

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS									
ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA		ETAPA: EDUCACIÓ PRIMÀRIA		NIVELL: 1r I 2n		UNITAT Nº: 7			
ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA		CICLE: INICIAL		TRIMESTRE: TERCER		SESSIONS: 8			
BLOC DE CONTINGUTS									
EL COS: IMATGE I PERCEPCIÓ		HABILITATS MOTRIUS		ACTIVITAT FÍSICA I SALUT		EXPRESSIONI CORPORAL		EL JOC	
1. Principals parts del cos. 2. Consciència de la tensió, la relaxació i la respiració. 3. Experimentació del cos en postures corporals diferents. 4. Exploració i discriminació de diferents sensacions. 5. Afirmació de la lateralitat. 6. Experimentació de situacions d'equilibri i desequilibri. 7. Experimentació de situacions que provoquin la coordinació de moviments. 8. Percepció i interacció del propi cos amb l'espai i el temps.		1. Experimentació de diferents formes i possibilitats del moviment. 2. Execució i control d'habilitats motrius bàsiques. 3. Resolució de situacions motrius senzilles. 4. Disposició a participar en activitats diverses amb acceptació de les diferències en el nivell d'habilitat.		1. Acceptació de la pròpia realitat corporal i elaboració de l'auto imatge. 2. Hàbits higiènics, posturals, corporals i alimentaris, relacionats amb l'activitat física. 3. Relació de l'activitat física amb la salut i el benestar. 4. Utilització dels materials i els espais d'acord amb unes normes.		1. Exploració i descobriment de les possibilitats expressives del cos i del moviment. 2. Sincronització del moviment amb pulsacions i estructures rítmiques senzilles. 3. Desinhibició en l'exteriorització d'emocions i sentiments a través del cos, el gest i el moviment. 4. Exploració de les possibilitats expressives amb objectes i materials. 5. Exploració de situacions que suposin comunicació corporal. 6. Reproducció de balls, danses i coreografies senzilles. 7. Identificació de les diferències en la manera d'expressar-se.		1. Els jocs tradicionals i populars com a element de la realitat social i cultural. 2. Respecte de les normes i les persones que participen en el joc. 3. Valoració del joc com a mitjà de relació amb els altres i de divertiment.	
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'AVALUACIÓ		ACTIVITATS D'APRENENTATGE			
✓ 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		✓ Conèixer els diferents jocs populars ✓ Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc. ✓ Acceptar i respectar les normes establertes. ✓ Acceptar les pròpies possibilitats i les dels companys.		✓ Desplaçar-se, saltar, girar, llançar i rebre de forma diversa, variant les posicions corporals (CA3). ✓ Participar i gaudir en els jocs ajustant la pròpia actuació, pel que fa a aspectes motrius i de relació amb els companys i les companyes (CA7). ✓ 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: Jocs populars ✓ Sessió 2: Jocs populars ✓ Sessió 3: Jocs populars ✓ Sessió 4: Jocs populars ✓ Sessió 5: Jocs populars ✓ Sessió 6: Jocs populars ✓ Sessió 7: Jocs populars ✓ Sessió 8: Avaluació			
ACTIVITATS D'AVALUACIÓ		ATENCIÓ A LA DIVERSITAT		METODOLOGIA		MATERIAL			
✓ Jocs populars		✓ Els alumnes nous realitzaran les activitats per imitació. ✓ I els alumnes amb TEA i mobilitat reduïda realitzaran la sessió amb vetlladora (veure sessió).		✓ Resolució de problemes ✓ Descobriments guiats		✓ Antifaços ✓ Cons ✓ Música ✓ Bancs ✓ Espatlleres ✓ Pilota ✓ Cadires ✓ Guixos ✓ Pitralls ✓ Cercles ✓ Mocadors ✓ 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: Conèixer els diferents jocs populars			NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona 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>	Amagatalls
FINAL	15'	<p>1,2,3 pica-paret: Un alumne la para i es col·loca de cara a la paret. La resta d'alumnes es col·loquen a l'altre costat. L'alumne que la para dirà: "1,2,3 pica-paret" i mentrestant els alumnes s'apropen a ell. Quan ha acabat de dir les paraules, es gira i si veu algú en moviment, aquest haurà de tornar a la línia de sortida. Si algun alumne aconsegueix tocar l'esquena del que la para, aquest haurà d'intentar atrapar a algun dels alumnes que tornen corrents cap a la línia de sortida per evitar ser tocats. Si aconsegueix atrapar a algú, s'intercanvien els rols. I si no ho aconsegueix, seguirà parant-la.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	No és necessari
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			SESSIÓ: 2 NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona 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 OBJECTIU D'APRENTATGE: Utilitzar les habilitats i destreses motrius en el joc			SESSIÓ: 3 NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <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
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>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: 4
OBJECTIU D'APRENTATGE: Acceptar i respectar les normes establertes			NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona 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: Acceptar i respectar les normes establertes			NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona 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			SESSIÓ: 6
OBJECTIU D'APRENTATGE: Acceptar les pròpies possibilitats i les dels companys			NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Stop: Els alumnes corrent lliurement per l'espai i un alumne persegueix els altres. Els perseguits tenen l'opció de cridar "stop" i quedar-se quiets amb les mans obertes i les cames separades. En aquesta posició no poden ser atrapats, però tampoc es poden bellugar fins que un company els salvi passant-li entre les cames. Si el perseguidor atrapa a algun alumne, s'intercanvien els rols.</p>	Pitralls
PRINCIPAL	30'	<p>Les cuetes: La meitat d'alumnes portaran un mocador penjant que serà la cua i l'altre meitat no en portarà. Els alumnes que no tinguin cua, hauran de recuperar-la robant-la a un company. Cada alumne només podrà tenir una cua. Guanyen els alumnes que al cap d'un temps determinat mantenen la cua. També es pot jugar a veure qui roba més cues.</p>	Mocadors
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: 7
OBJECTIU D'APRENTATGE: Acceptar les pròpies possibilitats i les dels companys			NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	15'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona 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 gerres: Els alumnes es col·loquen per parelles agafats dels braços i formant una rotllana, tret de 2 alumnes. Un d'aquests 2 alumnes persegueix a l'altre. El perseguit es pot salvar agafant-se a una gerra. Llavors l'alumne que perseguia, haurà d'atrapar al component de l'altre costat de la gerra on s'ha agafat l'anterior perseguit. Si un alumne atrapa a l'altre, s'intercanvien els rols.</p>	No és necessari
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 quedi.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	Pilotes d'escuma
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			

UNITAT DIDÀCTICA: JOCS POPULARS OBJECTIU D'APRENTATGE: Avaluació			SESSIÓ: 8 NIVELL: 1r i 2n
FASE	TEMPS	ACTIVITATS D'APRENTATGE	MATERIAL
INICIAL	10'	<p>Necesser: Revisió dels estris de neteja persona i de la indumentària adient per a la sessió d'Educació Física.</p> <p>Explicació: El mestre explicarà la sessió.</p>	No és necessari
PRINCIPAL	40'	<p>Elecció de joc: Els alumnes escolliran els 3 jocs populars que més els hagin agradat durant la unitat.</p>	Depèn dels jocs escollits
FINAL	10'	<p>Reflexió: Els alumnes verbalitzaran com ha anat la sessió.</p> <p>Hàbits higiènics</p>	No és necessari
ATENCIÓ A LA DIVERSITAT			