

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS									
ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA		ETAPA: EDUCACIÓ PRIMÀRIA		NIVELL: 5è i 6è		UNITAT Nº: 13			
ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA		CICLE: SUPERIOR		TRIMESTRE: TERCER		SESSIONS: 6			
BLOC DE CONTINGUTS									
EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ		HABILITATS MOTRIUS		ACTIVITAT FÍSICA I SALUT		EXPRESSIÓ CORPORAL		EL JOC	
1.Principals músculs, ossos i articulacions del cos que intervien 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 higiènic, 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'estímul 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'APRENTATGE		CRITERIS D'AVALUACIÓ		ACTIVITATS D'APRENTATGE			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jocs d'amagatall ✓ Jocs d'atenció ✓ Jocs de força ✓ Jocs d'habilitat ✓ Jocs de persecució ✓ Jocs de precisió ✓ Jocs de reacció ✓ Jocs de saltar ✓ Jocs d'equilibri 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc. ✓ Acceptar i respectar les normes establertes. ✓ Acceptar les pròpies possibilitats i les dels companys. 		<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). ✓ Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes mostrant capacitat de modificar-les i crear-ne de noves (CA7). ✓ 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). ✓ Opinar de forma crítica en relació a situacions sorgides en la pràctica de l'activitat física (CA9). 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sessió 1: Jocs populars ✓ Sessió 2: Jocs populars ✓ Sessió 3: Jocs populars ✓ Sessió 4: Jocs populars ✓ Sessió 5: Jocs populars ✓ Sessió 6: Avaluació 			
ACTIVITATS D'AVALUACIÓ		ATENCIÓ A LA DIVERSITAT		METODOLOGIA		MATERIAL			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jocs populars 		<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"> ✓ Antifaços ✓ Bancs ✓ Cadires ✓ Cercles ✓ Cons ✓ Espatlleres ✓ Guixos ✓ Mocadors ✓ Música ✓ Pilota ✓ Pitralls ✓ Sacs 			
NIVELL D'ASSOLIMENT									
ÍTEMS AVALUACIÓ		ASSOLIMENT SATISFACTORI		ASSOLIMENT NOTABLE		ASSOLIMENT EXCEL·LENT			
Respecta les normes dels jocs?		Li costa respectar les normes dels jocs tot i la supervisió del mestre/a		Respecta les normes dels jocs sota la supervisió del mestre/a		Respecta les normes dels jocs sense la supervisió del mestre/a			
Supera les frustracions dels jocs?		Li costa acceptar el resultat del joc		Accepta el resultat del joc tot i que s'ha de contenir		Accepta el resultat del joc amb naturalitat			
Participa activament en els jocs populars?		Li costa participar en els jocs		Participa activament en els jocs		Participa activament en els jocs i s'ofereix de voluntari			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS			SESSIÓ: 1
OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			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>Tocar i parar: El grup es mou lliurement per l'espai i un alumne persegueix els altres. El tocat és el nou perseguidor.</p>	Pitralls
PRINCIPAL	30'	<p>Fet i amagar: Hi ha un alumne que la para i ha de comptar fins ha 100 ràpidament. Mentrestant els altres alumnes s'han d'amagar. Quan el que la para acaba de comptar, ha d'anar a buscar els companys amagats. Quan troba a algú, ha de picar a la paret i dir: Un, dos, tres i el nom del qui hagi vist. Els alumnes es poden salvar si arriben abans a la paret i diuen: Un, dos, tres, salvat. L'últim pot salvar per tots. La partida s'acaba quan ja no queda ningú amagat. El primer que ha estat vist, la para a la següent partida.</p>	No és necessari
FINAL	15'	<p>Arrencar cebes: Tots els alumnes estan asseguts a terra, agafats de la cintura, excepte un alumne que està dret i intenta treure el primer de la fila estirant-lo dels braços. Els altres, asseguts i ben agafats al de davant, intenten impedir-ho. Les cebes que són arrencades ajuden a arrencar a les cebes que falten.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	No és necessari
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS			SESSIÓ: 2
OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			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>Peus en alt: 4 alumnes la paren i hauran de perseguir a la resta de la classe. Els alumnes perseguits es podran salvar pujant damunt d'algun desnivell (bancs, espatlleres...). Si els alumnes que la paren atrapen a algú, s'intercanvien els rols. Quan algun alumne porta molta estona damunt d'algun desnivell, el que la para pot cridar: "peus en alt" i l'alumne haurà de tornar al terra.</p>	Pitralls Bancs Espatlleres
PRINCIPAL	30'	<p>Moros i cristians: Dos equips enfrontats i col·locats separats a certa distància darrere d'una línia. Uns són els "moros" i els altres són els "cristians". Comença un alumne d'un equip i es dirigeix al camp dels altres que esperen rere la línia, amb la mà oberta. L'alumne toca les mans de tots i només pica la mà d'un contrari que l'haurà de perseguir. Si l'atrapa abans d'arribar al seu territori quedarà eliminat. A continuació li tocarà a l'altre equip. I així successivament.</p>	No és necessari
FINAL	15'	<p>La gallina cega: Un alumne al mig amb els ulls tapats. Els demés formant una rotllana al seu voltant. El mestre el farà girar per desorientar-lo. A continuació, l'alumne del mig tracta d'agafar i reconèixer a un company dels que l'envolta mitjançant el tacte. Si ho encerta s'intercanvien les funcions.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Antifaços
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS			SESSIÓ: 3
OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			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>La cadena: Dos alumnes agafats de la mà persegueixen a la resta del grup. Els atrapats es van afegint a la cadena. Quan són 4 perseguidors, es divideixen de 2 en 2. Guanya l'últim en ser agafat. Una altra variant és fer la cadena llarga, és a dir, sense separar-se.</p>	No és necessari
PRINCIPAL	30'	<p>Les 4 cantonades: Es col·locaran 4 alumnes en 4 cantonades i un altre alumne al mig del quadrat. A la senyal del mestre, els alumnes de les cantonades hauran de canviar de cantonada i l'alumne que estava al mig haurà d'intentar arribar a una cantonada abans que els altres. El qui es queda sense cantonada, es col·loca al mig. Guanya qui passa menys vegades pel mig.</p>	Cons
FINAL	15'	<p>El joc de les cadires: Posem les cadires distribuïdes per l'espai de joc i els alumnes hauran de desplaçar-se pel camp mentre la música vagi sonant. Quan aquesta deixi de sonar, cada jugador haurà d'intentar ocupar una de les cadires. Queda eliminat el jugador que es queda sense cadira.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Cadires Música
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS			SESSIÓ: 4
OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			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>Policies i lladres: 4 alumnes persegueixen els altres. Quan atrapen a algun alumne, el porten a la presó. Per poder ser salvats, algun altre company els haurà de xocar les mans. El joc acaba quan tothom és atrapat.</p>	Pitralls
PRINCIPAL	30'	<p>La llauna: Un alumne la para i un altre xutarà una pilota. Després de xutar la pilota, tothom s'amagarà. Mentrestant, l'alumne que la para anirà a buscar la pilota amb el cap acotxat i la deixarà el seu lloc. Llavors haurà de buscar als altres i si veu algú anirà cap a la pilota i dirà 1,2,3 i el nom de la persona que ha vist. Quan algú xuta la pilota, tothom es salva. El joc acaba quan tots siguin descoberts.</p>	Pilota de futbol
FINAL	15'	<p>Terra, mar i aire: Delimitarem 3 zones: Damunt del banc suec serà el mar, la dreta del banc suec serà mar i l'esquerra del banc serà aire. El mestre anirà dient cadascuna de les 3 zones i els alumnes hauran d'anar a la zona corresponent. Qui s'equivoqui queda eliminat.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Bancs
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS			SESSIÓ: 5
OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			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>Cursa de sacs: Grups de 5. A la senyal del mestre, els primers de cada fila es posen dins d'un sac i van saltant fins a una distància determinada i tornen. Quan arriben, es treuen el sac, li donen al següent company i es posen a la fila. I així successivament. Guanya l'equip que ho fa més ràpid.</p>	Sacs Cons
PRINCIPAL	30'	<p>El mocador: Dos equips numerats i enfrontats separats a una distància i col·locats darrere d'una línia. Entre els dos grups es col·loca el mestre amb un mocador gran. El mestre diu en veu alta un número. Llavors, l'alumne de cada equip que tingui aquell número es dirigiran cap al mocador amb la intenció d'agafar-lo i portar-lo al seu camp. L'alumne que no agafi el mocador, haurà d'atrapar el seu portador. Si ho aconsegueix, sumarà un punt pel seu equip, i si no ho aconsegueix, sumarà un punt l'equip rival.</p>	Mocadors
FINAL	15'	<p>Xarranca: Grups de 4. Es dibuixen 10 caselles numerades al terra per on han de saltar els alumnes per ordre després de tirar-hi una pedra plana que caldrà recollir mentre se salta a peu coix. Per torns es tira una pedra plana a la casella que toca. Es comença per la 1 i es va pujant. Cal que la pedra caigui dins de la casella, sense tocar les vores. Aleshores es fa el recorregut de la següent manera: cal passar per totes les caselles, successivament, saltant-se la casella que té la pedra, a peu coix, sense trepitjar les línies ni tocar amb l'altre peu el terra. En arribar a la darrera casella l'alumne es gira i torna fins al principi. Quan s'està a la casella anterior a la que té la pedra, cal ajupir-se, agafar-la i tornar amb ella al principi. Si durant aquest recorregut en algun moment el jugador toca amb l'altre peu al terra o trepitja una ratlla o en llençar la pedra no encerta bé la casella corresponent, li passa el torn. Si fa tot el recorregut continua amb la següent casella fins que les ha fet totes. Guanya qui primer fa tot el recorregut.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Guixos
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS OBJECTIU D'APRENTATGE: Avaluació			SESSIÓ: 6 NIVELL: 5è i 6è
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	10'	Necesser: Revisió dels estris de neteja personal i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física. Explicació: El mestre explicarà la sessió.	No és necessari
PRINCIPAL	40'	Elecció de joc: Els alumnes escolliran els 3 jocs populars que més els hagin agradat durant la unitat.	Depèn dels jocs escollits
FINAL	10'	Reflexió: Els alumnes verbalitzaran com ha anat la sessió. Hàbits higiènics	No és necessari
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			