Curs: 2n ESO **22011-t Curricular**

Matèria: Physical activity and health

Tipus de matèria: Optativa

Matèria pràctica: Si

# Activitats i elements d’avaluació i la seva ponderació dins la nota de l’avaluació

# Quadrimestre únic

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Activitat** | **Descripció** | **Pes** |
| Examen Teòric 1 | * Hàbits saludables.
* Vocabulari bàsic sobre els hàbits saludables.
 | 30% |
| Examen teòric 2 | * El cos humà.
* Aparell locomotor.
* Vocabulari bàsic de les parts del cos, músculs i ossos.
 |
| Examen teòric 3 | * Elements bàsics de la condició física.
* Resistència, força i flexibilitat.
* Vocabulari bàsic de la condició física.
 |
| Examen teòric 4 | * L’escalfament.
* Vocabulari bàsic de l’escalfament i les seves parts.
 |
| Examen pràctic 1 | * Realització d’una sessió de fitness.
 | 30% |
| Examen pràctic 2 | * Circuit de força.
 |
| Examen pràctic 3 | * Realització d’una sessió d’escalfament.
 |
| Quadernet activitats | * Realització del quadernet
 | 10% |
| Actitudinals. | * Retards: el primer retard no justificat baixa 0.1 de la nota d'actituds, el segon 0.2, el tercer 0.4, ...
* Comportament: expulsió de l'activitat baixa un punt. Negatius per comportament incorrecte baixa 0.5 punts.
* Faltes de respecte al professor: baixa 4 punts.
* Faltes de respecte al companys: baixa 1 punt.
* Ús incorrecte del material: baixa 1 punt.
* Ús incorrecte de la instal·lació: baixa 1 punt.
* Equipament: no portar la roba baixa 0.5 punts, no portar-la completa baixa 0.1 punts.
 | 30% |

**Càlcul de la nota final de la matèria**

Com es calcula la nota final de la matèria, els arrodoniments que es fan..

L’avaluació final del quadrimestre optatiu de robòtica s’obté dels criteris i percentatges següents:

* 30 % exàmens teòrics.
* 30% exàmens pràctics
* 10% la realització a l’aula del quadernet d’activitats.
* 30% actitud.

**Recuperació**

**Final (Juny)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Activitat** | **Descripció** | **Pes** |
| Treball | L’alumnat suspès a la matèria optativa de Physical activity and Health, per poder optar a recuperar-la caldrà que el dia i hora de la sessió de recuperació presenti:* El quadernet d’activitat complert.
* Una presentació de google o power point amb una sessió d’escalfament en anglès i un atles anatòmic tant de músculs com d’ossos.
 | 100% |