

EDUCAZIONE FISICA

BIENNIO

CRITERI DI VALUTAZIONE:

- 1) CONSIDERAZIONE DELL'IMPEGNO PERSONALE, DELLA PARTECIPAZIONE ASSIDUA E DELLA MOTIVAZIONE ALLA MATERIA;
- 2) MIGLIORAMENTO DELLE CONOSCENZE, COMPETENZE E DELLE CAPACITA' ACQUISITE RISPETTO AL LIVELLO DI PARTENZA.

OBIETTIVI MINIMI

- 1) MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA' DI FORZA, VELOCITA', RESISTENZA E MOBILITA' ARTICOLARE RISPETTO AL LIVELLO DI PARTENZA;
- 2) SAPER UTILIZZARE SCHEMI MOTORI IN MODO EFFICACE ED ARMONICO;
- 3) SAPER SCEGLIERE GESTI ADEGUATI ALLE SITUAZIONI PROPOSTE;
- 4) MIGLIORAMENTO DEI GESTI TECNICI RELATIVI ALLE ATTIVITA' SPORTIVE PROPOSTE;
- 5) CONOSCERE LE PRINCIPALI NORME DI IGIENE E I PRINCIPALI TRAUMI SPORTIVI:

COMPETENZE

- 1) SAPER APPLICARE E RISPETTARE LE REGOLE DEI GIOCHI SPORTIVI PROPOSTI;
- 2) SAPER ESEGUIRE IN MODO ORDINATO E PRECISO I GESTI TECNICI, LE AZIONI MOTORIE RICHESTE.

TRIENNIO

CRITERI DI VALUTAZIONE

- 1) CONSIDERAZIONE DELL'IMPEGNO PERSONALE, DELLA PARTECIPAZIONE ASSIDUA E DELLA MOTIVAZIONE ALLA MATERIA;
- 2) MIGLIORAMENTO DELLE CONOSCENZE, COMPETENZE E DELLE CAPACITA' ACQUISITE RISPETTO AL LIVELLO DI PARTENZA.

OBIETTIVI MINIMI

- 1) MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA' DI FORZA, VELOCITA', RESISTENZA E MOBILITA' ARTICOLARE RISPETTO AL LIVELLO DI PARTENZA;
- 2) MIGLIORAMENTO DELL'ESECUZIONE DEI GESTI TECNICI RELATIVI ALL'ATTIVITA' SPORTIVE PROPOSTE;
- 3) CONOSCERE LE REGOLE E LE TATTICHE DEI GIOCHI DI SQUADRA E DI ALTRE DISCIPLINE PROPOSTE;
- 4) CONOSCERE LE NORME D'IGIENE E DI PRIMO SOCCORSO CON PARTICOLARE ATTENZIONE AI TRAUMI SPORTIVI;
- 5) CONOSCERE I PRINCIPI BASILARI DELL'ALLENAMENTO.

COMPETENZE

- 1) SAPER METTERE IN PRATICA GLI SCHEMI DI GIOCO ED ESSERE IN GRADO DI ARBITRARE UN INCONTRO;
- 2) SAPER REALIZZARE MOVIMENTI COMPLESSI, IN FORMA ECONOMICA E IN SITUAZIONE VARIABILE