

UD 7. El bàsquet també és divertit!

Àrea: Ed física **Bloc:** II i V

Curs: 1r i 2n CM

Nº Sessions: 14

Objectius:

- Analitzar les situacions de jocs.
- Aplicar les normes bàsiques.
- Realitzar de les diverses habilitats motrius que inclou aquest esport: colpeix de la pilota amb un implement, recepció de la pilota i cursa.
- Complir les normes d'higiene.

Continguts:

Conceptuals:

- Normes bàsiques.

Procedimentals:

- Cooperació i oposició en el joc elaborat i/o col·lectiu.
- Anàlisi de situacions de jocs.
- Realització de les diverses habilitats motrius que inclou aquest esport: colpeix de la pilota amb un implement, recepció de la pilota i cursa.

Actitudinals:

- Predisposició a la realització de les activitats.
- Acceptació dels límits del propi cos i el dels companys/es.
- Autosuperació personal.
- Compliment de les normes bàsiques dels jocs.
- Respecte als companys/es, el material i a les instal·lacions.
- Compliment de les normes d'higiene.

Metodologia:

- Assignació de tasques.
- Descobriment guiat.
- Resolució de problemes

Avaluació:

- **Tipus:** continua i criterial
- **Instruments:** observació indirecta mitjançant llistes de control i taules.

Material i instal·lacions:

- Gimnàs i pati.
- petos, piques, pilotes... material divers.

Activitats E-A*:

Veure sessions a continuació.

ANEE:

Eixos transversals:

Educació per a la salut i coeducació.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió N°: 1
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau	Continguts principals: tots en major o menor grau	
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor • Salutació i benvinguda • Equipació • Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Els paquets. Activitat: Els i les alumnes corren en dispersió per tot el camp i, a la senyal de la mestra, s'agrupen segons hagi dit aquesta. Variació: desplaçar-se botant una pilota. Material: -----, pilota.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Canvi d'òrbita. Activitat: Els i les alumnes han de fer dos grups de 12. Cada un d'aquest grups s'ha de dividir en dos i formar dos cercles concèntrics, cada un de sis persones. El cercle de fora gira en un sentit i els de dins en l'altre. Tots van botant la pilota i a la senyal del mestre, han de canviar la pilota i el lloc amb un membre de l'altre cercle. Material: Una pilota per cada alumne. Nom: Tornar-se boig. Activitat: Els i les alumnes han de fer grups de cinc. Un d'ells es posa al mig del cercle que formen els altres quatre. Els membres de fora s'han d'anar passant la pilota per parelles i el del mig l'ha d'agafar. Material: Dues pilotes per grup.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor • Control higiene • Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió N°: 2
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau	Continguts principals: tots en major o menor grau	
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Dibuixos terreny/ Pilla-Pilla Activitat: Conduint una pilota, seguir les línies del camp de bàsquet intentant que el o la pillador/a no els toqui. Material: Una pilota de bàsquet per a cada alumne.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: El rellotge. Activitat: Els i les alumnes han de fer grups de 8. Quatre d'ells es col·loquen formant un quadrat (1) i els altres quatre en fila darrere d'un dels altres companys (2). Els 1 s'han de passar la pilota el màxim ràpid possible i fer el màxim de passades en el temps en que cada un dels 2 fa una volta al quadrat. Material: Una pilota per grup. Nom: Girar cap al refugi. Activitat: La classe es divideix en dos grups. Un d'ells tindrà pilota i farà una rotllana. L'altre grup, sense pilota, farà una rotllana al voltant del primer. A la senyal de la mestra, tots giraran en el mateix sentit; els que tenen pilota botant-la. A la segona senyal, els membres del cercle de dins han de sortir botant la pilota i dirigir-se a un dels cons sense que els membres del cercle de fora els hi prengui. Material: pilotes i cons.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Per parelles, un s'estira a terra bocaterrosa i l'altre li fa un massatge pel cos. Canviar de rol. Material: -----	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió Nº: 3
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau		Continguts principals: tots en major o menor grau
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents Nom: Relleus Activitat: La classe es divideix en quatre grups. Cada un d'ells es col·loca en fila. A la senyal de la mestra, el primer de cada fila surt corrents botant la pilota fins al con que hi haurà a l'altre punta del camp i torna per entregar-li la pilota al segon de la seva fila. Així successivament fins que tots els membres del grup ho hagin fet. Variacions: botar amb la mà dreta, mà esquerra, endavant, enrere i desplaçant-se en moviment de defensa. Material: 4 pilotes.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: El missatger. Activitat: Cada grup, d'uns sis alumnes, es col·loca en rotllana. L'alumne que té la pilota (El missatger) li passa al company de la dreta i va corrents a la dreta d'aquest company, que li torna. I així successivament fins que el missatger a donat la volta sencera a la rotllana. Ho han de fer tots els alumnes. Material: Una pilota per a cada grup. Nom: Pare i fill. Activitat: L'atacant (el fill) ha d'intentar desmarcar-se del defensor i encistellar. El pare per ajudar-lo, li fa un bloqueig al defensor. Material: Una pilota i una cistella per cada grup de tres alumnes.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió Nº: 4
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau		Continguts principals: tots en major o menor grau
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor • Salutació i benvinguda • Equipació • Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: L'aranya (adaptació) Activitat: Un o una alumne es posa al centre del camp i la resta de companys en un extrem. Tots, excepte l'aranya, tenen una pilota. A la senyal, tots han d'intentar passar a l'altre extrem sense que l'aranya els hi prengui la pilota. Si el o la alumne que fa d'aranya pren la pilota a un/a company/a s'intercanvien els rols. Material: una pilota per alumne, excepte per l'aranya.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: 1x1 sense braços. Activitat: Un contra un, l'un ataca i l'altre defensa sense braços. Han d'anar des d'un dels extrems del camp fins a la meitat i canviar de rols. Material: Una pilota per a cada parella. Nom: El cau Activitat: En grups de sis, llençar a cistella i encistellar la pilota abans que el company de darrera teu. Si aquest company/a encistella abans que tu, estàs eliminat; però quan l'eliminis a ell/a tornes a jugar. Material: dos pilotes i una cistella per grup	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Els alumnes s'estiren a terra i el seu company de parella li fa un massatge passant-li suaument la pilota pel cos. Material: una pilota per parella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor • Control higiene • Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió N°: 5
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau		Continguts principals: tots en major o menor grau
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. (sessió 5 no, desplaçament al parc) Nom: Roda d'entrades. Activitat: Tots els i les alumnes, cada un amb una pilota, formen una fila i van donant voltes al camp fent entrades a les cistelles. Primer per la dreta i després per l'esquerra. Material: Una pilota per alumne.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: Rondo amb puntuació. Activitat: Els i les alumnes es distribueixen en 3 grups de 8. Un membre del grup es col·loca al centre de la rotllana que formen la resta de membres del seu grup. Tots els i les alumnes que formen la rotllana es van passant la pilota. Si la persona de dins la toca, guanya un punt; si l'agafa en guanya dos. Cada minut es canvia la persona de dins del cercle. Qui hagi sumat més punts guanya. Material: Una pilota per grup. Nom: Una jugada en 5 segons Activitat: Grups de tres: un passador, un atacant i un defensa. El passador està fora del terreny de joc i quan li passa la pilota a l'atacant compta cinc segons. En aquest temps, l'atacant ha de fer una jugada. A cada jugada es canvien els rols. Material: Una pilota i una cistella per cada tres jugadors/es.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió Nº: 6
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau		Continguts principals: tots en major o menor grau
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents Nom: Tots contra tots. Activitat: Els i les alumnes corren en dispersió per tot el camp botant una pilota. Han de procurar treure la pilota als companys sense que ningú els hi prengui a ells. Variant: Un/a alumne sense pilota la para i quan li treu la pilota un/a company/a canvien els rols. Material: Una pilota per alumne.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: La brúixola. Activitat: Tots els i les alumnes es posen en el centre del camp amb una pilota i els ulls tancats. Un/a d'ells es desplaça pel camp sense fer soroll i quan ho consideri crida un punt cardinal (N, NE, E, ES, S, SO, O i NO) i la resta d'alumnes han de dirigir-se en aquella direcció, tenint present que el seu company/a és el N. L'últim/a en arribar serà el nord a la propera jugada. Material: Una pilota per a cada alumne/a. Nom: El cau Activitat: En grups de sis, llençar a cistella i encistellar la pilota abans que el company de darrera teu. Si aquest company/a encistella abans que tu, estàs eliminat; però quan l'eliminés a ell/a tornes a jugar. Material: dos pilotes i una cistella per grup	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Els alumnes s'estiren a terra i el seu company de parella li fa un massatge passant-li suaument la pilota pel cos. Material: una pilota per parella	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió N°: 7 i 8
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau	Continguts principals: tots en major o menor grau	
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents. Nom: Dibuixos terreny/ Pilla-Pilla Activitat: Conduint una pilota, seguir les línies del camp de bàsquet intentant que el o la pillador/a no els toqui. Material: Una pilota de bàsquet per a cada alumne.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: El mocador Activitat: Els jugadors formen dos grups amb el mateix nombre de persones a cada un. Cada grup es col·loca en un extrem del camp, en una cantonada.. A cada membre del grup se li assigna un número de l'1 al 13. El mestre es col·loca al centre del camp amb una pilota, diu un número i la deixa caure. La persona de cada grup que té assignat aquest número ha de sortir corrents a buscar la pilota. Qui l'agafa ha d'encistellar a la cistella del camp de l'equip contrari. Qui no l'agafa passa a fer de defensa. Un cop l'atacant ha tirat a cistella una vegada s'acaba la jugada. En el cas de que no arribi a llançar, es donen 30 segons i es dona la jugada per acabada. Es pot dir més d'un número alhora i fer 2x2, 3x3, NxN o tots contra tots. Material: Una pilota.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

CONTEXT		
UD 7. El bàsquet també és divertit		
Curs: 1r i 2n CM		Sessió N°: 9, 10, 11, 12, 13 i 14
Objectius de la sessió: tots en major o menor grau		Continguts principals: tots en major o menor grau
Instal·lació o espai on es durà a terme: Pista o pavelló		
PLA DE SESSIÓ		
Moment de trobada		
Intencions del professor - Salutació i benvinguda - Equipació - Compartir el Pla de Sessió	Recollida dels alumnes a l'aula i desplaçament al pati. Venen equipats amb el xandall i no fa falta canviar-se. Control d'assistència i d'equipament.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: Que no es deixin la higiene.
Part inicial i d'activació psico-fisiològica		
Intencions del professor Activació i motivació dels alumnes, alhora que es treballa un contingut.	Activitats proposades: dues voltes corrents.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part central		
Intencions del professor Treballar els continguts de la sessió.	Activitats proposades: Nom: triangular a 5 minuts Activitat: No fora de joc. Faltes si i sobretot segades. L'ha de tocar tothom abans de poder tirar a porteria. El que guanya es queda. Si sempre guanya el mateix, canviar-lo i refer equips, si s'escau. Material: una pilota i petos.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques
Part final, valoració i tornada a la calma		
Intencions del professor Possibilitar relaxació als alumnes per tal de que el seu ritme metabòlic i emocional torni a la normalitat.	Activitats proposades: Nom: Massatge Activitat: Els alumnes s'estiren a terra i el seu company de parella li fa un massatge passant-li suaument la pilota pel cos. Material: una pilota per parella O Nom: Estiraments Activitat: Estiraments dels principals músculs, sobre tot extremitats inferiors.. Material: ----- O Nom: Escolta la música Activitat: Els alumnes s'estiren a terra amb els ulls tancats. Es posa una música de relaxació o lenta. Material: aparell de música i cd.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Assignació de tasques. - Procurar que tots els i les alumnes estiguin quiets i sense fer soroll.
Moment de despedida i comiat		
Intencions del professor - Control higiene - Comiat	Canvi de roba. Comiat i tornada a l'aula.	Metodologia, observacions i atenció a la diversitat: - Controlar que els alumnes realment es canviïn i que no es deixin la bossa.

3r:

	Equip A	Equip B	Equip C
1r			
2n			
3r			
4rt			
5è			
6è			

4rt:

	Equip A	Equip B	Equip C
1r			
2n			
3r			
4rt			
5è			
6è			