

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL									
ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA		ETAPA: EDUCACIÓ PRIMÀRIA		NIVELL: 5è i 6è		UNITAT Nº: 5			
ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA		CICLE: SUPERIOR		TRIMESTRE: PRIMER		SESSIONS: 6			
BLOC DE CONTINGUTS									
EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ		HABILITATS MOTRIUS		ACTIVITAT FÍSICA I SALUT		EXPRESSIONI CORPORAL		EL JOC	
1.Principals músculs, ossos i articulacions del cos que intervenen en els diferents moviments. 2.Domini i control del cos en repòs i en moviment. 3.Aplicació del control tònic i de la respiració al control motriu. 4.Adequació de la postura a les necessitats expressives i motrius de forma eficaç i equilibrada. 5.Execució de la lateralitat amb els segments corporals no dominants. 6.Equilibri estàtic i dinàmic en situacions complexes. 7.Resolució de l'estructura de l'espai i del temps en accions i situacions motrius complexes. 8.Reconeixement dels elements orgànics i funcionals relacionats amb el moviment. 9.Acceptació de la pròpia realitat corporal i la dels altres.		1.Execució de les habilitats motrius bàsiques i específiques en entorns diversos amb eficiència i creativitat. 2.Adquisició d'un control motriu i corporal previ a l'acció. 3.Disposició a participar en activitats diverses, amb acceptació de les diferències en el nivell de l'habilitat. 4.Utilització de les capacitats físiques de forma genèrica i jugada, i orientada a l'execució motriu en múltiples situacions. 5.Utilització de les TAC per a la realització i la reflexió de la pràctica motriu. 6.Valoració individual i col·lectiva del treball des del punt de vista motriu.		1.Aplicació de manera autònoma d'hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris relacionats amb la pràctica de l'activitat física. 2.Valoració de l'activitat física per al manteniment i millora de la salut i el benestar reconeixent els principals hàbits perjudicials per a la nostra salut. 3.Utilització de materials i espais amb cura i respectant les normes. 4.Adopció de mesures bàsiques de seguretat en la pràctica de l'activitat física. 5.Prevenió de lesions en l'activitat física amb valoració de la importància de l'escalfament, la dosificació de l'esforç i la recuperació. 6.Apreciació de l'esforç individual i col·lectiu.		1.Elaboració, participació i conscienciació de les possibilitats i recursos que ofereix el llenguatge corporal. 2.Composició individual i col·lectiva de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals. 3.Expressió i comunicació de sentiments i emocions individuals i compartides a través del cos, el gest i el moviment. 4.Utilització d'objectes i materials per expressar-se i en la realització de representacions i dramatitzacions. 5.Interpretació i creació de situacions que suposin comunicació corporal. 6.Elaboració i creació de balls, danses i coreografies senzilles. 7.Respecte per les diferents formes d'expressar-se. 8.Valoració dels recursos expressius i comunicatius del cos.		1.Jocs alternatius i cooperatius. 2.El joc i l'esport com a fenomen social i cultural. 3.Acceptació i respecte per les normes i les persones que participen en el joc amb independència del resultat. 4.Utilització del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure. 5.Descobriments i execució de les estratègies bàsiques dels jocs col·lectius relacionades amb la cooperació i l'oposició. 6.Utilització d'habilitats bàsiques d'iniciació esportiva en situacions variades de joc. 7.Codis i conductes de joc net.	
DIMENSIÓ									
ACTIVITAT FÍSICA		DIMENSIÓ HÀBITS SALUDABLES		DIMENSIÓ EXPRESSIÓ I COMUNICACIÓ CORPORAL		DIMENSIÓ JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE			
COMPETÈNCIA 1	COMPETÈNCIA 2	COMPETÈNCIA 3	COMPETÈNCIA 4	COMPETÈNCIA 5	COMPETÈNCIA 6	COMPETÈNCIA 7	COMPETÈNCIA 8		
Resoldre situacions motrius de forma eficaç en la pràctica d'activitats físiques	Prendre consciència dels límits i les possibilitats del propi cos en la realització d'activitats físiques	Mostrar hàbits saludables en la pràctica d'activitats físiques i en la vida quotidiana	Valorar la pràctica habitual de l'activitat física com a factor beneficiós per a la salut	Comunicar vivències, emocions i idees utilitzant els recursos expressius del propi cos	Prendre part en activitats col·lectives d'expressió i comunicació corporal per afavorir la relació amb els altres	Participar en el joc col·lectiu de manera activa mostrant-se respectuós amb les normes i els companys	Practicar activitat física vinculada a l'entorn com una forma d'ocupació del temps de lleure		
CONTINGUTS CLAU		OBJECTIUS D'APRENENTATGE		CRITERIS D'AVALUACIÓ		ACTIVITATS D'APRENENTATGE			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Passades ✓ Llançaments ✓ Recepcions 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Perfeccionar els llançaments mitjançant el joc ✓ Iniciar-se a l'handbol ✓ Participar activament en els jocs d'handbol 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desplaçar-se, saltar, girar, llançar, rebre i manejar objectes de forma coordinada adaptant-se a diferents entorns i situacions de joc (CA3). ✓ Actuar d'acord amb valors com l'esforç personal i la cooperació en els jocs col·lectius i les pràctiques d'activitats físiques mostrant-se respectuós amb les normes i els companys (CA8). 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sessió 1: Llançaments i recepcions ✓ Sessió 2: Llançaments i recepcions ✓ Sessió 3: Llançaments i recepcions ✓ Sessió 4: Llançaments i recepcions ✓ Sessió 5: Handbol ✓ Sessió 6: Avaluació 			
ACTIVITATS D'AVALUACIÓ		ATENCIÓ A LA DIVERSITAT		METODOLOGIA		MATERIAL			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jocs de passades i recepcions amb oposició ✓ Jocs de llançaments ✓ Partits d'handbol 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Els alumnes nous realitzaran les activitats per imitació. ✓ I els alumnes amb TEA i mobilitat reduïda realitzaran la sessió amb vetlladora (veure sessió). 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Resolució de problemes ✓ Descobriments guiats 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cons ✓ Pilotes d'escuma ✓ Pilotes d'handbol ✓ Pitralls 			
NIVELL D'ASSOLIMENT									
ÍTEMS AVALUACIÓ		ASSOLIMENT SATISFACTORI		ASSOLIMENT NOTABLE		ASSOLIMENT EXCEL·LENT			
Coordina els llançaments i les recepcions?		Té dificultat per coordinar els llançaments i les recepcions		Coordina els llançaments i les recepcions però li falta seguretat		Coordina els llançaments i les recepcions amb seguretat i confiança			
Participa activament i respecta als companys/es?		Mostra poc interès en participar en els jocs d'handbol		Participa activament dels jocs d'handbol tot i que a vegades s'enfada amb els companys/es		Participa activament dels jocs d'handbol i anima als seus companys/es			

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL OBJECTIU D'APRENTATGE: Perfeccionar els llançaments a través de jocs			SESSIÓ: 1 NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Guerra de pilotes: La classe dividida en dos equips, un a cada part del camp. Totes les pilotes disponibles repartides entre els alumnes. A la senyal del mestre, tothom llançarà la seva pilota al camp dels contraris amb la mà i ho continuarà fent fins al senyal de final del joc que es farà recompte de les pilotes que hi ha a cada camp. Qui té més pilotes al seu camp, perd el joc.</p>	Pilotes d'escuma
PRINCIPAL	30'	<p>Morts i ressuscitats: Els alumnes es desplacen lliurement pel terreny de joc. Hi ha una pilota que la pot agafar qualsevol alumne. L'alumne que té la pilota pot fer 3 passes i ha d'intentar tocar a un altre alumne. Si el toca, aquest queda eliminat i s'asseu al terra. Per ser salvat, ha d'aconseguir agafar la pilota des del terra i passar-la a un altre company que també estigui mort o bé matant a un altre company que estigui viu. Guanya l'últim que queda.</p>	Pilotes d'escuma
FINAL	15'	<p>La bomba: Els alumnes es col·loquen en rotllana excepte un/a alumne/a que es col·loca assegut al mig. Aquest la para, té els ulls tancats i compta fins a 60. Quan arriba a 20 alça una mà, a 40 alça les dues mans, a 50 diu: "la bomba s'acosta" i a 60 diu: "bomba". Mentrestant, els membres de la rotllana es van passant una pilota ràpidament cap al costat que indiqui el mestre/a. Quan la bomba explota, el qui té la pilota a les mans queda eliminat/a i s'ha d'asseure amb les cames estirades. Guanya l'últim/a que queda.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'escuma
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL			SESSIÓ: 2
OBJECTIU D'APRENTATGE: Perfeccionar els llançaments a través de jocs			NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Els caçadors: Es designen 4 caçadors que portaran una pilota d'escuma cadascú. Aquests caçadors hauran de perseguir als seus companys i llançar-los la pilota. Els alumnes que siguin tocats, s'hauran d'asseure al terra i podran ser salvats si un altre company els xoca la mà.</p>	Pilotes d'escuma
PRINCIPAL	30'	<p>Matar: Dos equips enfrontats i separats per una línia de mig camp. Cada jugador d'un equip intenta tocar als membres de l'altre equip llançant la pilota sense passar de la línia de mig camp. Darrere de cada camp es col·loca un altre camp pels "morts" de l'equip contrari. Es comença amb un "àngel" al camp de morts, que recupera la vida quan hi ha un mort del seu equip. Aquest àngel recull les pilotes del seu equip que surten per la línia de fons i intenta tocar els contraris també amb la pilota. Quan un jugador és tocat, ha d'anar cap a la zona de morts i llançar la pilota contra un viu de l'altre equip. Si ho aconsegueix, recupera la vida. El joc acaba quan un equip mata a tots els membres de l'altre equip.</p>	Pilotes d'escuma Cons
FINAL	15'	<p>Pilota ràpida: Els alumnes es col·loquen en rotllana amb una pilota excepte un alumne que es posarà fora de la rotllana. A la senyal del mestre/a, els membres de la rotllana hauran de fer una volta passant-se la pilota el més ràpid possible intentant arribar abans que l'alumne que està fora de la rotllana que farà la volta corrent. Al finalitzar, canviarem l'alumne que corre. Si la pilota arriba abans que l'alumne, aquest haurà de repetir.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'escuma
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL			SESSIÓ: 3
OBJECTIU D'APRENTATGE: Perfeccionar els llançaments a través de jocs			NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Túnel perillós: Els alumnes passen d'un costat a l'altre del camp en línia recta i han d'evitar ser tocats per 2 caçadors que estan als costats i llancen les pilotes per tocar-los. Els alumnes que són tocats, aniran a la zona dels caçadors a caçar als alumnes que encara queden. Guanya l'últim en ser tocat.</p>	Pilotes d'escuma
PRINCIPAL	30'	<p>Matar amb pilota sense camp: Dos equips enfrontats sense un camp delimitat. Un equip es passa la pilota i intenta matar els contraris llançant-los la pilota. Els tocats surten del terreny de joc. Els perseguits poden interceptar la pilota. Si ho fan, se salven tots els morts i entren al terreny de joc. Quan un equip elimina tots els contraris, es canvien els papers.</p>	Pilotes d'escuma Cons
FINAL	15'	<p>El comptavoltes: 2 equips situats en rotllana i amb una pilota cada equip. A la senyal, cada equip ha de donar un nombre determinat de voltes passant-se la pilota. Guanya l'equip que abans aconsegueixi donar un nombre determinat de voltes.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'escuma Cons
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL			SESSIÓ: 4
OBJECTIU D'APRENTATGE: Perfeccionar els llançaments a través de jocs			NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Declarar la guerra: La classe es divideix en petits grups que juguen independentment. El petit grup s'ajunta i el nen que té la pilota la llança a l'aire i anomena a algú del grup. Aquest, agafa la pilota mentre els companys s'allunyen. Quan té la pilota a les mans diu "stop" i tothom ha de quedar-se on està quiet. Des del punt inicial de recollida de la pilota i amb tres passes d'aproximació, el nen amb pilota s'apropa a un dels companys i intenta tocar-lo llançant-li la pilota. Tant si el toca com si no, es torna a començar. A la de tres vegades que un sigui tocat, queda eliminat.</p>	Pilotes d'escuma
PRINCIPAL	30'	<p>Enderrocar el con: Dos equips. L'equip que té la pilota ha de passar-se-la amb la mà i intentar enderrocar un con que es troba dins l'àrea d'handbol on no podrà entrar ningú. L'altre equip ho intenta evitar amb intercepcions de pilota. Guanya l'equip que enderroqui més vegades el con.</p>	Pilotes d'escuma Cons Pitralls
FINAL	15'	<p>Matar a la paret: Els alumnes es col·loquen a una paret i a una certa distància es col·loca un alumne amb una pilota. Aquest alumne, ha d'intentar matar als altres alumnes que estan a la paret. Els tocats queden eliminats. Guanya l'últim que queda.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'escuma Cons
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL OBJECTIU D'APRENTATGE: Iniciar-se a l'handbol			SESSIÓ: 5 NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Les 10 passades: Dos equips enfrontats dins un terreny delimitat. Un equip comença amb la pilota i intenta passar-se la pilota entre ells deu vegades. Si ho aconsegueix, és un punt. L'altre equip ho intenta evitar amb intercepcions de pilota.</p>	Pilotes d'handbol
PRINCIPAL	30'	<p>Partit d'handbol: Adaptarem les normes perquè hi hagi continuïtat.</p>	Pilotes d'handbol Pitralls
FINAL	15'	<p>Tanda de penals: Cadascú llançarà un penal. Qui marqui es classificarà i falli, quedarà eliminat/da.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'handbol
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HANDBOL OBJECTIU D'APRENTATGE: Avaluació			SESSIÓ: 6 NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Pilota caçadora: Comencen atrapant 2 nens/es. Aquests s'han de passar la pilota i al mateix temps han de tocar a la resta de companys/es. Només pot atrapar el nen/a que té la pilota que només podrà fer 3 passes. No val llançar la pilota. Els nens i nenes que siguin tocats, passaran a l'altre bàndol. I així successivament fins que tothom sigui caçador/a. També es pot fer per equips i calculant el temps que tarda cada equip en caçar als membres de l'altre equip. En aquest cas, guanya l'equip que caça a tots els components de l'altre equip amb menys temps.</p>	Pilotes d'handbol
PRINCIPAL	30'	<p>Partit d'handbol: Adaptarem les normes perquè hi hagi continuïtat.</p>	Pilotes d'handbol Pitralls
FINAL	15'	<p>Ràpid amb la mà: Una fila darrera del punt de penal i un alumne es col·loca de porter. El primer llança un penal amb la mà. Si el marca, llança el següent. Si el falla ha d'anar a col·locar-se de porter ràpidament mentre el següent llança a porteria. A qui li marquin tres gols seguits, queda eliminat.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'handbol
<p>ATENCIÓ A LA DIVERSITAT</p>			