

UNITAT DIDÀCTICA: HOQUEI									
ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA		ETAPA: EDUCACIÓ PRIMÀRIA		NIVELL: 5è i 6è		UNITAT Nº: 10			
ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA		CICLE: SUPERIOR		TRIMESTRE: SEGON		SESSIONS: 4			
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'AVUACIÓ		ACTIVITATS D'APRENENTATGE			
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Pilota de tennis</li> <li>✓ Estic</li> <li>✓ Espai de joc</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Practicar la conducció, la passada i el tir amb l'estic.</li> <li>✓ Iniciar-se a l'hoquei</li> <li>✓ Participar activament en els jocs d'hoquei</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Desplaçar-se, saltar, girar, llançar i rebre mitjançant un moviment corporal coordinat (CA3).</li> <li>✓ Participar de forma activa i amb esforç en activitats diverses, individuals i en grup, mostrant una actitud d'acceptació vers els companys (CA8).</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sessió 1: Conducció</li> <li>✓ Sessió 2: Tir</li> <li>✓ Sessió 3: Passada</li> <li>✓ Sessió 4: Avaluació</li> </ul>			
ACTIVITATS D'AVUACIÓ		ATENCIÓ A LA DIVERSITAT		METODOLOGIA		MATERIAL			
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Jocs d'habilitat amb l'estic i la pilota o el disc</li> <li>✓ Jocs de colpeig amb l'estic i la pilota o el disc</li> <li>✓ Partits d'hoquei</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Els alumnes novinguts realitzar les activitats per imitació.</li> <li>✓ I els alumnes amb TEA i mobilitat reduïda realitzaran la sessió amb vetlladora (veure sessió).</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Resolució de problemes</li> <li>✓ Descobriments guiats</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cons</li> <li>✓ Estics</li> <li>✓ Pilotes de tennis</li> <li>✓ Pitralls</li> </ul>			
NIVELL D'ASSOLIMENT									
ÍTEMS AVUACIÓ		ASSOLIMENT SATISFACTORI		ASSOLIMENT NOTABLE		ASSOLIMENT EXCEL·LENT			
Coordina el colpeig de la pilota amb l'estic?		Té dificultat per coordinar el colpeig de la pilota amb l'estic		Coordina el colpeig de la pilota amb l'estic		Coordina el colpeig de la pilota amb l'estic amb seguretat i confiança			
Participa activament i respecta als companys/es?		Mostra poc interès en participar en els jocs de tennis		Participa activament dels jocs de tennis tot i que a vegades s'enfada amb els companys/es		Participa activament dels jocs de tennis i anima als seus companys/es			

UNITAT DIDÀCTICA: HOQUEI			SESSIÓ: 1
OBJECTIU D'APRENTATGE: Practicar la conducció amb l'estic i la pilota o el disc			NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p><b>Necesser:</b> Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p><b>Conducció:</b> Els alumnes es desplacen conduint la pilota amb l'estic segons les indicacions del mestre/a: mà dreta, mà esquerra, dues mans, per damunt de les línies...</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis
PRINCIPAL	30'	<p><b>Els paquets amb estic i pilota:</b> Els alumnes es desplacen lliurement per la pista conduint la pilota amb l'estic i el mestre diu un número. Llavors alumnes s'han d'agrupar segons el número que ha dit el mestre. Els alumnes que no aconseguen agrupar-se o arriben tard, queden un cop sense jugar.</p> <p><b>Tocar i parar amb estic i pilota:</b> El grup es mou lliurement per l'espai de joc conduint la pilota amb l'estic i un alumne/a perseguirà als altres sense pilota. El perseguidor/a haurà de robar la pilota a un altre company/a i si ho aconseguix, l'alumne/a que s'hagi quedat sense pilota, serà el nou perseguidor/a. Podem afegir perseguidors/es.</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis  Estics d'hoquei Pilotes de tennis
FINAL	15'	<p><b>El mocador amb estic i pilota:</b> Dos equips es numeren i es posen cada un en un costat diferent. El mestre/a té una pilota i diu un número. Els dos nens/es que tenen el número han d'agafar la pilota amb l'estic i conduir-la cap al seu camp. Si ho aconseguixen, el seu equip guanya un punt.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HOQUEI			SESSIÓ: 2
OBJECTIU D'APRENTATGE: Practicar el tir amb l'estic i la pilota o el disc			NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p><b>Necesser:</b> Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p><b>Conducció i tir:</b> Els alumnes es desplacen conduint la pilota amb l'estic segons les indicacions del mestre/a i quan aquest fa una senyal, tiraran a porteria.</p>	Estics d'hoquei
PRINCIPAL	30'	<p><b>Guerra de pilotes amb estic i pilota:</b> La classe dividida en dos equips, un a cada part del camp. Totes les pilotes de tennis disponibles repartides entre els nens/es. A un senyal tothom intentarà llançar la seva pilota amb l'estic al camp dels contraris, i ho continuarà fent fins al senyal de final del joc que es farà el recompte de les pilotes que hi ha a cada camp. Qui té més pilotes al seu camp, perd el joc.</p> <p><b>Pitxi-hoquei:</b> 2 equips: el colpejador i el caçador. En el terreny de joc hi ha diverses bases enumerades que s'han de recórrer en ordre i els/les colpejadors/es han de fer el màxim de voltes possibles. El pitxi des del centre del camp tira una pilota cap a un/a colpejador/a de l'altre equip. Allà el jugador/a ha de colpejar la pilota amb l'estic i enviar-la lluny. Mentrestant l'equip contrari intenta capturar la pilota. Si aquest equip l'agafa a l'aire queda eliminat tot l'equip colpejador. Si no aconsegueixen agafar la pilota a l'aire, hauran de passar la pilota ràpidament al pitxi que quan la tingui tocarà el terra amb la pilota i cridarà ben fort "pitxi!". Qui en aquell moment no hagi aconseguit arribar a la següent base queda eliminat. Si en una base hi ha dues persones, el segon en arribar també queda eliminat/da. Si la volta es fa d'un sol cop, l'equip té dret a recuperar un eliminat/da. A 3 eliminats/es es canvien els rols.</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis  Estics d'hoquei Pilotes de tennis Cercles
FINAL	15'	<p><b>Tanda de penals amb estic i pilota:</b> Cadascú llançarà un penal. Qui marqui es classificarà i falli, quedarà eliminat/da.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HOQUEI		SESSIÓ: 3	
OBJECTIU D'APRENTATGE: Practicar la passada amb l'estic i la pilota o el disc		NIVELL: 5è i 6è	
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p><b>Necesser:</b> Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p><b>Conducció i passada:</b> Els alumnes es desplacen conduint la pilota amb l'estic segons les indicacions del mestre/a i quan aquest fa una senyal, s'intercanvien la pilota amb algun company/a.</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis
PRINCIPAL	30'	<p><b>Rondo:</b> 4 alumnes es col·loquen en quadrat o en rombe i es passen la pilota amb l'estic. Un alumne es col·loca al mig i intenta recuperar-la. Si ho aconsegueix, canvi de rols.</p> <p><b>Touchdown hoquei:</b> En un camp de hoquei es marquen dues zones a cada extrem que poden ser les àrees per exemple. Aquestes zones són les zones de MARCA. Per marcar gol només cal que un jugador controli la pilota amb l'estic dins de la zona de marca d'atac.</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis Cons  Estics d'hoquei Pilotes de tennis Pitralls Cons
FINAL	15'	<p><b>Ràpid amb estic i pilota:</b> Es col·loquen els participants en fila darrera del punt de penal. Un/a alumne/a es col·loca de porter. El/la primer/a llança un penal amb l'estic. 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/a.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: HOQUEI OBJECTIU D'APRENTATGE: Avaluació			SESSIÓ: 4 NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p><b>Necesser:</b> Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p><b>Les 4 cantonades amb estic i pilota:</b> Es col·locaran 4 alumnes en 4 cantonades amb una pilota i un estic i un alumne al mig del quadrat amb estic i sense pilota. A la senyal del mestre/a, els alumnes de les cantonades han de canviar de cantonada conduint la pilota amb l'estic i l'alumne que estava al mig ha d'intentar robar la pilota d'algun company/a. Si ho aconsegueix, s'intercanvien els rols.</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis Cons
PRINCIPAL	30'	<p><b>L'aranya amb estic i pilota:</b> El grup es col·loca a un extrem de la pista. Un/a nen/a es col·loca a la línia central. Quan aquest/a crida "aranya", tots surten corrents cap a l'altre extrem conduint la pilota amb l'estic i esquivant a l'aranya. L'aranya no pot sortir de la línia central i ha d'intentar robar la pilota a algun company quan travessin la línia. Si hi aconsegueix, s'intercanvien les funcions.</p> <p><b>Partit:</b> Partit normal respectant les regles bàsiques de l'hoquei.</p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis Cons  Estics d'hoquei Pilotes de tennis Pitralls
FINAL	15'	<p><b>Golf-hoquei:</b> Per grups reduïts. Amb la pilota d'hoquei i l'estic, fer un circuit de precisió enviant la pilota cap a dianes fixes col·locades al terra.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Estics d'hoquei Pilotes de tennis Cons
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			