



PROGRAMMAZIONE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

PER OBIETTIVI MINIMI a.s. 2024/ 2025

CLASSI TERZE

<i>Il Dipartimento stabilisce i seguenti obiettivi minimi obbligatori in termini di conoscenze, abilità competenze per le classi terze (anche per il recupero).</i>		
Competenze	Abilità	Conoscenze
Essere in grado di orientarsi nello spazio.	Saper eseguire una sequenza motoria semplice.	Schemi motori di base.
Essere in grado di stare in un gioco socializzando con i compagni.	Conoscere i fondamentali individuali di almeno un gioco di squadra.	Giochi di squadra . Elementi e fondamentali di Pallavolo, Basket, Tennis Tavolo, Calcio a 5, Badminton, Padel.
Essere in grado di seguire una partita divertendosi e sostenendo una squadra.	Saper coadiuvare nell'arbitraggio di almeno un'attività sportiva	Conoscere le regole e i fondamentali degli sport praticati.
Essere in grado di telefonare correttamente al 118 e chiedere aiuto.	Conoscere le norme essenziali e applicative del primo soccorso.	Conoscere gli elementi essenziali da inserire in una telefonata al pronto soccorso.
Essere in grado di riconoscere i principali pasti della giornata e come vanno suddivisi.	Conoscere le norme essenziali di una sana alimentazione (suddivisione dei pasti).	Conoscere in maniera elementare quali sono gli alimenti che appartengono alle categorie dei carboidrati, delle proteine e dei grassi.