

DBH4.2 Heziketa Fisikoa: Edukiak

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 higiena zaintzen ditu. 1.2. Bere ezaugarri fisiko/psikologikoak ezagutzen eta onartzen ditu eta hobetzeko ahalegina egin du.
2. Sare kirol ohikoenen oinarriak errepasatu eta praktikan jartzea.	2.1. Sare kirolen oinarrizko arautegia ezagutu eta joko egoeretan modu egokian aplikatzen du. 2.2. Sare kirolen trebetasunak eta teknika ezagutzen ditu.
3. Oinarri gimnastikoak landu eta horiek modu seguruan erabiliz taldeko emanaldia sortzea.	3.1. Gimnastikako oinarrizko teknika bameratu eta taldeko emanaldian aplikatzeko gai da. 3.2. Landutakoa modu seguruan aplikatzeko gai da. 3.3. Taldeko emanaldian modu koordinatu eta koherentean aritzeko gai da. 3.4. Talde lanean modu ekintzailean aritu da.
4. Lehen sorospenen inguruan sakondu eta esku-hartzeak praktikatzea.	4.1. Saio teorikoetan landutakoa simulakro praktikoetan aplikatzeko gai da. 4.2. Egoera ezberdinak identifikatu eta horiei modu egokian erantzuteko gai da. 4.3. Desfibriladore automatikoa egoera eta modu egokian erabiltzeko gai da. 4.4. Bihotz berpizte maniobra modu egokian aurrera eramateko gai da.