**TRIENNIO - OBIETTIVI MINIMI**

|  |  |
| --- | --- |
| **Disciplina: Scienze motorie e sportive**  | **Ore settimanali: 2** |
| **NUCLEO** | **COMPETENZE** | **OBIETTIVI D’APPRENDIMENTO** | **CONTENUTI** |
| Espressività corporea.Gioco; gioco-sportSicurezza e corretti stili di vitaCrescere sani e fortiUn valido mezzo per socializzare La vita è tua, nutrila correttamenteIL valore della corporeitàSalute e benessere | * Saper padroneggiare i movimenti motorie e personali.
* Imparare a lavorare in gruppo valorizzando le attitudini individuali.
* Conoscere i principi che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e benessere;
* Acquisire i valori interculturali del movimento, del gioco e dello sport.
* Conoscere i principi per l’adozione di corretti stili di vita.
* Conoscere il concetto di salute e di alimentazione.
 | * Conoscere il valore dello sport e il suo ruolo educativo;
* Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso;
* Riconoscere gli aspetti comunicativi e relazionali dell’attività sportiva.
* Essere consapevoli delle potenzialità delle scienze motorie e sportive per il benessere individuale e per il mantenimento della salute.
* Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della propria salute.
 | * Sviluppo e miglioramento degli schemi corporei.
* Giochi sportivi di squadra.
* Favorire il mantenimento dello stato di salute .
* Esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi.
* Sport scolastici di squadra.
* Igiene alimentare.
 |
| **Metodi** | **Strumenti** | **Verifiche** | **Valutazione** |
| Lezione frontale e interattiva, attività per gruppo. | Palestra, piccoli attrezzi e libri di testo. | Test  | Si fa riferimento alla griglia di valutazione del dipartimento di Scienze Motorie |