**TRIENNIO - OBIETTIVI MINIMI**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Disciplina: Scienze motorie e sportive** | | **Ore settimanali: 2** | |
| **NUCLEO** | **COMPETENZE** | **OBIETTIVI D’APPRENDIMENTO** | **CONTENUTI** |
| Espressività corporea.  Gioco; gioco-sport  Sicurezza e corretti stili di vita  Crescere sani e forti  Un valido mezzo per socializzare  La vita è tua, nutrila correttamente  IL valore della corporeità  Salute 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 |