

I.P.S.S.S. DE AMICIS PROGRAMMAZIONE DI EDUCAZIONE FISICA					
CLASSI	TRIENNIO	OTTICA, ODONTOTECNICA			
		anno scolastico			
COMPETENZE FONDAMENTALI	Saper applicare le regole e i fondamentali in una fase di gioco, Saper riprodurre una tecnica e utilizzare attrezzi specifici, Saper collaborare nel gruppo,		Saper migliorare una prova, Saper controllare emozioni, Saper utilizzare un linguaggio tecnico,		Saper rielaborare le cose apprese.
PREREQUISITI	COMPETENZE SINTETICHE	DECLINAZIONE COMPETENZE	UFC NUCLEI TEMATICI	DURATA	PROVE RILEVAZIONE CONOSCENZE
fondamentali individuali	fondamentali di squadra-giocare in diversi ruoli-rispettare le regole e i compagni	gioco di squadra palleggio-bager battuta-a tennis muro schiacciata	pallavolo	6/8 moduli	rilevazioni individualizzate possibile questionario osservazione dell'insegnante
		fondamentali individualizzate terzo tempo, passaggio-tiro, spostamenti. Gioco con le regole	pallacanestro	6/8 moduli	percorso sulle diverse abilità e a tempo possibile questionario e osservazione dell'insegnante
		controllare il pallone in corsa mirare, controllo della palla con i piedi:ricezione-passaggio-tiro e applicare e rispettare le regole	calcio a 5	6/8 moduli	percorso sulle diverse abilità e a tempo possibile questionario e osservazione dell'insegnante
	fondamentali	ricevere e rinviare correttamente la palla durante dei palleggi in singolo e in coppia, partita e conoscenza delle regole di gioco	Tennis Tavolo	4 moduli	torneo,osservazione dell'insegnante eventuale questionario
patroneggiare il corpo durante un rovesciamento della statica	sapersi rapportare a situazioni nuove e risolverle capovolgimentodella statica	adattarsi alle varianti	giochi di regole	2moduli	osservazione dell'insegante eventuale questionario
	capacità coordinative e condizionali	capovolgere la statica in sospensione alla spalliera tenere x almeno "3"secondi la verticale in appoggio alla spalliera tenere per almeno "3"ls verticale senza appoggio	preacrobatica verticale assistita	3 moduli	osservazione dell'insegante eventuale questionario
		gestire tre3 palline in movimento gestire l'attrezzo come oggetto specifico e di riporto	piccoli attrezzi + giocoliere cervhi bastoni	3 moduli	prove strutturate test dell'esegono
	performance	prolungare uno sforzo senza fermarsi e migliorandosi riprodurr euna tecnica	atletica leggera corsa lenta e veloce, un salto, un lancio	12 moduli	test di cooper ridotto,prove coonometrate sulla breve distanza, prove con misurazione
	teoria	conoscenza del corpo umano, apparati e sistemi, doping, traumatologia, primo intervento.	copacità di utilizzo del linguaggio appropriato, capacità di intervento	10 moduli	questionario, prove di esercitazione