

## Programmazione di Educazione Fisica

- Imparare a imparare
  - Competenze sociali e civiche
  - Senso di iniziativa e imprenditorialità

### Competenze trasversali:

OBIETTIVI	SOTTO OBIETTIVI	ABILITA'	METODOLOGIA	VERIFICA
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO ED IL TEMPO	COORDINAZIONE DESTREZZA TECNICA INDIVIDUALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sa eseguire percorsi misti</li> <li>-sa saltare la funicella</li> <li>-sa utilizzare gli attrezzi</li> <li>- sa correre velocemente e in modo prolungato</li> <li>- sa saltare in alto e in lungo</li> <li>- sa lanciare</li> <li>- sa applicare le tecniche corrette dei vari sport.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- METODO DIRETTIVO</li> <li>- PROBLEM – SOLVING</li> <li>- ESERCIZI INDIVIDUALI E A COPPIE</li> <li>- ESERCIZI A PICCOLI GRUPPI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PERCORSI E TEST</li> <li>- VALUTAZIONE DELLE TECNICHE DI ESECUZIONE NEI VARI SPORT</li> </ul>
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY	FOND. DI SQUADRA REGOLE ARBITRAGGIO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sa applicare le tecniche individuali al gioco di squadra</li> <li>-sa giocare nel rispetto delle regole</li> <li>-conosce le regole dei principali giochi e rispetta l'arbitro</li> <li>- sa arbitrare</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- OSSERVAZIONI SISTEMATICHE NELLE FASI DI GIOCO</li> <li>- OSSERVAZIONI SULL'ARBITRAGGIO</li> </ul>
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA, IMPEGNO	CONSAPEVOLEZZA COLLABORAZIONE CONOSCENZA DI OBIETTIVI E FINALITA' IMPEGNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>-conosce i vantaggi che l'attività fisica arreca al corpo e alla mente</li> <li>- sa valutare le proprie capacità e possibilità fisiche</li> <li>- sa utilizzare gli attrezzi in palestra in modo da non arrecare danno a sé e agli altri</li> <li>- sa collaborare con compagni e insegnanti</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- DOMANDE RIGUARDANTI GLI ESERCIZI EFFETTUATI E LA LORO UTILITA'</li> <li>- AUTOVALUTAZIONE DEI PROPRI RISULTATI</li> </ul>

