

**Istituto Comprensivo “Luigi Capuana” – Mineo**  
**Anno Scolastico 2019/20**

**CURRICOLO DI:EDUCAZIONE FISICA**

**SCUOLA: SECONDARIA DI I GRADO**

**CLASSI SECONDE**

INDICATORI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE (saper)
A)CONSOLIDARE E POTENZIARE LE ATTIVITA' DI BASE IN SITUAZIONI DIVERSIFICATE	1-UTILIZZARE E COORDINARE DIVERSI SCHEMI MOTORI UTILIZZARE LE ATTIVITA' PROPOSTE PER INCREMENTARE LE CAPACITA' CONDIZIONALI	-CONOSCE I PARAMETRI FISIOLOGICI E LE PAUSE DI RECUPERO CONOSCE LE DIVERSE METODICHE DI ALLENAMENTO E LE APPLICA CORRETTAMENTE -
B)PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' MOTORIE DI GIOCO APPLICANDO LE REGOLE	1-CONOSCERE E APPLICARE I PRINCIPALI ELEMENTI TECNICI DI ALCUNE DISCIPLINE SPORTIVE	-UTILIZZA LE ABILITA' MOTORIE E SPORTIVE ADATTANDO IL MOVIMENTO IN SITUAZIONE MANTENERE IL CONTROLLO E LA CONCENTRAZIONE
C)SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE, SICUREZZA	3RISPETTARE LA PROPRIA PERSONA SCEGLIERE STILI DI VITA ATTIVI	CURA LA PROPRIA IGIENE PERSONALE CONOSCE LE NORME IGIENICHE DA SEGUIRE DOPO UNA LEZIONE IN PALESTRA