orereta ikastola AURRERA!

DBH3.1 Heziketa Fisikoa: Ezagutzak

Helburu didaktikoak	Ebaluazio adierazleak
1. Jarduera fisikoak osasunean duen eragina eta higiene-ohitura nahiz jarrera osasungarrien onurak identifikatu, aztertu eta aplikatu jarduera fisikoa egitean.	1.1.Heziketa fisikoa egitean arropa eta higienea zaintzen ditu.
	1.2. Bere ezaugarri fisiko/psikologikoak ezagutzen eta onartzen ditu eta hobetzeko ahalegina egin du.
2. Beroketa eta ariketa motak identifikatu eta praktikan jartzea, lesio baten errekuperazioan arreta berezia ipiniz.	2.1. Beroketarako hautatutako jarduerak ondoren gauzatu beharreko kirol ekintzara bideratzeko gai da.
	2.2. Talde lanean beroketa bat diseinatu eta klasearen aurrean aurkeztu eta bideratzeko gai da.
	2.3. Lesio batetik errekuperatzen ari den pertsonaren ezaugarriak kontuan hartu eta ariketak bere beharretara egokitzeko gai da.
3. Sokasaltoko jauzi mota ezberdinak erabiliz taldeko emanaldia sortzea.	3.1. Jauzi ezberdinen teknika barneratu eta horiek sekuentziatzeko gai da.
	3.2. Taldean modu koordinatuan emanaldia antolatu eta aurrera eramateko gai da.
4. Futbolaren araudia eta joko dinamika lantzea eta scooterren gaineko irristaketarekin uztartzea.	4.1. Futbolaren oinarrizko barne logika ulertu eta jolas egoeran aplikatzeko gai da (araudia).
	4.2. Landutako aspektu tekniko eta taktikoak partida egoeretan aplikatzeko gai da.
	4.3. Futboleko eta irristaketako ezagutzak uztartu eta transferituz scooter gaineko partida egoerak jokatzeko gai da.