

EDUCACIÓ FÍSICA 1r i 2n EP

Competències específiques	Criteris d'avaluació	1r EP	2n EP
<p>1. Adoptar un estil de vida actiu i saludable, practicant regularment activitats físiques, lúdiques i esportives, adoptant comportaments que potenciïn la salut física, emocional i social, així com mesures de responsabilitat individual i col·lectiva durant la pràctica motriu, per interioritzar i integrar hàbits d'activitat física sistemàtica que contribueixin al benestar</p>	<p>1.1. Identificar els desplaçaments actius com a pràctica saludable, coneixent els seus beneficis físics per a l'establiment d'un estil de vida actiu.</p>		7%
	<p>1.2. Explorar les possibilitats de la pròpia motricitat a través del joc, aplicant en diferents situacions quotidianes mesures bàsiques de cura de la salut personal a través de la higiene corporal i l'educació postural.</p>	7%	7%
	<p>1.3. Participar en jocs d'activació i tornada a la calma reconeixent la seva utilitat per adaptar el cos a l'activitat física i evitar lesions, mantenint la calma i sabent com actuar en cas que es produeixi algun accident en contextos de pràctica motriu.</p>		7%
	<p>1.4. Conèixer els valors positius que fomenta la pràctica motriu compartida reconeixent, experimentant i gaudint els seus beneficis en contextos variats i inclusius i respectant a tots els participants amb independència de les seves diferències individuals.</p>	7%	7%
<p>2. Adaptar els elements propis de l'esquema corporal, les capacitats físiques, perceptives i motrius, i coordinatives, així com les habilitats i destreses motrius, tot aplicant processos de percepció, decisió i execució adequats a la lògica interna i als objectius de diferents situacions, per donar resposta a les demandes de projectes motors i de pràctiques motrius amb diferents finalitats en contextos de la vida diària</p>	<p>2.1. Reconèixer la importància d'establir metes clares a l'hora de desenvolupar projectes motors de caràcter individual, cooperatiu o col·laboratiu, valorant la seva consecució a partir d'una anàlisi dels resultats obtinguts.</p>		7%
	<p>2.2. Adoptar decisions en contextos de pràctica motriu de manera ajustada segons les circumstàncies.</p>	7%	7%
	<p>2.3. Descobrir, reconèixer i emprar els components qualitatius i quantitius de la motricitat de manera lúdica i integrada en diferents situacions i contextos, millorant progressivament el seu control i el seu domini corporal.</p>	7%	7%

3. Desenvolupar processos d'autoregulació i interacció en el marc de la pràctica motriu, amb actitud empàtica i inclusiva, fent ús d'habilitats socials i actituds de cooperació, respecte, treball en equip i esportivitat, amb independència de les diferències culturals, socials, de gènere i d'habilitat dels participants, per contribuir a la convivència i al compromís ètic en els diferents espais en els quals es participa	3.1. Identificar les emocions que es produeixen durant el joc, intentant gestionar-les i gaudint de l'activitat física.	7%	7%
	3.2. Respectar les normes consensuades, així com les regles de joc i actuar des dels paràmetres de l'esportivitat i el joc net, acceptant les característiques i nivells dels participants.		7%
	3.3. Participar en les pràctiques motrius quotidianes, començant a desenvolupar habilitats socials d'acolliment, inclusió, ajuda i cooperació, iniciant-se en la resolució de conflictes personals de manera dialògica i justa, i mostrant un compromís actiu enfront de les actuacions contràries a la convivència.	7%	7%
4. Reconèixer i practicar diferents manifestacions lúdiques, fisicoesportives i artisticoexpressives pròpies de la cultura motriu, valorant la seva influència i les seves aportacions tradicional i contemporània, per integrar-les en les situacions motrius que s'utilitzen regularment en la vida quotidianaestètiques i creatives a la cultura.	4.1. Participar activament en jocs i altres manifestacions artisticoexpressives de caràcter cultural pròpies de l'entorn, valorant el seu component ludicofestiu i gaudint de la seva posada en pràctica.	7%	8%
	4.2. Conèixer i valorar els assoliments de diferents referents de l'esport de tots dos gèneres, reconeixent l'esforç, la dedicació i els sacrificis requerits per aconseguir aquests èxits		8%
	4.3. Adaptar els diferents usos comunicatius de la corporalitat i les seves manifestacions a diferents ritmes i contextos expressius.	8%	8%
5. Valorar diferents medis naturals i urbans com a contextos de pràctica motriu, interactuant-hi i comprenent la importància de la seva conservació des d'un enfocament sostenible, adoptant mesures de responsabilitat individual durant la pràctica de jocs i activitats fisicoesportives, per realitzar una pràctica eficient i respectuosa amb l'entorn i participar en la seva cura i millora	5.1. Participar en activitats lúdiques i recreatives de forma segura en els entorns natural i urbà i en contextos terrestres o aquàtics, coneixent altres usos des de la motricitat i adoptant actituds de respecte, cura i conservació d'aquests entorns.	7%	7%