

UNITAT DIDÀCTICA: VOLEIBOL									
ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA		ETAPA: EDUCACIÓ PRIMÀRIA		NIVELL: 5è i 6è		UNITAT Nº: 8			
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.Descobrimet 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		OBECTIUS D'APRENENTATGE		CRITERIS D'AVUACIÓ		ACTIVITATS D'APRENENTATGE			
✓ Passades i recepcions ✓ Toc de dits ✓ Toc d'avantbraç ✓ Espai de joc		✓ Passar i rebre la pilota per sobre de la xarxa ✓ Practicar el toc de dits ✓ Practicar el toc d'avantbraç ✓ Iniciar-se al voleibol ✓ Participar activament en els jocs de voleibol		✓ 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).		✓ Sessió 1: Passada i recepció ✓ Sessió 2: Toc de dits ✓ Sessió 3: Toc d'avantbraç ✓ Sessió 4: Avaluació			
ACTIVITATS D'AVUACIÓ		ATENCIÓ A LA DIVERSITAT		METODOLOGIA		MATERIAL			
✓ Jocs de passades i recepcions ✓ Jocs de colpejos ✓ Partits de voleibol		✓ Els alumnes novinguts realitzar les activitats per imitació. ✓ I els alumnes amb TEA i mobilitat reduïda realitzaran la sessió amb vetlladora (veure sessió).		✓ Resolució de problemes ✓ Descobrimet guiat		✓ Cons ✓ Guixos ✓ Pilotes inflables ✓ Pilotes de voleibol ✓ Xarxa			
NIVELL D'ASSOLIMENT									
ÍTEMS AVUACIÓ		ASSOLIMENT SATISFACTORI		ASSOLIMENT NOTABLE		ASSOLIMENT EXCEL·LENT			
Coordina el colpeig de la pilota de voleibol?		Té dificultat per coordinar el colpeig de la pilota de voleibol		Coordina el colpeig de la pilota de voleibol		Coordina el colpeig de la pilota de voleibol amb seguretat i confiança			
Participa activament i respecta als companys/es?		Mostra poc interès en participar en els jocs de voleibol		Participa activament dels jocs de voleibol tot i que a vegades s'enfada amb els companys/es		Participa activament dels jocs de voleibol i anima als seus companys/es			

UNITAT DIDÀCTICA: VOLEIBOL			SESSIÓ: 1
OBJECTIU D'APRENTATGE: Passar i rebre la pilota per sobre la xarxa			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>Passada i recepció:</b> Per parelles. Passar-se la pilota amb les mans per sobre de la xarxa al mateix temps que avancem d'un costat a l'altre de la xarxa.</p>	Pilotes de voleibol
PRINCIPAL	30'	<p><b>Volei circulation (nivell 1)</b>  <b>Camp:</b> 4,5 x 6 metres.  <b>Xarxa:</b> 2 metres.  <b>Jugadors:</b> 4 per equip.  <b>Pilota:</b> Adaptada a 62 cm.  <b>Sistema de puntuació:</b> Per punts (pactats prèviament) o per temps.  <b>Tècniques:</b> Cap especial obligatòria. Es pot recomanar als jugadors/es agafar i llançar amb gest tècnics especials (per a sota el cap, amb braços estesos, amb una mà per sota el cap).  <b>Objectiu:</b> Fer que la pilota boti en camp contrari (es permet que la pilota toqui la xarxa).  <b>Normes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada vegada que un jugadors passa la pilota per sobre de la xarxa, tot l'equip fa una rotació.</li> <li>• El jugadors no poden caminar amb la pilota agafada.</li> <li>• Quan la distància entre el jugador i la xarxa és molt gran, es pot passar la pilota a un company. S'ha llançar la pilota immediatament després d'agafar-la (no retenir-la més d'un segon).</li> <li>• Quan un jugador no agafa la pilota, envia la pilota fora de límits o toca la bola i aquesta surt del camp, aquest jugador a de sortir del camp</li> <li>• Quan només quedem dos jugadors al camp, cada vegada que passen la pilota canvien de posició.</li> <li>• Un jugador pot tornar a entrar al camp quan un company agafa la pilota.</li> <li>• El jugadors que surt del camp abans, torna a entrar primer.</li> <li>• Quan tots el oponents són eliminats del camp, es suma un punt.</li> <li>• Es pot recomanar als jugadors/es agafar i llançar amb gest tècnics especials (per a sota el cap, amb braços estesos, amb una mà per sota el cap).</li> </ul>	Pilotes de voleibol
FINAL	15'	<p><b>1 amb 1:</b> Per parelles, un a cada costat de la xarxa. Els alumnes col·laboren i intenten fer el màxim nombre de tocs possible sense que la pilota caigui al terra, enviant-la a l'altre camp amb les millors condicions possibles.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Pilotes de voleibol
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: VOLEIBOL OBJECTIU D'APRENTATGE: Practicar el toc de dits			SESSIÓ: 2 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>Toc de dits:</b> Per parelles. Un alumne llança la pilota amb les mans i l'altre li torna copejant amb toc de dits. Al cap d'una estona, s'intercanvien les funcions. La progressió segueix amb els 2 alumnes colpejant la pilota amb toc de dits sense aturar-la.</p>	Pilotes de voleibol
PRINCIPAL	30'	<p><b>Vòlei circulation (nivell 2)</b>  <b>Camp:</b> 4,5 x 6 metres.  <b>Xarxa:</b> 2 metres.  <b>Jugadors:</b> 4 per equip.  <b>Pilota:</b> Adaptada a 62 cm.  <b>Sistema de puntuació:</b> Per punts (pactats prèviament) o per temps.  <b>Tècniques:</b> Serveix de baix i iniciació al toc d'avantbraç. Es pot recomanar als jugadors/es agafar i llançar amb gest tècnics especials (per a sota el cap, amb braços estesos, amb una mà per sota el cap).  <b>Objectiu:</b> Fer que la pilota boti en camp contrari (es permet que la pilota toqui la xarxa).  <b>Diferències amb el nivell 1:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La pilota es treu amb un servei baix des de qualsevol punt de la pista pròpia.</li> <li>• El jugador que agafa la pilota NO pot passar la pilota a un company. S'ha llançar la pilota immediatament després d'agafar-la (no retenir-la més d'un segon).</li> <li>• Un jugador eliminat pot tornar al camp després de tres accions bones del seu equip (es dir, quan la pilota torna tres vegades al seu camp).</li> <li>• En cas que un company realitza un toc d'avantbraç (sense agafar la pilota, contacte curt) i agafa ell mateix la pilota al segon toc, tots els companys eliminats poden tornar al terreny de joc.</li> </ul>	Pilotes de voleibol
FINAL	15'	<p><b>2 amb 2:</b> Grups de 4. Dos a cada costat de la xarxa. Els alumnes col·laboren i intenten fer el màxim nombre de tocs possible sense que la pilota caigui al terra, enviant-la a l'altre camp amb les millors condicions possibles.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Pilotes de voleibol
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: VOLEIBOL OBJECTIU D'APRENTATGE: Practicar el toc d'avantbraç			SESSIÓ: 3 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>Toc d'avantbraç:</b> Per parelles. Un alumne llança la pilota amb les mans i l'altre li torna copejant de mà baixa. Al cap d'una estona, s'intercanvien les funcions. La progressió segueix amb els 2 alumnes colpejant la pilota de mà baixa sense aturar-la.</p>	Pilotes de voleibol
PRINCIPAL	30'	<p><b>Vòlei circulation (nivell 3)</b>  <b>Camp:</b> 4,5 x 6 metres.  <b>Xarxa:</b> 2 metres.  <b>Jugadors:</b> 4 per equip.  <b>Pilota:</b> Adaptada a 62 cm.  <b>Sistema de puntuació:</b> Per punts (pactats prèviament) o per temps.  <b>Tècniques:</b> Serveix de baix i toc d'avantbraç. Es pot recomanar als jugadors/es agafar i llançar (segon toc) amb gest tècnics especials (per a sota el cap, amb braços estesos, amb una mà per sota el cap).  <b>Objectiu:</b> Fer que la pilota boti en camp contrari (es permet que la pilota toqui la xarxa).  <b>Diferències amb el nivell 2:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La pilota s'ha de jugar amb dos tocs per equip, el primer obligatòriament ha de ser un toc d'avantbraços. Si el primer toc passa a camp contrari directe, el jugador ha de sortir del camp.</li> <li>Un jugador eliminat pot tornar al camp després de que un company realitza la recepció d'avantbraç i un altre agafa la pilota sense que toqui el terra.</li> </ul>	Pilotes de voleibol
FINAL	15'	<p><b>Partit amb pilota inflable:</b> Partit normal respectant les regles bàsiques del voleibol però jugarem amb una pilota inflable.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Pilotes inflables
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: VOLEIBOL		SESSIÓ: 4	
OBJECTIU D'APRENTATGE: Avaluació		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>Four-square:</b> Un grup de quatre jugadors es posen damunt de cada quadrat (verd, vermell, blau i groc). Sempre inicia el joc el jugador de la casella número 4 fent botar la pilota al seu quadrat i colpejant-la perquè boti en algun dels altres 3 quadrats. Només pot tocar la pilota el jugador del quadrat on bota la pilota que la farà botar en algun altre quadrat. I així successivament. Si la pilota bota fora o fa 2 bots, el jugador que ha fallat, queda eliminat i entra un altre jugador al quadrat número 1. Llavors els jugadors que hi hagi per sota la casella del jugador que ha fallat, puguen un número. L'objectiu del joc és mantenir-se en el quadrat número 4 el major temps possible.</p>	Pilotes de voleibol Guixos
PRINCIPAL	30'	<p><b>Vòlei circulation (nivell 4)</b>  <b>Camp:</b> 4,5 x 6 metres.  <b>Xarxa:</b> 2 metres.  <b>Jugadors:</b> 4 per equip.  <b>Pilota:</b> Adaptada a 62 cm / Normal.  <b>Sistema de puntuació:</b> Rally point, mateix sistema del voleibol.  <b>Tècniques:</b> Serveix de baix, toc d'avantbraç i dits. Es pot recomanar als jugadors/es agafar i llançar (segon toc) amb gest tècnics especials (per a sota el cap, amb braços estesos, amb una mà per sota el cap).  <b>Objectiu:</b> Fer que la pilota boti en camp contrari (es permet que la pilota toqui la xarxa).  <b>Diferències amb el nivell 3:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rotació normal (quan la pilota toca el terra).</li> <li>• El servei es realitza des de darrera de la línia de fons. Un jugador pot servir tres vegades consecutives com màxim (després faran rotació i servirà el seu company corresponent).</li> <li>• El jugadors reserves entren obligatòriament al terreny en recuperar el servei amb el objectiu de jugar tots al mateix temps.</li> <li>• La pilota s'ha de passar en tres tocs a camp contrari, el primer ha de ser un toc d'avantbraços i en el segon es pot agafar però s'ha de llançar reproduint un toc de dits o avantbraç. Aquest toc s'ha de fer perpendicular a la xarxa (semblant a una col·locació). El jugador que fa el segon toc es pot desplaçar cap a la xarxa abans de fer-lo.</li> </ul>	Pilotes de voleibol
FINAL	15'	<p><b>A, E, I, O, U:</b> Grups de 5 en rotllana amb una pilota d'escuma. Alternativament i sense seguir un ordre establert, els alumnes colpegen la pilota a l'aire anomenant les 5 vocals per ordre. A qui li toqui la lletra "U" haurà de colpejar la pilota intentant tocar a algun dels seus companys/es que s'apartaran per no rebre el cop de la pilota. Si un alumne es tocat per la pilota, tindrà la lletra A. Si algú té les 5 vocals, queda eliminat.</p> <p><b>Hàbits higiènics</b></p>	Pilotes inflables
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			