

**SCIENZE MOTORIE  
CONTENUTI MINIMI PER IL BIENNIO  
COMPETENZE ABILITÀ CONOSCENZE**

Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale

Eseguire differenti azioni motorie, utilizzando le informazioni dei canali sensoriali in coerenza con le competenze possedute

Conosce le potenzialità del movimento del proprio corpo in relazione all'organizzazione minima di un'attività motoria.

Coordinazione, schemi motori, equilibrio, orientamento nello spazio

Realizzazione idonea dell'azione motoria richiesta, con risposte sempre più articolate.

Conoscere gli schemi motori statici e dinamici.

Espressività corporea

ideare e realizzare sequenze di movimento danzate e di espressione corporea .

Conoscere i diversi linguaggi non verbali.

Gioco, gioco-sport, sport

Praticare con sufficiente abilità più discipline sportive

Conoscere e rispettare le regole.

Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute.

Assumere comportamenti funzionali e responsabili per la sicurezza in palestra a scuola e negli spazi aperti.

Conoscere l'importanza della prevenzione attiva e passiva negli ambienti sportivi e scolastici.

Ambienti naturali e acquaticità

Sapersi esprimere, orientare in attività ludiche e sportive in ambiente naturale  
Saper dominare in certi contesti sportivi l'ambiente.

Conoscere diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale e in acqua

**CONTENUTI DISCIPLINARI MINIMI PER IL TRIENNIO  
COMPETENZE ABILITÀ CONOSCENZE**

Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale.

Assumere posture corrette

Mettere in atto gli adattamenti necessari riferiti ad un'attività motoria abituale, utilizzando varie informazioni sensoriali.

Conoscere le posture corrette del corpo e gli elementi essenziali delle funzioni fisiologiche e del movimento.

Coordinazione, schemi motori, equilibrio, orientamento nello spazio.

Realizzazione idonea dell'azione motoria richiesta, con risposte adeguate.

Conoscere gli schemi motori statici e dinamici.

Espressività corporea

Ideare e realizzare sequenze di movimento danzate e di espressione corporea.

Riconoscere i diversi linguaggi non verbali.

Gioco, gioco-sport, sport.

Cooperare in squadra utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.

Saper svolgere il ruolo di allenatore

Saper svolgere il ruolo di animatore

Saper svolgere il ruolo di dirigente e management sportivo

Conoscere e praticare in modo corretto ed essenziale i principali giochi sportivi e sport.

Conoscere ed applicare metodiche e metodologie

Conoscere le attivazioni per coinvolgere e far partecipare in modo attivo gli allievi

Conoscere il funzionamento di un'associazione sportiva

Conoscere le varie fasi per organizzare un evento

Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute

Assumere comportamenti funzionali e responsabili per la sicurezza in palestra a scuola e negli spazi aperti.

Conoscere l'importanza della prevenzione attiva e passiva negli ambienti sportivi e scolastici.

Ambienti naturali e acquaticità.

Sapersi esprimere ed orientare in attività ludiche e sportive in ambiente naturale.

Saper dominare in certi contesti sportivi l'ambiente.

Riconoscere diverse attività motorie e sportive in ambiente naturale e in acqua.