



CRITERIS D'AVALUACIÓ I QUALIFICACIÓ

EDUCACIÓ FÍSICA

3ESO



		Qualificació
CA essencials	1.2 Incorporar de manera autònoma els processos d'activació corporal, autorregulació i dosificació de l'esforç, alimentació saludable, educació postural, relaxació i higiene durant i després de la pràctica d'activitats motrius, interioritzant les rutines pròpies d'una pràctica motriu saludable i responsable. 1.3 Adoptar de manera responsable i autònoma mesures específiques per a la prevenció de lesions abans, durant i després de la pràctica d'exercici físic, aprenent a reconèixer situacions de risc per actuar prèviament. 1.4 Actuar d'acord amb els protocols d'intervenció davant situacions d'emergència o accidents aplicant mesures específiques de primers auxilis. 1.5 Adoptar actituds compromeses i transformadores que rebutgin els estereotips socials associats a l'àmbit corporal, al gènere i a la diversitat sexual, i els comportaments que posin en risc la salut, contrastant amb autonomia i independència qualsevol informació en base als criteris científics de validesa, fiabilitat i objectivitat.	Mitjana aritmètica de totes les proves avaluables realitzades
	2.1 Desenvolupar projectes motors de caràcter individual, cooperatiu o col·laboratiu, establint mecanismes per reconduir els processos de treball i assegurar una participació equilibrada, incloent estratègies d'autoavaluació i coavaluació tant del procés com del resultat. 2.2 Mostrar habilitats per a l'adaptació i l'actuació davant situacions amb una elevada incertesa, aprofitant eficientment les pròpies capacitats i aplicant de manera automàtica processos de percepció, decisió i execució en contextos reals o simulats d'actuació, reflexionant sobre les solucions i resultats obtinguts.	
	3.2 Cooperar o col·laborar en la pràctica de diferents produccions motrius i projectes per aconseguir l'assoliment individual i grupal, participant amb autonomia en la presa de decisions vinculades a l'assignació de rols, la gestió del temps de pràctica i l'optimització del resultat final. 3.3 Relacionar-se i entendre's amb la resta de participants durant el desenvolupament de diverses pràctiques motrius amb autonomia i fent ús efectiu d'habilitats socials de diàleg en la resolució de conflictes i respecte davant la diversitat, ja sigui de gènere, afectivosexual, d'origen nacional, cultural socioeconòmica o de competència motriu, i posicionant-se activament enfront dels estereotips, les actuacions discriminatòries i qualsevol tipus de violència, fent respectar el propi cos i el dels altres.	
	4.1 Comprendre i practicar diverses modalitats relacionades amb la cultura pròpia, la tradicional o les que procedeixen d'altres llocs del món, identificant i contextualitzant la influència social de l'esport en les societats actuals, valorant els seus orígens, l'evolució i les seves diferents manifestacions i interessos econòmics i polítics. 4.2 Adoptar actituds compromeses i conscients sobre els diferents estereotips de gènere i comportaments sexistes que es continuen produint en alguns contextos de la motricitat, identificant els factors que contribueixen al seu manteniment i ajudant a difondre referents de diferents gèneres en l'àmbit fisicoesportiu.	

	4.3 Crear i representar composicions individuals o col·lectives amb i sense base musical i de manera coordinada, utilitzant intencionalment i amb autonomia el cos i el moviment com a eina d'expressió i comunicació a través de tècniques expressives específiques, i ajudant a difondre i compartir aquestes pràctiques culturals entre companys o altres membres de la comunitat.	
	5.2 Dissenyar i organitzar activitats físicoesportives en el medi natural i urbà, assumint responsabilitats i aplicant normes de seguretat individuals i col·lectives.	