

**ESPAI - TEMPS**

**BLOC: El: imatge i percepció.**

**Cicle: Mitjà**

**Curs: 3r i 4t**

**Núm. de sessions: 3 + 3**

**Competències Bàsiques**

1. Competència comunicativa lingüística i audiovisual

5. Competència d'aprendre a aprendre

2. Competències artística i cultural

6. Competència d'autonomia i iniciativa personal

3. Tractament de la informació i competència digital

7. Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic

4. Competència matemàtica

8. Competència social i ciutadana

**Objectius**

1. Conèixer, acceptar i valorar el propi cos i l'activitat física com a mitjà d'exploració per l'elaboració de l'autoimatge, l'autoestima i l'autoconfiança.

6. Regular i dosificar l'esforç, assolint un nivell 'autoexigència d'acord amb les pròpies possibilitats i les característiques de la tasca.

2. Apreciar els efectes beneficiosos envers la salut de l'exercici físic i de l'adquisició d'hàbits higiènics, alimentaris i posturals.

7. Explorar les possibilitats i recursos expressius del propi cos per comunicar sensacions, emocions i idees.

3. Utilitzar el coneixement del propi cos, les capacitats físiques i les habilitats motrius per resoldre i adaptar el moviment a les necessitats o circumstàncies de cada situació.

8. Compartir i gaudir de l'exercici físic i de l'expressió i comunicació corporal en col·lectivitat mitjançant el joc, la dansa i qualsevol activitat física que comporti el desenvolupament de la persona.

4. Seleccionar i aplicar de forma eficaç i autònoma, principis i regles per resoldre problemes motors en la pràctica d'activitats físiques.

9. Participar en activitats físiques compartint projectes, establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns sense discriminacions, per mitjà de la participació solidària, tolerant, responsable i respectuosa i resolent els conflictes mitjançant el diàleg.

5. Participar en jocs com a element d'aproximació als altres, seleccionant les accions i controlant l'execució de les mateixes, prèvia valoració de les pròpies possibilitats.

10. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com elements culturals, propis i d'altres cultures, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com d'espectador/a.

<b>Continguts del bloc</b>	
Descobriment dels elements orgànics i funcionals relacionats amb el moviment.	Adequació de la consciència i control del cos en relació amb la tensió, la relaxació i la respiració.
Representació del propi cos i el dels altres.	Adequació de la postura a les diferents necessitats expressives i motrius.
Realització d'activitats en las que intervingui l'equilibri estàtic i dinàmic.	Intervenció de l'organització espacio-temporal en el desenvolupament d'activitats físiques.
Valoració i acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.	

<b>Criteris d'avaluació de cycle</b>	
Utilitzar les nocions topològiques per orientar-se a l'espai en relació a la posició de persones i d'objectes.	Proposar estructures rítmiques senzilles i reproduir-les corporalment o amb instruments.
Participar en les activitats físiques ajustant la pròpia actuació a les possibilitats i limitacions corporals i de moviment.	Utilitzar els recursos expressius del cos i promoure el treball en grup per representar i escenificar històries reals o imaginàries.
Desplaçar-se i saltar mitjançant un moviment corporal coordinat.	Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes i mostrant una actitud d'acceptació vers els companys.
Saltar i llençar objectes coordinadament.	
Incorporar conductes actives d'acord amb el valor de l'exercici físic per a la salut, mostrant interès per la cura del propi cos.	

<b>Objectius didàctics</b>	<b>Criteris d'avaluació</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Realitzar agrupacions i dispersions</li><li>• Apreciar velocitats en persones i objectes: lent/ràpid</li><li>• Comprendre la duració i pausa</li><li>• Diferenciar les pulsacions</li><li>• Usar les nocions d'ordre en col·locacions espacials, tant d'objectes com de persones.</li><li>• Apreciar distàncies i trajectòries</li><li>• Executar moviments amb estructures rítmiques.</li><li>• Orientar-se i interpretar un plànol.</li><li>• Apreciar les pròpies possibilitats de moviment.</li><li>• Col·laborar en les activitats motrius proposades.</li></ul>	<p>L'Alumne ha de ser capaç de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Apreciar correctament el temps real.</li><li>• Executar les ordres donades amb seguretat.</li><li>• Apreciar les distàncies i trajectòries en el joc.</li><li>• Localitzar en l'espai punts donats sobre un paper.</li></ul>

Activitats d'aprenentatge	Activitats d'avaluació
<p><b>Inici:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Les quatre cantonades:</b> els alumnes agrupats de 5 en 5 formant un quadrat. Cada alumne ocupa un vèrtex, excepte un que està al mig. A la senyal del del mig, tots han de canviar de lloc, el que queda sense lloc en un vèrtex es posa al mig i inicia el joc</li><li>• <b>Peixos a l'aigua:</b> tot el grup en un cantó de l'espai, excepte el que para. L'objectiu és travessar l'espai fins l'altre banda sense ser tocat. Qui para es pot moure per tot l'espai. El nen o la nena que sigui tocat es queda quiet. Si hi ha dos alumnes propers tocats poden agafar-se de les mans i fer una paret per on no es pot passar.</li><li>• <b>Els paquets.</b> Els alumnes movent-se per l'espai. El mestre diu un número i els alumnes s'han d'agrupar formant paquets amb aquesta quantitat de membres.</li><li>• <b>L'aranya.</b> tot el grup en un cantó de l'espai, excepte el que para. L'objectiu és travessar l'espai fins l'altre banda sense ser tocat. Qui para només pot moure's per la línia de mig camp. Si algú es tocat en el pas de la línia és suma a la aranya.</li><li>• <b>El “comecocos”.</b> Joc d'atrapada per les línies de la pista poliesportiva.<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Variant 1:</i> el que és tocat seu a terra impedit el pas per la</li></ul></li></ul>	

seva línia. Es pot salvar si toca a qualsevol company que passi per allà. L'alumne que és tocat ocupa el seu lloc.

- **Mar, terra, aire.** Els alumnes en fila. Es marquen tres espais: terra, mar i aire. Els alumnes s'han d'anar movent segons la senyal del mestre a cada espai.
- **El tren cec:** agrupats de 4 i fent una fila. Tots porten els ulls tapats excepte l'últim que guia al grup sense poder parlar.
- **Lladres i policies.** Dividits en dos grups. Uns són els lladres i els altres els policies que els han d'atrapar. Un cop atrapats els porten a la presó, d'on els lladres es poden escapar si són tocats per un lladre lliure. El joc acaba quan tots els lladres són presos o bé s'ha complert un temps determinat.
- **Gallina cega.** Els alumnes en cercle, excepte un que és al mig amb els ulls tapats. Aquest alumne ha de caminar fins a tocar algú del cercle. Quan el toca ha d'endevinar qui és només tocant-lo.
- **El gat i la ratolí:** En dues rotllanes, una dins l'altre, el gat atrapa a la ratolí i aquesta quan es cansa, es posa darrera d'algú de la rotllana de fora i el de davant s'aixeca i fa de gat atrapant el que abans feia de gat que ara farà de ratolí.
- **Llebres, gallines i serps /Guineu, gallina i pollet:** En fila índia, agafats per la cintura, la guineu ha d'atrapar el pollet i la gallina ho intenta evitar barrant-li el pas posant-se al davant, sense utilitzar les mans.

**Desenvolupament:**

- **La bandera:** dividits en dos grups. Cada grup amaga la bandera en el seu territori. L'objectiu és trobar la bandera de l'equip contrari. Si un alumne és tocat en camp contrari aquest queda parat fins que el salven tocant-li la mà.
  - **La pilota caçadora:** comencen parant dos alumnes que no es poden moure mentre tenen la pilota a les mans. Per poder atrapar han de passar-se la pilota fins a tocar a algú. La pilota no es pot llançar així que han d'estar al costat per tocar-los. Quan un alumne és tocat es suma al grup de perseguïdors
  - **Els quatre patis:** Divideixes la pista en quatre parts iguals. A cada espai para una persona. Els altres es mouen lliurement per tots els espais. Si ets atrapat passes a parar.
  - **Nocions topogràfiques:** Saber situar els punts cardinals. L'educador se situa en un punt de la pista representant un dels punts cardinals, l'alumnat tindrà el rol d'un altre punt cardinal i caldrà que modifiqui la seva posició respecte l'educador.
- **Estacions:** El contingut de la majoria d'estacions podria ser indiferent, excepte en una d'elles, en la qual treballaríem específicament els continguts d'espai-temps, i que alhora ens servirà com a activitat d'avaluació: Desplacem una pilota pel terra i una persona s'ha de desplaçar al mateix temps que la pilota anant al seu costat o més ràpid o a poc a poc que la pilota; ...

- **Activitats-circuit amb pilota** relacionats amb els continguts d'espai-temps: trajectòries, desplaçaments, passades...
- **Dances:** realització de dances
- **Les 10 passades:** dividits en dos equips amb una sola pilota. L'objectiu és fer passades entre els membres del mateix equip sense que els contraris prenguin la pilota.
- **Curses amb diferents ritmes**
- **Joc de les cadires:** una cadira menys que alumnes distribuïdes per l'espai. Es posa una música i els alumnes es mouen lliurement. Quan para la música tots corren a buscar una cadira. Cada vegada es retira una cadira de manera que més alumnes es queden sense poder seure.
- **Jocs amb cercols**
- **A fora, a dins, davant, darrera, ...**
- **Cursa i contar pulsacions**

**Síntesi-repte:**

- **El minut:** Calcular 1 minut mentalment i apropar-s'hi el màxim.
- **Els 10 metres:** Calcular una distància amb els ulls tapats i posar-hi un objecte.

- **Les 10 passades**

- **El minut** (Avaluació recíproca)
- **Els 10 metres** (Avaluació recíproca)

- **Trobar el tresor:** Amagar un tresor en un espai delimitat (pati) i a través d'unes indicacions sobre el paper, trobar-lo.
- **Construcció, en grups reduïts, de diferents circuits** (elaborats per l'alumnat utilitzant tot tipus de material; en cadascun el tipus de desplaçament i el nivell de dificultat haurà de ser diferent: salts, reptacions, cursa...) per arribar a un destí comú. De forma individual, l'alumnat haurà de passar pels diferents circuits construïts, però sempre amb consignes donades per l'educador relacionades amb l'espai-temps (per exemple: recórrer el circuit adequant la velocitat per arribar un membre de cada grup al mateix temps al final del circuit).
- **Activitat TAC:** per grups. Cada grup tira una fotografia. S'intercanvien les fotografies i cada grup ha de trobar el punt exacte d'on ha fet la fotografia l'altre grup.  
**Activitat TAC:** Un alumne filma un circuit per l'escola que els altres alumnes després de veure han de reproduir. En la filmació només es veurant els peus.

- **Trobar el tresor**

### Observacions

- S'hauria de remarcar verbalment què estem treballant en cada activitat perquè els nens en siguin conscients ( exemples: ocupar el màxim espai possible, més ràpid que..., amb 10 segons, lluny, a prop, ...)