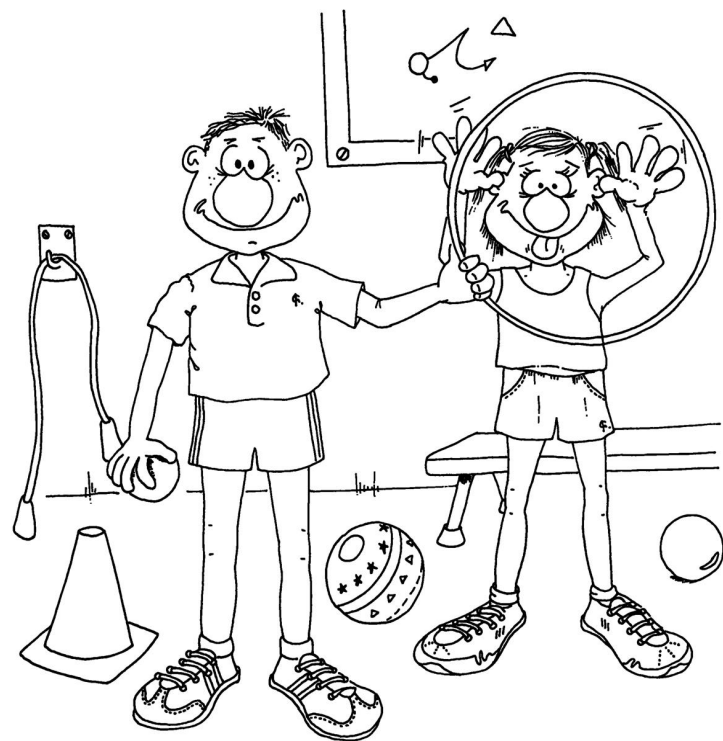


Propostes didàctiques d'educació física



Preàmbul

Aquesta publicació ha estat elaborada en el marc del Seminari d'Educació Física dins del Pla de Formació Permanent de Zona del Vallès Oriental I, organitzat pel Departament d'Ensenyament i l'Institut de Ciències de l'Educació de la Universitat de Barcelona.

Editat per:
Centre de Recursos Pedagògics del Vallès Oriental I

v Generalitat de Catalunya
Departament d'Ensenyament

Amb la col·laboració especial del Consell Comarcal del Vallès Oriental

Autor: Carles Viñallonga Moré
Il·lustracions: Rosa M. Hernández Díaz

Primera edició: juliol 2001
Tiratge: 200 exemplars
ISBN: 84-699-5612-4
Dipòsit legal: B-41931-2001



ÍNDEX

Seguint el Currículum d'Educació Primària, editat per la Generalitat de Catalunya (Octubre de 1992) indexem les Propostes Didàctiques realitzades de la següent manera.

<i>Preàmbul</i>	1		
<u>Bloc 1: Control i consciència corporal</u>		<u>Bloc 3: Capacitats condicionals</u>	
1.1. Capacitats psicomotrius	11	3.1. Les capacitats condicionals	167
<u>Bloc 2: Habilitats bàsiques i específiques</u>		<u>Bloc 4: Expressió corporal i dramatització</u>	
2.1. Habilitats motrius bàsiques	25	4.1. Expressió corporal	179
2.2. Les activitats gimnàstiques	45	<u>Bloc 5: Jocs populars i tradicionals</u>	
2.3. Iniciació a l'atletisme	69	5.1. Jocs populars i tradicionals	205
2.4. Activitats amb raquetes	87	<u>Annexes:</u>	
2.5. Iniciació al futbol	101	Annex-1. Jocs	219
2.6. Iniciació al bàsquet	115	Annex-2. Bibliografia	257
2.7. Iniciació a l'handbol	133	Annex-3. Graelles d'avaluació	269
2.8. Iniciació a l'hoquei. "L'unihoc" / hoquei sala	153		

NOTA: Acompanya aquesta publicació un disquet amb l'Annex-1. Jocs i l'Annex-3. Graelles d'avaluació, en format WORD



PRESENTACIÓ

La reflexió col·lectiva sobre la pròpia pràctica és, sens dubte, un dels millors camins que hi ha per produir canvis i millores en la tasca docent.

El fet de compartir interrogants, intercanviar opinions, comunicar experiències, lliurar materials, consensuar i incorporar noves idees, ... ajuda a actualitzar la metodologia de treball a l'aula i incrementar el rigor dels continguts que impartim. Aquest esforç d'actualització permanent reverteix positivament en els nostres alumnes, atès que en reben les conseqüències.

Aquesta ha estat la motivació que ha portat els membres del Seminari d'Educació Física a trobar-se periòdicament, dins el marc del Pla de Formació Permanent del Professorat del Vallès Oriental I, durant els cursos del 1995-96 al 1999-2000.

L'aprofundiment en les bases teòriques i, sobretot, pràctiques que han desenvolupat al voltant de l'àrea d'Educació Física els ha proporcionat un aprenentatge professional, que és el que s'espera del Pla de Formació, i un valor afegit, una reflexió escrita i un recull de recursos didàctics prou rellevant com per a ésser divulgat i compartit per altres companys i companyes dels centres educatius del nostre àmbit.

El Centre de Recursos Pedagògics del Vallès Oriental I, ha procurat fer-ne una publicació el màxim d'acurada possible perquè l'experiència didàctica que conté arribi a les mans dels especialistes d'Educació Física i de tot el professorat que entén la importància que té aquest tema en el desenvolupament social i cultural de la persona i el paper rellevant que, per aquesta raó, prenen els aprenentatges escolars que giren al seu entorn.

Esperem, doncs, que els materials editats proporcionin al professorat una visió engrescadora d'aquesta àrea, i els siguin una eina útil pel treball que dia rera dia porten a terme. Estem segurs que, en la tasca pedagògica que s'esdevé dins les aules, l'instrument que ara facilitem comportarà un increment en el desenvolupament dels valors educatius i formatius que contenen l'expressió corporal i la pràctica de l'esport i del joc, en definitiva l'educació física.

***Centre de Recursos Pedagògics del Vallès Oriental I
Granollers, juny de 2001***



INTRODUCCIÓ

El Treball que a continuació us presentem, és un recull de varies de les Propostes Didàctiques de Programació elaborades pel conjunt de participants dels diferents Seminaris d'Educació Física, realitzats entre els anys 1.995 al 2.000; inclosos en el Pla de Formació Permanent de Zona, impulsats pel Centre de Recursos del Vallès Oriental-I (Granollers) i l'Institut de Ciències de l'Educació de la Universitat de Barcelona.

Les Propostes Didàctiques són fruit dels esforços de coordinació i unificació de criteris dels mestres participants, fet que augmenta el seu valor, ja que suposa un consens de les diferents formes de veure i entendre l'Educació Física.

Són Unitats Didàctiques obertes -per poder-les aplicar a qualsevol de les nostre escoles- alhora que pràctiques -amb un bon recull de continguts, objectius i activitats-.

No pretenem aportar un treball exhaustiu de cada tema (per això ja hi ha altres publicacions més pròpies), ans al contrari; pretenem que les propostes siguin una eina vàlida pels mestres especialistes d'Educació Física, tant en la seva programació, com a la seva actuació immediata amb els alumnes.

Els mestres especialistes que les hem elaborat ja les hem dut a la pràctica (amb les adaptacions necessàries a cada centre) i podem valorar l'experiència de molt positiva.

Tanmateix, volem fer constar que els criteris d'elaboració bàsics de les Propostes es fonamenten en els establerts pel Departament d'Ensenyament, en el seu 1r.Nivell de Concreció ("Educació Primària: Currículum"), desenvolupant pràcticament tot el programa.

Queden aspectes a tractar, sens dubte. Reptes que enfrontar, segur. Noves propostes per desenvolupar...

De fet, això és el que ens anima a continuar el grup d'especialistes en les tasques de Seminari en propers cursos, reunions, cursos, trobades o grups de treball...

Però pel que vulgui començar a programar o contrastar el seu treball, aquí en té una bona mostra.



Preàmbul

Aquest treball ha estat realitzat pel Seminari d'Educació Física del Pla de Formació de Zona del Vallès Oriental I al llarg dels cursos 1995-96 a 1999-2000 i en són els autors:

VIÑALLONGA MORÉ, Carles; Coordinador del Seminari i de la publicació.

HERNÁNDEZ DÍAZ, Rosa M.; Il·lustradora.

DALMAU CARBÓ, Miquel; Disseny i maquetació.

Hi han col·laborat:

ARENAS VIGO, Elisabet

CARAVACA BERNADÓ, Francesc

CASELLAS LÓPEZ, Núria

DENCÀS RIGOL, Montserrat

FELIP BLANCH, Gemma

FERNÁNDEZ ROQUÉ, Xavier

GIL CAMPOS, M. Josep

GONZÁLEZ LÓPEZ, José Manuel

GUTIÉRREZ PASCUAL, J. Manuel

JIMÉNEZ RODRÍGUEZ, Mateo

MOLERO CILLÁN, M. Antònia

MOLINA FERNÁNDEZ, Francesc

MONJE DEL OLMO, Montserrat

MONTÀÑEZ URGELL, Rosa M.

ROCHE LÓPEZ, Montserrat

SERRADELL RIERA, M. Rosa

TUNEU ULLASTRE, Sílvia

VILLA LOBO, José Manuel

Hi han participat:

ALERM DE BUEN, Montserrat

ALONSO DE OCAMPO, Maria

BERENGUER ROMANS, Dolors

BOSQUE CASAS, F. Xavier

CAPDET BARRIO, Lúdia

FERNÁNDEZ LÓPEZ, Immaculada

FERRERES RÀMIA, Carme

GARCÍA BELLO, Carme

GIRBAU ESTEVE, Roser

HAWKINS CASTRO, Electra

IBAÑEZ NOGUES, Eva

JIMÉNEZ MONTILLA, M. Carme

MENCHÓN MARTÍNEZ, Lúdia

MORALES PEÑACOBIA, Luisa M.

PEDRON CASTELL, Joan

PÉREZ ALEMANY, M. Isabel

PÉREZ BUENO, Encarnación

PRAT GONZÁLEZ, M. Lluïsa

PULIDO MONTES, Josep

ROCA QUEROL, Pilar

SOTOCA HERNÁNDEZ, M. Luisa

TURA MASFERRE, Josep M.

VERDAGUER VILA, Anna

VILA MEDINA, Alcía

Una menció d'agraïment especial a en Josep Tuneu i Lloveras per la lectura crítica i les aportacions que han enriquit el treball i als membres de l'últim Seminari, que han realitzat la recopilació i revisió definitiva.