

PROPOSTA DIDÀCTICA D'UN RAID D'AVENTURA DE 3 DIES

1 COMPETÈNCIES UTILITZADES.

La proposta del Raid d'aventura és basa de la programació d'educació física de 1er de Batxillerat corresponent al curs 2020/21 que parteix del decret 142/2008 de 15 de juliol, pel qual s'estableix l'ordenació dels ensenyaments de batxillerat i del Projecte Educatiu de Centre.

L'objectiu del projecte és procurar una formació integral en la qual els alumnes adoptin un major grau d'autonomia en els seus aprenentatges i coneixença de las possibilitats que ofereix els seu entorn proper per la realització d'activitats físiques.

1.1 Competències específiques de la matèria treballades.

Amb aquest projecte treballem les competències específiques de la matèria d'EF indicades al currículum d'EF de batxillerat.

La competència en el domini corporal i postural: Aquesta competència implica l'autoconeixement, el desenvolupament de les pròpies capacitats físiques, la utilització de les habilitats i destreses motrius en diferents situacions i medis, l'autocontrol corporals i la capacitat de gaudir de l'activitat física.

Durant tot el projecte els alumnes han de utilitzar les seves habilitats i destreses per superar el diferents reptes que plantegen les activitats i el medi. A més han de conèixer quines són les seves capacitats per realitzar la tria de rutes i grups de treball.

La competència en l'adquisició d'un estil de vida saludable: Comporta el coneixement, la valoració i la pràctica dels hàbits saludables, així com el reconeixement dels riscos que impliquin els hàbits no saludables.

Durant el projecte els alumnes poden aprendre la necessitat de portar un estil de vida saludable ja que veuen les dificultats que pot comportar no tenir-les pel repte que suposa. A més l'ambient distes de les activitats permet poder compartir estones d'intercanvi de coneixements entre els iguals i amb el professorat acompanyant.

La competència en l'ocupació activa del temps de lleure: permet la relació respectuosa de la persona amb el medi social i natural, ja que comporta l'aprofitament, l'organització i la gestió de l'activitat física com a recurs d'ocupació del temps lliure i facilita també la interiorització dels hàbits saludables a la vida quotidiana general.

Al desenvolupar-se en l'entorn proper permet conèixer les possibles activitats que poden realitzar en el seu temps de lleure. A més durant el projecte els alumnes participen en l'organització i per tant coneixen la necessitat de preveure les dificultats que es puguin presentar.

1.1.1 *Aportacions a les competències bàsiques de l'etapa:*

El raid contribueix al desenvolupament de les competències generals del batxillerat, especialment de la competència comunicativa, la competència personal i interpersonal i la competència en el coneixement i interacció amb el món.

En relació amb la **competència comunicativa**, com ja hem comentat durant aquests dies els alumnes han de treballar en grups i realitzar connexions i presentacions dels seus projectes entre els diferents grups de treball i la resta de participants (alumnat, professorat..). L'activitat es desenvolupa en 3 dies de convivència en els quals els

alumnes tenen possibilitat d'expressar les seves emocions i sentiments, intercanviar experiències amb els companys i amb el professorat acompanyant i tècnics esportius..

La competència personal adquireix una gran importància en pel que fa a l'autonomia de l'alumnat envers la cura de la seva persona i l'adquisició dels hàbits de vida saludables; també pel que fa a la capacitat d'autoexigència per aconseguir superar-se; pel que suposa la presa de decisions i l'assumpció de les conseqüències; la feina i l'organització en equip, mitjançant les activitats físiques col·lectives; el respecte i la solidaritat; la resolució negociada dels conflictes; l'acceptació de les diferents capacitats i habilitats dels altres i el seu aprofitament per al bé comú, etc.

Pel que fa a la competència de coneixement i interacció amb el món, desenvolupa principalment amb l'observació de les diferents activitats físiques com una pràctica social i cultural característica de la societat actual, pels valors i contravalors que se'n deriven i per la possibilitat de les persones d'inferir-hi.