



CRITERIS D'AVALUACIÓ I QUALIFICACIÓ

EDUCACIÓ FÍSICA

4ESO



		Qualificació
CA essencials	1.1 Planificar i autoregular la pràctica d'exercici físic orientat al concepte integral de salut i a l'estil de vida actiu, segons les necessitats i interessos individuals, respectant la pròpia identitat corporal. 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. 1.4 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. 1.6 Planificar, desenvolupar i compartir amb seguretat la pràctica física quotidiana manejant recursos i aplicacions digitals vinculats a l'àmbit de l'activitat física i l'esport.	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. 2.3 Evidenciar control i domini corporal en emprar els components qualitius i quantitatius de la motricitat de manera eficient i creativa, resolent problemes en tot tipus de situacions motrius transferibles al seu espai vivencial amb autonomia.	
	3.1 Practicar i participar activament assumint responsabilitats en l'organització d'una gran varietat d'activitats motrius, valorant les implicacions ètiques de les pràctiques antiesportives, evitant la competitivitat desmesurada i actuant amb esportivitat en assumir els rols de públic, participant o altres. 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.	
	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. 4.3 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.	

	5.1 Participar en activitats físicoesportives en entorns naturals terrestres o aquàtics, gaudint de l'entorn de manera sostenible, minimitzant l'impacte ambiental que puguin produir, sent conscients de la seva petjada ecològica, i desenvolupant actuacions intencionades dirigides a la conservació i millora de les condicions dels espais en els quals es desenvolupin.	
--	---	--