

ÀREA: EDUCACIÓ FÍSICA

CURS: 6è

BLOC 1: EL COS, IMATGE I PERCEPCIÓ	
1	És capaç de controlar la respiració, contracció i relaxació corporal
2	Reconeix músculs, segments i parts principals del cos
3	Utilitza amb precisió els segments dominants en diferents situacions motrius
4	Executa moviments amb certa precisió utilitzant els segments no dominants
5	És conscient de les pròpies limitacions corporals
6	Realitza llançaments, recepcions, conduccions i colpejos amb diferents parts del cos de forma eficaç i precisa
7	Realitza llançaments, recepcions, conduccions i colpejos amb diferents implements esportius de forma eficaç i precisa
8	Controla el maneig de diferents implements en situacions jugades
9	Mostra un bon control motriu en situacions jugades
10	Participa activament en les tasques proposades
11	Aplica les habilitats bàsiques en la iniciació de diferents esports amb eficàcia

BLOC 2: HABILITATS MOTRIUS I QUALITATS FÍSIQUES BÀSIQUES	
1	Mostra un bon equilibri damunt la bicicleta davant d'obstacles i situacions adverses
2	Elabora respostes motrius adequades a partir de referències espaials, temporals i topològiques
3	Coneix les parts i funcions de la bicicleta
4	Mostra un bon domini i maneig de la bicicleta
5	Adequa el cos i moviment a la distància, velocitat i trajectòria dels altres i dels objectes davant de situacions de complexitat creixent.
6	S'esforça per autosuperar-se davant de pors i adversitats.
7	Participa activament en les tasques proposades
8	Gaudeix de la pràctica de la bicicleta

BLOC 3: ACTIVITAT FÍSICA I SALUT	
1	Reconeix els efectes saludables i perjudicials derivats de l'activitat física
2	Té cura de la seva higiene personal després de realitzar Educació Física
3	Coneix les qualitats físiques bàsiques i mostra interès per millorar la seva condició física
4	Mostra bona condició física
5	Respecta i recull el material
6	Respecta el/la mestre/a
7	Respecta els companys i les companyes
8	Coneix i porta a terme les parts de la sessió: escalfament, part d'assoliment d'objectius i tornada a la calma (estiraments, relaxació...)
9	Coneix i aplica les mesures de seguretat de la bicicleta.

BLOC 4: EXPRESSIÓ CORPORAL	
1	Representa amb facilitat sentiments, emocions, objectes, històries i/o persones, mitjançant el cos, gest i el moviment.
2	Mostra bona espontaneïtat en l'Expressió Corporal
3	Participa activament en l'elaboració de coreografies
4	Segueix estructures rítmiques d'acord amb la música

BLOC 5: EL JOC	
1	Coneix, respecta i aplica les normes en jocs i activitats
2	Sap treballar en grup i coopera amb els companys/es
3	Gaudeix en la realització de jocs
4	Reconeix conflictes derivats del joc i intenta resoldre-les mitjançant el diàleg
5	Anteposa el joc al triomf