

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO IST.COMPRENSIVO CAPANNOLI

EDUCAZIONE FISICA: OBIETTIVI DISCIPLINARI CLASSI 1[^] E 2[^]

1) REVISIONE E CONSOLIDAMENTO DELLO SCHEMA CORPOREO.
CONSOLIDAMENTO E SVILUPPO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE.

2) POTENZIAMENTO FISIOLOGICO.
SVILUPPO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI:

- A FORZA
- B RESISTENZA
- C VELOCITA'
- D MOBILITA'

3) AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA.

- .ACQUISIZIONE E PERFEZIONAMENTO DEI GESTI RICHIESTI DAI DIVERSI SPORT PROPOSTI.
- .RICONOSCIMENTO DEL VALORE DEL CONFRONTO E DELLA COMPETIZIONE.
- .RICONOSCIMENTO DEL VALORE ETICO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA.

4) CONOSCERE PER MIGLIORARE E STAR BENE CON SE STESSI.

- . PRESA DI COSCIENZA DEL PROPRIO STATO DI EFFICIENZA FISICA ATTRAVERSO L'AUTOVALUTAZIONE DELLE PERSONALI CAPACITA'E PRESTAZIONI.
- . SVILUPPO DI COMPORTAMENTI CORRETTI DAL PUNTO DI VISTA IGIENICO ALIMENTARE.

5) EDUCAZIONE ALLA CONVIVENZA CIVILE.
SVILUPPO DI COMPORTAMENTI SOCIALMENTE CORRETTI.

EDUCAZIONE FISICA: OBIETTIVI DISCIPLINARI CLASSI 3[^]

1) REVISIONE E CONSOLIDAMENTO DELLO SCHEMA CORPOREO.
ANTICIPAZIONE MOTORIA .

2)POTENZIAMENTO FISIOLOGICO.

SVILUPPO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI: .FORZA
.RESISTENZA
.VELOCITA'
.MOBILITA'

CONOSCENZA DEI POSSIBILI METODI DI ALLENAMENTO.

3) AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA.

ACQUISIZIONE E PERFEZIONAMENTO DEI GESTI RICHIESTI DAI DIVERSI SPORT PROPOSTI.

RICONOSCIMENTO DEL VALORE DEL CONFRONTO E DELLA COMPETIZIONE.

RICONOSCIMENTO DEL VALORE ETICO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA.

4) CONOSCERE PER MIGLIORARE E STAR BENE CON SE STESSI.

PRESA DI COSCIENZA DEL PROPRIO STATO DI EFFICIENZA FISICA IN RELAZIONE AI CAMBIAMENTI FISICI E PSICOLOGICI TIPICI DELLA PREADOLESCENZA.

SVILUPPO DI COMPORTAMENTI CORRETTI DAL PUNTO DI VISTA IGIENICO ALIMENTARE.

5) EDUCAZIONE ALLA CONVIVENZA CIVILE.

SVILUPPO DI COMPORTAMENTI SICURI PER SE E PER GLI ALTRI.

I DOCENTI DI ED. FISICA

.MASSIMILIANO SALVINI

.LAURA LUPI