d'un pla de treball a les condicions personals, amb | 1. Planificar i posar en pràctica de forma autònoma escalfaments per a una activitat concreta | El treball escrit que s'entregarà per grups en cada activitat d'escalfament i l'assessorament | 40% |

| | | | | | | | | |
|--|----------------|------------------------|--|-------|--|--|--|-----|
| | | | | | control de càrregues i valoració de la condició física | 3. Participar en l'elaboració d'un pla de treball per a la millora de la condició física | individualitzat en les fitxes de coavaluació | |
| | Transv. | 3. Competència digital | Reconèixer i classificar imatges i vídeos esportius propis a través d'un programa d'edició de vídeo. | CCD10 | Edició de vídeo i selecció d'imatges | Fer servir de manera autònoma i adequada les eines i recursos per a l'edició de vídeo. | Acordat amb el professor d'informàtica/ tecnologia | 10% |
| <p>Criteris metodològics generals: Des del primer moment es pretén donar autonomia i llibertat a l'alumne a través sobretot del treball d'autoavaluació i coavaluació, utilitzant estils d'ensenyament poc directius com l'ensenyança recíproca, grups reduïts o el descobriment guiat</p> | | | | | | | | |
| <p>Mesures d'atenció a la diversitat: Per a tots aquells alumnes que no puguin fer l'activitat de manera ocasional, se'ls facilitarà una fitxa d'avaluació de la sessió perquè puguin fer-ne el seguiment. D'altra banda, amb l'objectiu que tothom es senti partícip del joc, per a totes les activitats de la unitat didàctica hem de tenir variants d'espai, material, canvi de normes, rols dels jugadors, etc.</p> | | | | | | | | |
| <p>Recursos materials: Tot és material convencional que trobaríem a molts instituts, però tenim les fitxes dels jugadors de la primera sessió que es pot crear amb material reciclat i necessitem una càmera de vídeo per enregistrar les sessions.</p> | | | | | | | | |

Nota: Adapt.Com elaborar una programació didàctica: *Proposta disseny unitats*. (Núria Nieto, 2017)

De la següent manera i tenint clar els ítems de la taula anterior, podem passar a descriure els instruments d'avaluació que farem servir per extreure la nota final de la unitat didàctica que estem desenvolupant:

| COMPETÈNCIA | CRITERI AVALUACIÓ | ACTIVITAT AVALUACIÓ | INSTRUMENT AVALUACIÓ | INDICADORS D'AVAUACIÓ | % | NOTA |
|---|---|---|--|---|-----|------|
| 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari | S.7: Partits de competició | Fitxa valoració subjectiva del professor | Amb l'ajut de la fitxa d'avaluació, anotar en quins aspectes han millorat els alumnes es situació real de partit. | 30% | |
| | | S.8: Prova coneixements final | Fitxa coneixements | Compara la nota amb la prova de coneixements previs de la primera sessió | 20% | |
| 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició | - Mostrar una actitud i una sèrie de valors positius cap als companys, professor, material i entorn | S.7: Seguiment de la coavaluació entre iguals | Fitxa de coavaluació | Veure quin seguiment ha fet l'alumne del seu company i com el valora. | 10% | |
| 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut | 1. Planificar i posar en pràctica de forma autònoma escalfaments per a una activitat concreta | S.5 i 6: Proposta d'activitats d'escalfament dels 4 grups | Fitxa valoració subjectiva del professor | Tots els alumnes han de participar de manera activa durant el transcurs de l'activitat | 20% | |
| | 3. Participar en l'elaboració d'un pla de treball per a la millora de la condició física | S.5 i 6: Proposta d'activitats d'escalfament dels 4 grups | Treball escrit | Apte o no apte | 10% | |

| | | | | | | | |
|--|------------------------|--|--------------------------|--|----------------|-----|--|
| | 3. Competència digital | Fer servir de manera autònoma i adequada les eines i recursos per a l'edició de vídeo. | Muntatge del vídeo final | Valoració subjectiva del professor d'informàtica/ tecnologia | Apte o no apte | 10% | |
|--|------------------------|--|--------------------------|--|----------------|-----|--|

| | | |
|------------|------|--|
| NOTA FINAL | 100% | |
|------------|------|--|

Nota: Adapt. de Com elaborar una programació didàctica: *Proposta disseny unitats*. (Núria Nieto, 2017)

11. UNITAT DIDÀCTICA

Per poder desenvolupar aquest apartat del treball i tractar tots els aspectes rellevants d'una unitat didàctica farem servir com a guia el document *“Programar per competències a l'educació primària”* de la Generalitat de Catalunya del Setembre de 2017.

En alguns apartats hi trobarem alguna adaptació, ja que la unitat didàctica que trobarem a continuació va estretament lligada amb el meu Pràcticum a l'institut Miami-Platja, centre on he dut a terme les 210 hores de pràctiques del màster.

1. Contextualització

A partir del treball de Pràcticum i la unitat didàctica que vaig dur a terme al institut, en aquest apartat del treball del meu TFM es pretén fer una petita adaptació i modificar alguns aspectes que creiem importants, amb l'objectiu d'aconseguir una unitat didàctica més competencial i es treballarà de manera transversal amb d'altres assignatures. Però sense deixar de banda el seu eix fonamental que és el treball d'autoavaluació i coavaluació entre iguals.

Tal i com s'explica en el treball de Pràcticum el que es va fer, va ser un estudi d'investigació experimental (K. Heinemann, 2003) on dos grups, un control i l'altre experimental, on aquest últim va treballar a través de l'autoavaluació i coavaluació, amb l'objectiu de confirmar la hipòtesis que es va plantejar d'es d'un principi:

“Si plantejem una Unitat Didàctica centrada en el treball d'autoavaluació i coavaluació entre iguals, el rendiment i el grau d'implicació i motivació dels alumnes serà més elevat que si treballem a través de metodologies tradicionals i convencionals. Alhora que milloraran les seves relacions social. ”

A partir d'aquest treball, que va resultar molt productiu i engrescador pels alumnes i alhora va fer que milloressin en el seu procés d'ensenyament-aprenentatge, la unitat didàctica que es presenta a continuació mostra una sèrie de canvis i adaptacions respecte a la ja posada en pràctica al institut, que podeu trobar explicada detalladament al treball de Pràcticum:

- Passem de 6 sessions a 8 sessions d'aprenentatge.
- Tot el grup classe treballa amb autoavaluació i coavaluació
- Treball interdisciplinari amb d'altres assignatures.
- Ús de les TAC (Tecnologies d'aprenentatge i Coneixement)
- Treball transversal de competències (Dimensió Esport i Activitat Física Saludable)

2. Títol

“COAVALUACIÓ I...BÀSQUET!”

3. Grup classe i característiques alumnat

El grup classe amb el qual es va fer la intervenció pràctica és 4t E.S.O A i B, que formen un total de 25 alumnes. La següent unitat didàctica està pensada pel mateix grup classe i contextualitzada al institut INS Miami (vegeu apartat 2)

30

4. Curs acadèmic

2017 - 2018

5. Breu descripció de la unitat didàctica

Coavaluació i...Bàsquet!, està formada per un total de 8 sessions d'ensenyament-aprenentatge i pretén ser una unitat didàctica innovadora, gràcies a l'ús de les noves tecnologies, metodologies on l'alumnat pren protagonisme a través de l'autoavaluació i coavaluació i finalment hi trobem també, transversalitat amb d'altres matèries. S'intenta plantejar una unitat didàctica que sigui competencial i surti dels estàndards de l'Educació Física tradicional i antiquada, deixant que l'alumne sigui el verdader protagonista del seu aprenentatge, amb l'ajuda i el seguiment dels seus companys.

De manera resumida i seguint un ordre lògic i seqüencial, els alumnes treballaran en profunditat, de manera teòrico-pràctica, durant tota la unitat didàctica els continguts següents, que prenen una importància rellevant:

Test de coneixements previs – autoavaluació – condició física – planificar escalfaments – coavaluació – edició de vídeo – test de coneixements final.

6. Objectius d'aprenentatge

Objectius generals de la unitat didàctica:

- Participar de forma activa i constructiva en les activitats planejades, posant especial atenció i destacant el treball d'autoavaluació i coavaluació entre iguals.
- Assolir eines i recursos per a l'elaboració i seguiment d'un pla de treball específic per a la millora de la condició física a través del bàsquet.
- Interpretar els aspectes bàsics de reglament, aspectes tècnics, tàctics i les seqüències d'atac i defensa del joc.

31

7. Criteris d'avaluació

Si recordem la graella de l'apartat 5.1 del treball, *Seqüència Didàctica*, apareixen, de manera resumida, els criteris d'avaluació que es tindran en compte per a la següent unitat didàctica:

1. Planificar i posar en pràctica de forma autònoma escalfaments per a una activitat concreta.
3. Participar en l'elaboració d'un pla de treball per a la millora de la condició física.
7. Participar de forma activa en activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari.

8. Àmbits i dimensions

Per tal que sigui una unitat didàctica transversal i no només es centri en una dimensió, de les 4 que apareixen en el currículum d'Educació Física, es treballarà de manera simultània la dimensió 1, d'Activitat Física saludable i la dimensió 2, Esport.

9. Competències bàsiques i nivell de gradació

Durant tota la unitat didàctica treballarem 3 competències bàsiques però intentarem que tots els alumnes, tenint en compte les necessitats i característiques de cada individu, assoleixi el nivell màxim de gradació. Vegem-ho de manera més clara i detallada a la taula següent:

| | COMPETÈNCIA | NIVELL DE GRADACIÓ |
|------------|---|--|
| DIMENSÍO 2 | 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | 3. Aplicar eficaçment tècniques i tàctiques dels esports en situacions reals de competició |
| | 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició. | No hi ha gradació |

| JUSTIFICACIÓ | |
|--|--|
| <p>Intentarem assolir aquest nivell de gradació de les dues competències de la dimensió d'Esport a través d'activitats, en les primeres sessions per millorar la tècnica i tàctica individual i en grup i posteriorment, es passarà a un format de competició entre 4 equips.</p> <p>En la competència 4, com fixa el currículum, la naturalesa actitudinal fa que no sigui necessari graduar-la, però gràcies a la coavaluació s'avaluarà a l'alumne de tots aquests aspectes d'actitud i valors en situació de competició.</p> | |

| | COMPETÈNCIA | NIVELL DE GRADACIÓ |
|---|---|---|
| DIMENSIÓ 1 | <p>1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut</p> | <p>3. Elaborar i portar a terme un pla de treball específic per a la millora de la condició física adaptat a les característiques individuals i de l'entorn.</p> |
| JUSTIFICACIÓ | | |
| <p>Ens trobem en la cinquena unitat didàctica del curs i la competència 1 ja l'hem treballada en altres ocasions, sobretot en la unitat didàctica, <i>Fem un bon ús del gimnàs</i>, per això els alumnes estaran preparats per elaborar i portar a terme un pla específic per al company/a que els toqui avaluar.</p> | | |

Nota: Gradació justificació de les competències treballades en la U.D. Elaboració pròpia

En aquest apartat també cal fer referència i justificar les competències clau, que ens marca el Reial decret 1105/2014, que tindrem en compte i seran objecte d'avaluació en aquesta unitat didàctica. Com ja s'havia fet referència en la gràfica de l'apartat 5 del treball, la competència clau que s'inclou dins d'aquesta unitat didàctica és la número 3, la competència digital.

Per treballar-la, es farà de manera interdisciplinària amb l'assignatura d'informàtica, on el treball serà transversal gràcies a les gravacions que es faran durant els partits de bàsquet i que posteriorment els alumnes, per grups, hauran d'editar per entregar un treball final en format vídeo. D'aquesta manera, proporcionem eines i recursos als nostres alumnes, amb l'objectiu de seguir millorant i creixent en l'assoliment d'aquesta competència.

10. Continguts i àrees

Els continguts clau que es treballaran en aquesta unitat didàctica són:

CC2. La sessió i el pla de treball

CC7. Esports col·lectius

CC8. Valors i contravalors de la societat aplicats a l'esport

CC13. Esport i gènere

| | UNITAT DIDÀCTICA |
|--|--------------------------|
| CONTINGUTS PRESCRIPTIUS 4t ESO | Coavaluació i...Bàsquet! |
| Condició física i salut (CC1, CC2, CC3, CC4) | |
| - Característiques de l'adaptació d'un pla de treball a les condicions personals, amb control de càrregues i valoració de la condició física | X |
| - Valoració crítica de la imatge de l'esport en la societat actual | |
| - Generalitats dels processos de recuperació de lesions | |
| Esport (CC5, CC6, CC7, CC8, CC13) | |
| - Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports individuals en situació de competició | |
| - Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports d'adversari en situació de competició | |
| - Aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris dels esports col·lectius en situació de competició | X |
| - Valors i contravalors de la societat aplicats a l'esport | X |
| - Resolució de conflictes i esport | X |
| Act. Físiques recreatives (CC9, CC10, CCD13) | |
| - Característiques de les activitats físiques amb finalitat de lleure | |
| - Planificació, organització i pràctica d'activitats físiques amb finalitat de lleure | |
| Expressió corporal (CC11, CC12, CCD10) | |
| - Utilització dels elements i tècniques d'expressió i comunicació corporal en una representació i dramatització | |
| - Característiques de la planificació i representació d'un muntatge coreogràfic | |

Nota: Continguts prescriptius que es treballaran en la U.D. Elaboració pròpia

11. Temporització

Tal i com mostra el calendari de totes les unitats didàctiques que es treballaran durant el curs, en l'apartat 8 *Distribució temporal de les unitats didàctiques*, de manera particular la que volem desenvolupar, *Coavaluació i...Bàsquet!*, es dur a terme durant el segon trimestre, concretament durant 8 sessions, del 31 de gener de 2018 al 22 de febrer, ambdós inclosos.

34

De manera clara i gràfica el calendari quedaria de la següent manera:



12. Desenvolupament de la unitat didàctica:

Seguidament es passarà a explicar de manera detallada les 8 sessions d'ensenyament-aprenentatge plantejades per la unitat didàctica de *Coavaluació i...Bàsquet!*

Com veurem en les sessions, totes segueixen el mateix patró i estan estretament relacionades amb la unitat didàctica de bàsquet que es va dur a terme al centre de pràctiques, però en qualsevol cas, aquesta proposta presenta alguns aspectes innovadors que intenten fer d'aquesta unitat didàctica la proposta de millora a la ja realitzada.



Nota: Adaptació. Model bàsic de disseny d'una sessió. Sebastiani, E. (2002)


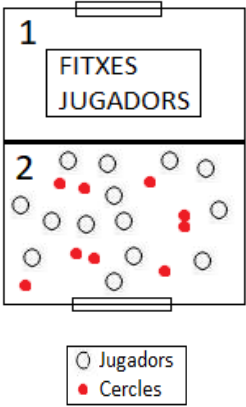
| CONTEXT | | | |
|--|--|--|-------------------------|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 1 | Data: 31/01/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | | Criteris d'avaluació 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari. | |
| Objectius de la sessió 1. Identificar els coneixements previs 2. Conèixer les posicions bàsiques del jugadors 3. Millorar en aspectes tècnics bàsics | | Continguts principals 1. Test de coneixements previs 2. Reconèixer les posicions dels jugadors 3. Conducció, bot i passada, aturada a un temps i dos temps | |
| Material necessari - Fitxes plastificades dels jugadors - 5 piques - 12 cercles (6 grans i 6 petits) - 12 pilotes de bàsquet - Pitralls | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Captar l'atenció dels alumnes i motivar-los amb el seu discurs abans de començar | Activitats proposades - Explicar a grans trets la U.D que treballarem i com ho farem, posant èmfasi en l'autoavaluació i coavaluació. - Explicació dels objectius i continguts que es treballaran en la sessió. | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE | |

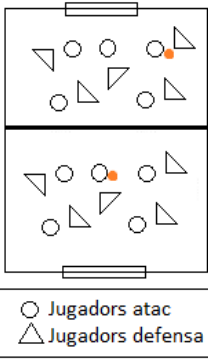
Part inicial (a l'aula)


| | | | |
|--|--|---|---|
| Intencions del professor - Explicar als alumnes el test de coneixements previs | Activitat proposada (15 min) 1. Prova de coneixements previs: Es passarà un test de coneixements previs sobre aspectes bàsics de reglament, aspectes tècnico-tàctics i de condició física del bàsquet. | Representació gràfica (vegeu el punt 9.1, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>) | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Animar als alumnes perquè facin el test el millor possible, ja que ens serveix per conèixer el punt de partida. |
|--|--|---|---|

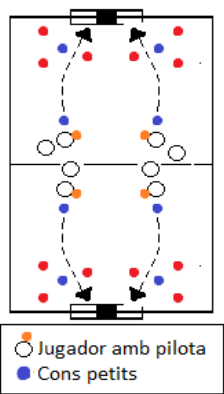
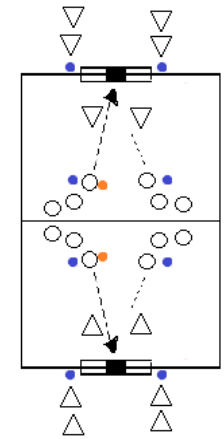
36


Part central / principal

| | | | |
|---|---|---|--|
| Intencions del professor - De manera paral·lela un grup farà l'activitat 1 en una meitat del camp i l'altre grup farà activitat 2 a l'altra meitat. - Posar èmfasi en el treball d'aturada a un temps i dos temps. (explicació i exemple pràctic) - Introduir el concepte de passes i peu de pivot. | Activitats proposades (30 min) 1. Coneix els jugadors (10 min) Els alumnes han de llegir les fitxes, mirar els dibuixos i descobrir les característiques dels jugadors dins la pista. Porten una pilota cada grup i l'objectiu és fer-se passar per jugadors de bàsquet i llançar a cistella. 2. Aturat! (10 min) Els alumnes, per parelles, condueixen i es passen la pilota per l'espai de manera autònoma, però a terra hi ha cercles grans i petits amb l'objectiu que treballin l'aturada a un temps i dos temps. | Representació gràfica   | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Treball autònom per parelles o grups de 3 alumnes. Estil d'ensenyament: lliure exploració - Els alumnes trien el moment en que han de realitzar l'aturada i ells decideixen com conduir i passar la pilota. - El professor corregeix, anima i motiva als alumnes. |
|---|---|---|--|

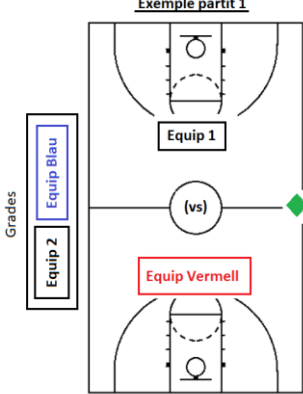
| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>- Explicació del joc i les normes tenint en compte els aspectes que s'han treballat en les activitats anteriors: passes, dobles i peu de pivot.</p> | <p>3. Les 10 passades (10 min)</p> <p>Es faran 4 equips mixtes i heterogenis, segons el nivell dels alumnes, amb l'objectiu de realitzar 10 passades seguides amb els companys del teu equip sense que l'altre equip la recuperi.</p> |  <p>○ Jugadors atac △ Jugadors defensa</p> | <p>- S'introduiran possibles variants (amb bot, llançament a cistella, per temps, etc.)</p> |
| <p>Part final, valoració i tornada a la calma</p> | | | |
| <p>Intencions del professor</p> <p>- Preguntar sobre les posicions dels jugadors de l'activitat 1. - Discurs que porti a l'autoavaluació.</p> | <p>Activitats proposades (5 min)</p> <p>- <u>Feedback final</u> - <u>Entrega document de teoria</u></p> | <p>Representació gràfica</p> <p>(Vegeu el punt 9.2, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>)</p> | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> <p>- Fer que els alumnes participin. - Que sigui un discurs constructiu per tal d'ajudar als companys.</p> |
| <p>Moment de comiat</p> | | | |
| <p>- Explicar breument als alumnes que treballarem en la propera sessió. - Recordar hàbits higiènics. - Moment per dubtes, preguntes, comentaris i suggeriments. - Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre.</p> | | | |

| CONTEXT | | | |
|--|---|--|---|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 2 | Data: 01/02/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició | | Criteris Avaluació 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari. | |
| Objectius de la sessió 1. Practicar el llançament i entrada a cistella 2. Entendre la seqüència d'atac-defensa del joc 3. Ser crítics amb l'autoavaluació (G.E) | | Continguts principals 1. Llançament i entrada a cistella 2. Situació real de joc (2x1, 2x2 i 3x3) 3. Fitxa d'autoavaluació | |
| Material necessari - 12 cons - 12 cercles - 12 pilotes de bàsquet - Pitralls | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Repassar ràpidament aspectes treballats en la darrera sessió. | Activitats proposades - Explicació dels objectius i continguts que es treballaran en la sessió. - Especialment la fitxa d'autoavaluació que hauran d'omplir al final de la sessió | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE | |
| Part inicial/d'activació fisiològica | | | |
| Intencions del professor - Activació progressiva dels alumnes i explicació de la següent activitat - Mentrestant es va col·locant el material per la següent activitat | Activitat proposada (5 min) <u>1. Escalfament lliure:</u> Els alumnes amb parelles o grups de tres es desplacen per la pista de manera lliure i han de passar-se la pilota, botar, interactuar, llançar a cistella, etc. | Representació gràfica  | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - S'han de moure per tota la pista de bàsquet, (línies grogues) per familiaritzar-se amb l'espai i les zones del camp |

| Part central / principal | | | |
|---|---|--|---|
| <p>Intencions del professor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trobar diferents posicions i situacions del joc on es produeixi un llançament a cistella - Els alumnes que estan a la filera, no estan estàtics, sinó que es passen la pilota. - Situació real de partit d'atac i defensa, en superioritat o col·laboració. - Es tindran en compte aspectes bàsics de reglament (passes, dobles i falta personal) | <p>Activitats proposades (30 min)</p> <p><u>1. Encistella! Tu tries:</u> (10 min) Els alumnes distribuïts en 4 grups de 5-6 persones faran 4 files, dos davant de cada cistella i hauran de sortir de manera ordenada i botar la pilota fins el moment de fer un llançament a cistella, que estarà marcat a terra amb cons o cercles si vols fer una entrada.</p> <p><u>2. Atac- defensa</u> (30 min)</p> <p>2x1: Dos jugadors al mig del camp inicien la jugada amb l'objectiu d'encistellar, però tenen l'oposició d'un jugador defensor.</p> <p>2x2 i 3x3: Situació real de partit. Si l'equip atacant perd la pilota, l'equip defensor té una oportunitat per llançar a cistella i puntar.</p> | <p>Representació gràfica</p>   | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'alumne decideix quina de les 3 opcions de llançament o d'entrada a cistella vol fer. - Seqüència lògica: 2x1, 2x2 i 3x3 - L'equip que ataca, un cop acabada la jugada, canvia el rol i passa a defensar. - Cada dos jugades, canvi de parelles o grups de 3. |
| Part final, valoració i tornada a la calma | | | |
| <p>Intencions del professor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que l'alumne sigui capaç d'avaluar el seu rendiment. | <p>Activitats proposades (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Fitxa d'autoavaluació</u> | <p>Representació gràfica</p> <p>(Vegeu el punt 9.3, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>)</p> | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> |
| Moment de comiat | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Explicar breument als alumnes que treballarem en la propera sessió. - Recordar hàbits higiènics. - Moment per dubtes, preguntes, comentaris i suggeriments. - Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre. | | | |

| CONTEXT | | | |
|---|---|---|---|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 3 | Data: 07/02/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició | | Criteris Avaluació 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari. | |
| Objectius de la sessió 1. Experimentar una situació real de partit 5x5 2. Tenir presents aspectes de reglament, tècnic-tàctics i d'actitud i valors envers el joc. 3. Completar la fitxa de coavaluació | | Continguts principals 1. Situació real de competició. 2. Contingut tècnic-tàctics apresos. 3. Fitxa de coavaluació | |
| Material necessari - Pilotes de bàsquet - Pitralls - Fitxes de coavaluació - Bolígrafs - GoPro (càmera de vídeo) | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Afavorir l'esperit competitiu i motivar als alumnes. | Activitats proposades - Es formaran els 4 equips que seran els mateixos durant la sessió 3, 4 i 5. | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Seran equips creats pel professor de tal manera que siguin mixtes i heterogenis segons el nivell dels alumnes - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE | |
| Part inicial/d'activació fisiològica | | | |
| Intencions del professor - Fer que els alumnes es focalitzin en la <u>conducció de la pilota, el bot i l'aturada a un i dos temps.</u> | Activitat proposada (5 min) <u>1. Escalfament lliure:</u> Els alumnes amb parelles o grups de tres es desplacen per la pista de manera lliure i han de passar-se la pilota, botar, interactuar, llançar a cistella, etc. | Representació gràfica  | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - S'han de moure per tota la pista de bàsquet, (línies grogues) per familiaritzar-se amb l'espai i les zones del camp |

Part central / principal

| Intencions del professor | Activitats proposades (30 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |
|--|--|--|---|
| <p>- L'equip Blau i el Vermell es coavaluen entre ells</p> <p>. L'equip 1 i L'equip 2 es coavaluen entre ells.</p> | <p><u>1. Competició:</u></p> <p>Es jugaran un total de 4 partits, on els 4 equips jugaran entre ells de tal manera que cadascun d'ells jugarà dos partits.</p> <p>- Seqüència dels partits:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Equip 1 (vs) Equip Vermell 2. Equip 2 (vs) Equip Blau 3. Equip 2 (vs) Equip Vermell 4. Equip 1 (vs) Equip Blau | <p style="text-align: center;">Exemple partit 1</p>  | <p>- 7 minuts cada partit</p> <p>- M'entre dos equips estan jugant a la pista, els altres dos equips avaluen des de les grades.</p> <p>- Quan finalitzen els partits, en el moment que entren i surten els equips de la pista, els alumnes que han avaluat tenen un minut abans no comença el partit per parlar amb el seu company i donar-li algunes indicacions i consells.</p> |

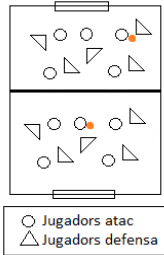
41

Part final, valoració i tornada a la calma

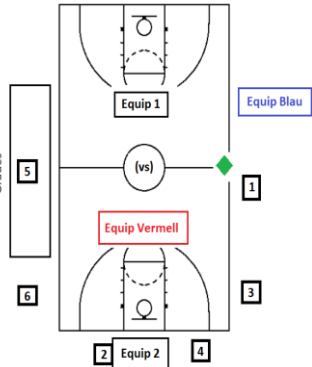
| Intencions del professor | Activitats proposades (5 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |
|---|---|---|--|
| <p>- Tot el grup classe</p> <p>- Amb el teu company d'avaluació</p> | <p>- <u>Reflexió final i feedback</u></p> <p>- <u>Comentar fitxa de coavaluació</u></p> | <p>(vegeu el punt 9.4, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>)</p> | <p>- En les reflexions, fer que es parli des del respecte i serveixi en tot moment com a crítica constructiva.</p> |

Moment de comiat

- Explicar breument als alumnes que treballarem en la propera sessió.
- Recordar hàbits higiènics.
- Moment per dubtes, preguntes, comentaris i suggeriments.
- Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre.
- Recollir càmera per fer el buidatge dels vídeos.

| CONTEXT | | | |
|---|--|---|---|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 4 | Data: 08/02/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut. | | Criteris Avaluació 3. Participar en l'elaboració d'un pla de treball per a la millora de la condició física. | |
| Objectius de la sessió 1. Corregir aspectes tècnico-tàctics de la sessió anterior 2. Dur a terme activitats de condició física de bàsquet 3. Planificar activitats d'escalfament amb el teu equip | | Continguts principals 1. Posicions i organització d'atac i defensa 2. Condició física i bàsquet 3. Activitat i jocs per a l'escalfament | |
| Material necessari - Pilotes de bàsquet - 2 bossus - Pitralls - 1 escala de terra - Cons - 4 màrfegues - Gomes elàstiques - 2 pilotes medicinals | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Motivar als alumnes ja que la sessió d'avui ens ajudarà a millorar per properes ocasions. | Activitats proposades - Activitat d'escalfament - Es faran dues activitats de manera paral·lela - Part final de planificació amb el teu equip | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Mantindrem els equips ja formats. - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE | |
| Part inicial/d'activació fisiològica | | | |
| Intencions del professor - Entendre la diferència entre aquest joc i la situació real de partit. L'organització, no és la mateixa. | Activitat proposada (7 min) <u>1. Joc de les 10 passades:</u> Tenint en compte els aspectes de reglament del bàsquet els alumnes, cadascú amb el seu equip han d'aconseguir fer 10 passades seguides sense que l'equip contrari toqui o intercepti la pilota. | Representació gràfica  | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Es posaran variacions de bot, conducció, nº de passades, llançament final, etc. |

Part central / principal

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>Intencions del professor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hi haurà un feedback per part del professor i es poden preguntar dubtes al descans de 2 minuts entre les dues parts. - És important que ens fixem amb els aspecte que cal que millori la nostra parella que avaluem. - Tots aquests exercicis ens ajuden a millorar la nostra condició física i ens serà beneficiós també a l'hora de la competició | <p>Activitats proposades (30 min)</p> <p><u>1. Situació real de partit:</u></p> <p>Dos equips jugaran dues parts de 5 minuts cadascuna, posant èmfasi en l'organització i posicions d'atac-defensa dels seus jugadors.</p> <p><u>2. Circuit de condició física:</u></p> <p>Pel voltant de la pista de bàsquet i a les grades del pavelló, es muntarà un circuit de 6 exercicis de força resistència, (tabbata) específic de bàsquet, on els altres dos equips, amb la seva parella de coavaluació, hauran de completar:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fartlek 2. Llançament pilota medicinal 3. Escales de terra 4. Propiocepció bossu 5. Salt a peus junts a les grades 6. Abdominals. | <p>Representació gràfica</p>  | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ells mateixos s'hauran d'arbitrar. El resultat en aquesta activitat és el menys important. - L'acompanyament musical marcarà el temps de pràctica i de descans entre estació. - El professor és l'encarregat de corregir i motivar als alumnes, alhora que controla també els dos grups de l'activitat 1. - 10 minuts en cada activitat i es farà el canvi. |
|--|--|---|--|

43

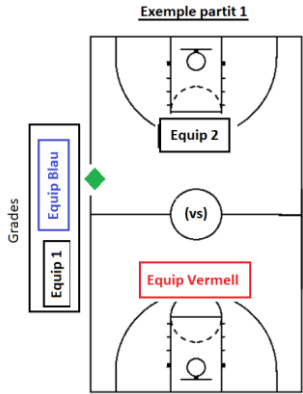
Part final, valoració i tornada a la calma

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>Intencions del professor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensenyar als alumnes material d'Educació Física que poden fer servir en les seves intervencions. | <p>Activitats proposades (7 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Dissenya un escalfament:</u> Els alumnes tindran 5 minuts per pensar i dissenyar, en grup, una activitat o joc d'escalfament per la propera sessió. - <u>Reflexió final i feedback</u> | <p>Representació gràfica</p> <p>Distribució per grups de treball i lliure per tota la pista</p> | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si no tenen temps de d'acabar-ho durant la sessió, és un treball que s'hauran de repartir els rols i fer a casa. |
|---|--|--|--|

Moment de comiat

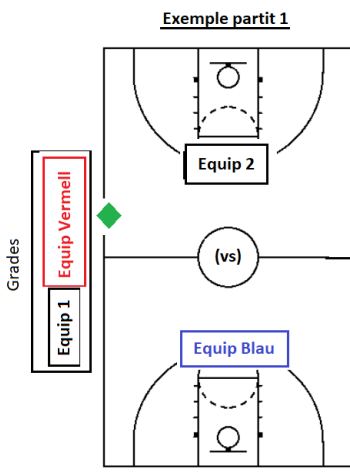
- Per la propera sessió, 14/02/2018, els alumnes de l'equip Vermell i Blau han de dur a terme, cada grup, una activitat/joc per a l'escalfament.
- Per la sessió del 15/02/2018, els alumnes de l'equip 1 i 2 han de dur a terme, cada grup, una activitat/joc per a l'escalfament.
- Recordar hàbits higiènics.
- Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre.

| CONTEXT | | | |
|--|---|---|--|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 5 | Data: 14/02/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut. 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | | Criteris Avaluació 1. Planificar i posar en pràctica de forma autònoma escalfaments per a una activitat concreta 6. Dissenyar i portar a terme fases d'activació de l'activitat física, tenint en compte la intensitat i la dificultat de l'activitat. | |
| Objectius de la sessió 1. Exposar i presentar als companys la proposta d'activitat/joc d'escalfament. 2. Tenir presents aspectes de reglament, tècnico-tàctics i d'actitud i valors envers el joc. 3. Completar la fitxa de coavaluació – aspectes de condició física. | | Continguts principals 1. Activitats/jocs d'escalfament 2. Contingut tècnico-tàctics apresos en situació real de competició. 3. Fitxa de coavaluació | |
| Material necessari - Pilotes de bàsquet - Pitralls - Fitxes de coavaluació - Bolígrafs - GoPro (càmera de vídeo) | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Afavorir l'esperit competitiu i motivar als alumnes. | Activitats proposades - Es formaran els 4 equips de treball i després de fer les dues activitats d'escalfament farem els partits. | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Els alumnes que no els toca exposar l'escalfament han d'estar atents per donar feedback al final de la sessió. - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE. | |
| Part inicial/d'activació fisiològica | | | |
| Intencions del professor - Que els 5/6 membres del grup participin | Activitat proposada (20 min) <u>1. Escalfaments alumnes:</u> - Equip Blau (10 min) - Equip Vermell (10 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat. - Propostes que seran avaluades pel professor |

| | | | |
|---|--|--|---|
| de manera activa. | | (exposicions dels grups de treball) | després del feedback dels alumnes |
| Part central / principal | | | |
| Intencions del professor - Controlar i verificar que els equips que fan la coavaluació a les grades ho fan de manera rigorosa i honesta. | Activitats proposades (20 min) <u>1. Competició:</u> Després de les propostes d'activitats d'escalfament quedarà temps per dos partits de competició, de manera que cada equip jugarà un partit: 1. Equip 2 (vs) Equip Vermell 2. Equip 1 (vs) Equip Blau | Representació gràfica Exemple partit 1  | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - 7 minuts cada partit - M'entres dos equips estan jugant a la pista, els altres dos equips avaluen des de les grades. - Quan finalitzen els partits, en el moment que entren i surten els equips de la pista, els alumnes que han avaluat tenen un minut abans no comença el partit per parlar amb el seu company i donar-li algunes indicacions i consells. |
| Part final, valoració i tornada a la calma | | | |
| Intencions del professor - Tot el grup classe - Amb el teu company d'avaluació | Activitats proposades (5 min) - <u>Reflexió final i feedback:</u> De les activitats proposades pels alumnes en els escalfaments - <u>Comentar fitxa d'avaluació</u> | Representació gràfica (vegeu el punt 9.4, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>) | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - En les reflexions, fer que es parli des del respecte i serveixi en tot moment com a crítica constructiva. |
| Moment de comiat | | | |
| - Explicar breument als alumnes que treballarem en la propera sessió. - Recordar hàbits higiènics. - Moment per dubtes, preguntes, comentaris i suggeriments. - Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre. - Recollir càmera per fer el buidatge dels vídeos. | | | |

| CONTEXT | | | |
|--|---|---|---|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 6 | Data: 15/02/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut. 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. | | Criteris Avaluació 1. Planificar i posar en pràctica de forma autònoma escalfaments per a una activitat concreta 6. Dissenyar i portar a terme fases d'activació de l'activitat física, tenint en compte la intensitat i la dificultat de l'activitat. | |
| Objectius de la sessió 1. Exposar i presentar als companys la proposta d'activitat/joc d'escalfament. 2. Tenir presents aspectes de reglament, tècnico-tàctics i d'actitud i valors envers el joc. 3. Completar la fitxa de coavaluació – aspectes de condició física. | | Continguts principals 1. Activitats/jocs d'escalfament 2. Contingut tècnico-tàctics apresos en situació real de competició 3. Fitxa de coavaluació | |
| Material necessari - Pilotes de bàsquet - Pitralls - Fitxes de coavaluació - Bolígrafs - GoPro (càmera de vídeo) | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Afavorir l'esperit competitiu i motivar als alumnes. | Activitats proposades - Es formaran els 4 equips de treball i després de fer les dues activitats d'escalfament farem els partits. | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Els alumnes que no els toca exposar l'escalfament han d'estar atents per donar feedback al final de la sessió. - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE. | |
| Part inicial/d'activació fisiològica | | | |
| Intencions del professor - Que els 5/6 membres del grup participin de manera activa. | Activitat proposada (20 min) <u>1. Escalfaments alumnes:</u> - Equip 1 (10 min) - Equip 2 (10 min) | Representació gràfica (exposicions dels grups de treball) | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat. - Propostes que seran avaluades pel professor després del feedback dels alumnes. |

Part central / principal

| | | | |
|--|--|--|---|
| <p>Intencions del professor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Controlar i verificar que els equips que fan la coavaluació a les grades ho fan de manera rigorosa i honesta. | <p>Activitats proposades (20 min)</p> <p><u>1. Competició:</u></p> <p>Després de les propostes d'activitats d'escalfament quedarà temps per dos partits de competició, de manera que cada equip jugarà un partit:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Equip 2 (vs) Equip Blau 2. Equip 1 (vs) Equip Vermell | <p>Representació gràfica</p> <p style="text-align: center;">Exemple partit 1</p>  | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> <ul style="list-style-type: none"> - 7 minuts cada partit - M'entres dos equips estan jugant a la pista, els altres dos equips avaluen des de les grades. - Quan finalitzen els partits, en el moment que entren i surten els equips de la pista, els alumnes que han avaluat tenen un minut abans no comença el partit per parlar amb el seu company i donar-li algunes indicacions i consells. |
|--|--|--|---|

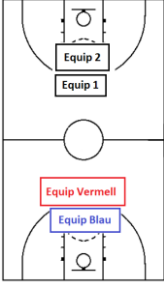
47

Part final, valoració i tornada a la calma

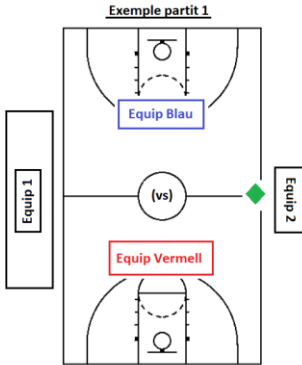
| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>Intencions del professor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tot el grup classe - Amb el teu company d'avaluació | <p>Activitats proposades (5 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Reflexió final i feedback:</u> De les activitats proposades pels alumnes en els escalfaments - <u>Comentar fitxa d'avaluació</u> | <p>Representació gràfica</p> <p>(vegeu el punt 9.4, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>)</p> | <p>Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat</p> <ul style="list-style-type: none"> - En les reflexions, fer que es parli des del respecte i serveixi en tot moment com a crítica constructiva. |
|---|--|---|---|

Moment de comiat

- Explicar breument als alumnes que treballarem en la propera sessió.
- Recordar hàbits higiènics.
- Moment per dubtes, preguntes, comentaris i suggeriments.
- Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre.
- Recollir càmera per fer el buidatge dels vídeos.

| CONTEXT | | | |
|--|--|---|---|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 7 | Data: 21/02/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències 3. Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports. 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició | | Criteris Avaluació 7. Participar de forma activa en les activitats esportives individuals, col·lectives o d'adversari. | |
| Objectius de la sessió 1. Competició situació real de partit 2. Aplicar aspectes tècnico-tàctics i de reglament apresos 3. Completar última la fitxa de coavaluació | | Continguts principals 1. Situació real de competició. 2. Valors, esport i gènere. 3. Fitxa de coavaluació | |
| Material necessari - Pilotes de bàsquet - Pitralls - Fitxes de coavaluació - Bolígrafs - GoPro (càmera de vídeo) | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Pavelló municipal Miami-Platja (a dos minuts caminant del centre) | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista - Compartir el Pla de Sessió. - Afavorir l'esperit competitiu i motivar als alumnes. | Activitats proposades - Els equips que es coavaluen juguen contra ells. - Seqüència de 4 partits seguits de competició però canviant els emparellaments. | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Els mateixos equips que en la sessió anterior - Contar als alumnes i preguntar si hi ha algú lesionat o que no pugui fer activitat física, per tenir-ho present a l'hora de fer els grups/equips. - Tenir en compte l'adaptació de les activitats per alumnes lesionats o amb NEE | |
| Part inicial/d'activació fisiològica | | | |
| Intencions del professor - Que millorin a l'hora de d'organitzar-se com equip i posicionar-se dins la pista. | Activitat proposada (5 min) <u>1. Escalfament per equips:</u> Cadascú amb el seu equip, ha d'organitzar-se amb el seu equip i saber quina posició ocuparà dins la pista i quina estratègia seguiran per atacar i defensar durant els partits. | Representació gràfica  | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - Dos equips en cada cistella. - Disposen de dues pilotes per equip per poder reproduir les jugades. |

Part central / principal

| Intencions del professor | Activitats proposades (30 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - En els dos primers partits no hi haurà coavaluació, però sí en els dos últims - Durant els dos primers partits els equips que no juguen, un d'ells ha d'arbitrar. - Els alumnes han de saber autogestionar-se, organitzar-se i arbitrar partits. | <p><u>1. Competició (format torneig):</u></p> <p>Es jugaran un total de 4 partits, on els guanyadors dels dos primers jugaran la final i els equips que perdin s'enfrontaran pel 3r i 4t lloc.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seqüència dels partits: <ol style="list-style-type: none"> 1. Equip Blau (vs) Equip Vermell 2. Equip 1 (vs) Equip 2 3. Guanyador 1r partit (vs) Guanyador 2n partit. 4. Perdedor 1r partit (vs) Perdedor 2n partit. - Arbitra Equip 2 - Arbitra Equip Blau - Arbitra l'Equip Blau/Vermell - Arbitra l'Equip 1/2 | <p style="text-align: center;">Exemple partit 1</p>  | <ul style="list-style-type: none"> - 7 minuts cada partit - Activitat d'avaluació molt important, ja que és la última sessió de competició |

Part final, valoració i tornada a la calma

| Intencions del professor | Activitats proposades (5 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |
|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Tot el grup/classe - Per parelles de coavaluació | <ul style="list-style-type: none"> - <u>Reflexió final i feedback</u> - <u>Fitxa de coavaluació</u> | <p>(vegeu el punt 9.4, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>)</p> | <ul style="list-style-type: none"> - En les reflexions, fer que es parli des del respecte i serveixi en tot moment com a crítica constructiva. |

Moment de comiat

- Recordar que la propera sessió serà a l'aula.
- Recordar hàbits higiènics.
- Moment per dubtes, preguntes, comentaris i suggeriments.
- Minuts finals per canviar-se i anar cap al centre.
- Recollir càmera per fer el buidatge dels vídeos.

| CONTEXT | | | |
|---|--|--|--|
| Unitat Didàctica: | Grup: 4t ESO A i B | Trimestre: 2n trimestre | Curs: 2017-2018 |
| Coavaluació i...Bàsquet! | Nº alumnes: 25 | Sessió núm: 8 | Data: 22/04/2018 |
| UNITAT de TREBALL | | | |
| Competències - Ser capaç d'interpretar i conèixer el reglament bàsic i aspectes tècnico-tàctics del bàsquet, a través d'un vídeo d'autoavaluació. | | Criteris Avaluació (no apareixen com a criteris d'avaluació prescriptius) | |
| Objectius de la sessió 1. Millorar respecte el test de coneixements previs. 2. Autoavaluació a través del muntatge de vídeo. 3. Extreure conclusions finals i propostes de millora de la Unitat Didàctica. | | Continguts principals 1. Test de coneixements 2. Vídeo autoavaluació 3. Feedback de la Unitat Didàctica | |
| Material necessari - Test coneixements - Vídeo autoavaluació descarregat - Enquesta satisfacció de la Unitat Didàctica. | | Instal·lació o espai on es durà a terme - Aula 4t E.S.O. A | |
| PLA DE SESSIÓ | | | |
| Moment de trobada | | | |
| Intencions del professor - Salutació i benvinguda. - Passar llista. - Explicar les activitats de la sessió d'avui. - Fer que tot l'alumnat sigui partícip de l'activitat, tingui esperit crític amb l'objectiu de crear un diàleg constructiu. | Activitats proposades - La seqüència d'activitats serà la següent: 1. Primer visionat del muntatge de vídeo. 2. Test de coneixements 3. Segon visionat del muntatge de vídeo. 4. Conclusions i feedback de la U.D. | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat - La segona activitat d'autoavaluació és la part principal i més important de la sessió. Molts dels alumnes mai s'han vist en vídeo practicant exercici físic i d'alguna manera els servirà per autoavaluar-se amb l'objectiu d'intentar millorar. | |
| Part inicial | | | |
| Intencions del professor - Que els alumnes siguin conscients i | Activitat proposada (10 min) 1. <u>Vídeo autoavaluació:</u> Els alumnes durant vídeo han d'anotar tot els aspectes bàsics de reglament, tècnica i tàctica i | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |

| | | | |
|--|--|--|---|
| rigorosos amb la importància de l'avaluació. | d'actitud i valors envers el joc que detectin. | (vídeo muntatge que hauran creat els alumnes) | - Que anotin tot el que creguin important relacionat amb el vídeo |
| Part central | | | |
| Intencions del professor | Activitats proposades (30 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |
| - Comprovar la millora respecte la prova de coneixements previs - Que hi hagi un diàleg constructiu entre tots els alumnes | 1. <u>Prova de coneixements:</u> S'avaluaran de manera teòrica aspectes bàsics de reglament i tecnico-tàctics molt senzills. El test conté les mateixes preguntes que la prova de coneixements previs realitzada en la primera sessió 2. <u>Vídeo autoavaluació:</u> Els alumnes veuran per segon cop el vídeo i tant ells com el professor, comentaran tots els aspectes que creguin rellevants. | (vegeu el punt 9.5, p.27 del <i>Dossier de pràctiques INS Miami</i>) (vídeo muntatge que hauran creat els alumnes) | - L'objectiu principal és que tot l'alumnat millori la seva qualificació respecte al test de coneixements previs. - Es passarà per segon cop i es comentarà el vídeo després de la prova de coneixements, perquè no interfereixi amb la prova escrita. |
| Part final, valoració. | | | |
| Intencions del professor | Activitats proposades (5 min) | Representació gràfica | Consideracions metodològiques, observacions i atenció a la diversitat |
| - Fomentar la participació de tots els alumnes i crear un debat constructiu per tal de millorar tant alumnes com el mateix professor | - <u>Reflexió final, conclusions i feedback de la unitat didàctica</u> | | - Es penjarà el vídeo a <i>Intranet</i> , perquè els alumnes que no han vingut a classe puguin veure'l. |
| Moment de comiat | | | |
| - Agrair als alumnes la seva participació i implicació en tot el procés. - Explicar quina serà la següent unitat didàctica que es treballarà. | | | |

13. Resultats i valoració

El més coherent i idoni seria que els alumnes ja des dels primers cursos d'ESO prenguessin consciència del què vol dir i què implica avaluar i comencessin a treballar a través de l'autoavaluació i coavaluació. El que s'espera d'aquesta unitat didàctica és que l'alumne sigui partícip de la seva avaluació i pugui autoregular el seu aprenentatge, alhora que millorarà el meu pensament crític, ja que haurà de prendre decisions en tot moment.

Un cop acabada la unitat didàctica, que suposa una adaptació i millora de la intervenció pràctica que ja es va dur a terme al institut, tot i que no s'ha pogut portar a la pràctica, estem convençuts que el plantejament que s'ha fet d'aquesta unitat didàctica, justificada i contextualitzada al institut INS Miami, seria completament vàlida i està pensada pel mateix grup d'alumnes que van fer la intervenció pràctica explicada en el treball de Pràcticum. D'aquesta manera i per acabar de concloure, cal tenir en compte que qualsevol unitat didàctica que es plantegi ha d'estar subjecta a canvis i ha de ser flexible per tal que s'adeqüi a les necessitats i característiques de cada grup/classe.

14. Documentació del procés

Donat que aquesta unitat didàctica és l'adaptació i millora de la proposta d'intervenció que es va dur a terme al centre de pràctiques, si voleu veure el contingut dels següent documents, només cal que consulteu l'apartat 9, *Documentació de la proposta p.27*, del treball de Pràcticum "Dossier de pràctiques. INS Miami (Miami-Platja)"

- Prova de coneixements previs
- Document de teoria
- Fitxa d'autoavaluació
- Fitxa de coavaluació
- Prova de coneixements final
- Enquesta satisfacció

12. CONCLUSIONS

Si fem memòria i mirem enrere, en les primeres línies de la introducció del treball, parlàvem del concepte d'Educació Física de qualitat d'Agustí Castillo, aquest ens parla del concepte de transversalitat, innovació educativa, transmissió de valors, desenvolupament integral per a la vida, etc. Durant la confecció del treball i en el plantejament de les unitats didàctiques s'ha intentat seguir la mateixa tònica. D'alguna manera es volia plantejar i desenvolupar una unitat didàctica que s'adeqüés a les necessitats i possibilitats del alumnes del grup/classe a la que va dirigida.

És inevitable pensar com a futur professor d'Educació Física, com ens van impartir a nosaltres com a alumnes, fa deu anys enrere a l'institut, les sessions de la nostra matèria, per això d'alguna manera aquest treball reflexa la manera de fer i de concebre l'Educació Física que m'agradaria haver rebut en el seu moment.

Un dels aspectes més importants que he rumiat i he donat moltes voltes, sobretot durant la meva estada de pràctiques a l'institut i també en la creació d'aquest treball final de màster, és el concepte que defineix al el bon professor d'Educació Física. Com ha de ser un bon professor?, Què ha de fer? Com ha de tractar als seus alumnes? Com han de ser les seves sessions...? Tots aquests interrogants tenen resposta i es resumeixen en un sol terme: capacitat d'adaptació. Personalment considero que el bon professor d'Educació Física és el que és capaç d'adequar les seves programacions, ajustar les unitats didàctiques segons els recursos que tingui l'escola i plantejar variants en les activitats, segons el grup d'alumnes que té davant en cada moment, per tal d'incidir i fer que aquests millorin en el seu procés d'ensenyament-aprenentatge.

Finalment no m'agradaria concloure el treball sense parlar del concepte de formació permanent dels professors. La tasca docent, igual que les programacions ha de ser flexible i ha d'estar subjecta a canvis. Els estils d'ensenyament, les metodologies, els recursos tecnològics i la ciència avança de forma permanent, per això hem de ser capaços d'adaptar-nos i seguir aprenent cada dia, sense estancar-nos en les rutines i sessions que hem plantejat sempre.

Com dèiem en la introducció, aquest treball final de màster és només el principi d'un llarg camí, que caldrà recórrer amb la motxilla ben plena d'esforç, vocació, esforç, actitud i humilitat per seguir creixent com a futur professor d'Educació Física i com a persona.

13. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

Blàzquez Sánchez, D. (2018) *Cómo evaluar bien en Educación Física*. Barcelona: INDE

Bona, C. (2014). *Los nuevos retos de la educación*. TEDxBarcelona. Extret de <https://www.youtube.com/watch?v=LcNWYNp2MSw>.

Castillo i Cañiz, A. (2018) *EFQ a Catalunya, promesa i realitat*. Dimecres transversal a Blanquerna: Barcelona

Departament d'Ensenyament. (2015). *Competències bàsiques en l'àmbit de l'Educació Física*. Edició 1. Barcelona: Servei de Comunicació i Publicacions

Departament d'Ensenyament. (2015). Decret 187/2015. *Currículum educació secundària obligatòria. Àmbit Educació Física*.

Departament d'Ensenyament.(2015) *Competències bàsiques en l'àmbit de l'Educació Física*. Barcelona: Servei de Comunicació i Publicacions

Departament d'Ensenyament. (2018) *El currículum competencial a l'aula. Una eina per a la reflexió pedagògica i la programació a l'ESO*. Barcelona: Servei de Comunicació i Publicacions

Heinemann, K. (2003). *Introducción a la metodología de la investigación empírica en las Ciencias del Deporte*. Barcelona: Editorial Paidotribo

JONES, J.(2014) What is new in Afl? A view from England, (UK). Unpublished manuscript: King's College London: University of London.

Moreno, C. (2014) *Dime cómo evalúas y te diré cómo aprenden tus alumnos*, Universidad de Valladolid

Nieto, N. (2018). *Com elavoar una programació didàctia. Proposta disseny unitats*. Blanquerna Barcelona

Santmartí N. *Dime qué evalúas y te diré qué y cómo enseñas y què y cómo tus alumnos aprenden*. Barcelona

Santos Guerra, M. A. (2003). *Dime cómo evalúas y te diré que tipo de profesional y de persona eres*. Universidad de Màlaga

Santos Guerra, M. A.(2003) *Una flecha en la diana: la evaluación como aprendizaje*. Universidad de Màlaga

Departament d'Ensenyament. (2010) *Orientacions per al desplegament del currículum.Educació Física a l'ESO*. Barcelona: Servei de Comunicació i Publicacions