

UNITAT DIDÀCTICA: TENNIS									
ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA		ETAPA: EDUCACIÓ PRIMÀRIA		NIVELL: 5è i 6è		UNITAT Nº: 9			
ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA		CICLE: SUPERIOR		TRIMESTRE: SEGON		SESSIONS: 4			
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 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.Descobriment 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 HÀBITUS 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"> ✓ Pilota de tennis ✓ Raqueta de tennis ✓ Espai de joc 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Prendre contacte amb els elements del tennis: Pilota, raqueta i xarxa. ✓ Iniciar-se al tennis ✓ Participar activament en els jocs de raquetes 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desplaçar-se, saltar, girar, llançar i rebre mitjançant un moviment corporal coordinat (CA3). ✓ Participar de forma activa i amb esforç en activitats diverses, individuals i en grup, mostrant una actitud d'acceptació vers els companys (CA8). 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sessió 1: Pilota de tennis ✓ Sessió 2: Raqueta de tennis ✓ Sessió 3: Espai de joc ✓ Sessió 4: Avaluació 			
ACTIVITATS D'AVALUACIÓ		ATENCIÓ A LA DIVERSITAT		METODOLOGIA		MATERIAL			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Jocs d'habilitat amb la raqueta i la pilota de tennis ✓ Jocs de colpeig amb la raqueta i la pilota de tennis ✓ Partits de tennis 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Els alumnes nous realitzar 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 ✓ Descobriment guiat 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cons ✓ Pilotes de tennis ✓ Pitralls ✓ Raquetes de tennis ✓ Xarxa 			
NIVELL D'ASSOLIMENT									
ÍTEMS AVALUACIÓ		ASSOLIMENT SATISFACTORI		ASSOLIMENT NOTABLE		ASSOLIMENT EXCEL·LENT			
Coordina el colpeig de la pilota amb la raqueta de tennis?		Té dificultat per coordinar el colpeig de la pilota amb la raqueta de tennis		Coordina el colpeig de la pilota amb la raqueta de tennis		Coordina el colpeig de la pilota amb la raqueta de tennis 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: RAQUETES OBJECTIU D'APRENTATGE: Prendre contacte amb la pilota de tennis			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>Tocar i parar amb pilota de tennis: Tothom es mou lliurement per l'espai de joc i un alumne/a perseguirà als altres amb una pilota de tennis a la mà. Si toca a algú, s'intercanvien les funcions. No val llençar la pilota. Podem afegir més alumnes perseguidors.</p>	Pilotes de tennis
PRINCIPAL	30'	<p>Habilitat amb la pilota de tennis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bot amb una mà, amb l'altra, alternant, per sobre les línies... • Llançar enlaire a diferents alçades. • Llançar enlaire i rebre-la després del primer i successius bots. • Llançar enlaire, picar de mans i agafar-la. • Llançar enlaire, fer un gir i agafar-la. • Fer botar la pilota i agafar-la. • Llançar a cistella. <p>Llançar la pilota contra la paret: Individualment. Llançar la pilota amb la mà contra la paret. Primer ho fem llançant i després colpejant. Podem llançar contra un objectiu concret marcat a la paret.</p> <p>Guerra de pilotes: Dos equips, un a cada part del camp. Totes les pilotes disponibles repartides entre els nens/es. A un senyal tothom intentarà llançar la seva pilota al camp dels contraris amb la mà, i ho continuarà fent fins al senyal de final del joc. A continuació, es fa recompte de les pilotes que hi ha a cada camp. Qui té més pilotes al seu camp, perd. També podem fer-ho colpejant amb la mà.</p> <p>Les 10 passades amb pilota de tennis: Variar l'espai i el nombre de jugadors per equip.</p> <p>Piloteig amb la mà: Piloteig per parelles colpejant la pilota amb la mà.</p> <p>Piloteig amb raqueta: Piloteig per parelles amb raqueta perquè el professor pugui observar el nivell inicial dels alumnes.</p>	<p>Pilotes de tennis</p> <p>Pilotes de tennis</p> <p>Pilotes de tennis Pitralls Pilotes de tennis</p> <p>Pilotes de tennis</p>
FINAL	15'	<p>La petanca: Grups de 4. Els alumnes jugaran a la petanca amb pilotes de tennis de diferents colors.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes de tennis de colors
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: RAQUETES			SESSIÓ: 2
OBJECTIU D'APRENTATGE: Prendre contacte amb la raqueta de tennis			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 amb raqueta i pilota de tennis: Tothom es mou lliurement per l'espai amb la raqueta de tennis i la pilota a sobre sense que caigui. Un alumne/a perseguirà als altres també amb la raqueta i la pilota. Si toca a algú, s'intercanvien les funcions. Si a algú li cau la pilota, també la para. Podem afegir més alumnes perseguidors.</p>	Raquetes Pilotes de tennis
PRINCIPAL	30'	<p>Habilitat amb la raqueta i la pilota de tennis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bot amb una mà, amb l'altra, alternant, per sobre les línies... • Fer tocs amb una mà, l'altre, alternant, canviant la cara de la raqueta... • Fer botar la pilota i controlar-la. • Colpejar la pilota enlaire i controlar-la després del primer i successius bots. • Colpejar la pilota enlaire i controlar-la sense que boti. • Colpejar la pilota enlaire, fer un gir i controlar-la sense que boti. • Llançar a cistella. • Aixecar la pilota del terra. <p>Relleus: Grups de 4. Realitzar habilitats amb la pilota i la raqueta.</p> <p>Passada i colpeig: Per parelles. Un company/a llança la pilota amb la mà i l'altre li torna colpejant amb la raqueta. Al cap d'una estona s'intercanvien les funcions. Ho podem fer més motivant donant un con a l'alumne que no té raqueta perquè encistelli la pilota.</p> <p>Piloteig amb raqueta: Piloteig per parelles en un espai inespecífic i amb un obstacle entre els dos.</p>	Raquetes Pilotes de tennis Raquetes Pilotes de tennis Raquetes Pilotes de tennis
FINAL	15'	<p>El mocador: És el joc del mocador normal però, enlloc del mocador, els alumnes hauran d'agafar una pilota de tennis cadascú amb la raqueta i tornar al seu camp sense que els hi caigui la pilota. Si els hi cau la pilota hauran de tornar al lloc de sortida. Guanya el jugador/a que arriba abans al seu camp.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Raquetes Pilotes de tennis
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: RAQUETES		SESSIÓ: 3	
OBJECTIU D'APRENTATGE: Prendre contacte amb l'espai de 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>Prou: 2 equips. Un equip es col·loca en rotllana i es passa la pilota amb la raqueta fent el nombre màxim de voltes possibles. Mentrestant, els components de l'altre equip han de sortir un/a per un/a en forma de relleu donant el tomb a la rotllana que forma l'altre equip amb la raqueta a la mà i la pilota a sobre. Quan s'acaben els relleus, es compta el nombre de voltes que han tardat i després s'intercanvien les funcions. Guanya l'equip que fa el recorregut en menys voltes.</p>	Raquetes Pilotes de tennis
PRINCIPAL	30'	<p>La pilota morta: Dos equips enfrontats a la xarxa amb el mateix nombre de pilotes. A la senyal del mestre/a, els alumnes poden copejar les vegades que vulguin abans de passar la pilota a l'altre cantó de la xarxa, mentre no quedi la pilota rodant pel terra i per tant "morta". Si passa això s'anota un punt l'equip contrari.</p> <p>La roda: Es distribueixen els nens a les dues parts de la xarxa. El primer serveix i canvia de camp. El primer del camp contrari passa la pilota i també canvia de camp. Es juga seguit passant la pilota i canviant de camp, sempre girant en la mateixa direcció fins que un falla i queda eliminat. Quan passa això es comença de nou. Es segueix fins que només en queden dos, que juguen la final fent un partit normal a tres punts.</p> <p>Volei-tennis: 2 equips. Un equip a cada costat de la xarxa. Partit de tennis normal però abans de tornar la pilota a l'altre camp, cada equip haurà de fer 3 tocs entre els seus components per poder-la passar a l'altre camp. La pilota podrà fer un bot o més segons s'hagi acordat. Els punts es comptaran com al voleibol.</p> <p>Partit de tennis individual: Partits al millor de 3 jocs. Anirem canviant l'adversari.</p>	Raquetes Pilotes de tennis Xarxa Raquetes Pilotes de tennis Xarxa Raquetes Pilotes de tennis Xarxa Raquetes Pilotes de tennis
FINAL	15'	<p>Golf-tennis: Circuit de precisió enviant la pilota cap a dianes fixes col·locades al terra.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes de tennis
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: RAQUETES OBJECTIU D'APRENTATGE: Avaluació			SESSIÓ: 4 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: Dos equips, un a cada part del camp. Totes les pilotes disponibles repartides entre els nens/es. A un senyal tothom intentarà llançar la seva pilota al camp dels contraris amb la raqueta, i ho continuarà fent fins al senyal de final del joc. A continuació, es fa recompte de les pilotes que hi ha a cada camp. Qui té més pilotes al seu camp, perd.</p>	Raquetes Pilotes de tennis
PRINCIPAL	30'	<p>Pitxi-tennis: Igual que el pitxi, però la pilota es bateja amb la raqueta i els que recullen també es passen la pilota amb raqueta.</p>	Raquetes Pilotes de tennis Cons
FINAL	15'	<p>La pilota de vidre: Tots asseguts en cercle amb la raqueta. Ens passem una pilota de tennis d'una raqueta a l'altra, sense que caigui.</p> <p>Comptar els bots: Els alumnes tanquen els ulls, el mestre/a fa botar una pilota contra el terra i aquests han de comptar el nombre de bots que ha realitzat.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Raquetes Pilotes de tennis
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			