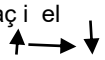
CRITERIS D'AVALUACIÓ	
NIVELL	ESO 1
MATÈRIA	EDUCACIÓ FISICA
CURS	2026-27

S.A.	Criteris avaluació
1. L'exercici físic i la salut. L'escalfament	L'alumne ha de saber relacionar els fets de vida amb la relació directa del exercici físic no competitiu i millora de la salut. Saber distingir els exercicis específics de cada una de les tres parts de l'escalfament . Per tot això haurà de resoldre uns dubtes i problemes a classe.
2. El meu condicionament físic aplicat a l'atletisme i la gimnàstica. La resistència. La força. La velocitat. La flexibilitat. I l'agilitat	Saber distingir els exercicis específics de cada una de les tres parts de l'escalfament . Realitzar una cursa de 10' de forma contínua , al final preguntarem al alumne si ha pogut aguantar, si ha caminat si ha hagut d'abandonar. Executar la prova de llançament de pes a l'atletisme i valorar el grau tècnic d'execució prou bé, amb normalitat o amb dificultat. Valorar la tècnica de la cursa en quant a posició corporal (mans , tronc i cames) al córrer una cursa de velocitat. Realitzar la tombarella endavant amb moviment ampli i quantificar com: bé, regular i insuficient.
3. L'expressió corporal	Representar una obra de teatre en grup on tindrem en compte el llenguatge gestual o corporal i valorar-la com: bé , regular.
4. Els jocs en l' E.F.	Participar de forma activa en els jocs populars i tradicionals realitzats a classe. Valoració: molt P++ , normal P+ i poc P-.
5. Esports col·lectius: El bàsquet, i l' handbol, el futbol i el voleibol	Realitzar el bot de protecció, la passada de pit i el llançament a cistella amb bona tècnica d' execució. Valoració: bé, regular i insuficient. Realitzar de forma adequada la passada lateral, el bot i el llançament a l' handbol. Valoració: bé, regular i insuficient. Executar amb la tècnica adequada la passada de dits, d'avantbraç i el servei de seguretat al voleibol. Valoració: bé, regular i insuficient. Executar amb la tècnica adequada la passada de dits, d'avantbraç i el servei de seguretat al voleibol. Valoració: bé, regular i insuficient. 
6. Altres esports: el tennis i el hoquei. Els jocs alternatius	Executar de forma adequada la tècnica de tennis al cop de dreta(mà dominant) i revés (costat no dominant però mateixa mà) així com el servei. Participar activament als jocs d' hoquei i aplicar la tècnica bàsica de l' hoquei sala al control, passada i colpeix. Valoració: bé, regular i insuficient.
7. L'activitat a la natura	Gaudir i respectar la natura, a les sortides fetes durant el curs. (el llac de Navarcles). A final de curs però no es podrà avaluar.