

## OBIETTIVI MINIMI

### 1° Biennio:

- saper correre per almeno 10 minuti senza interruzione;
- saper riconoscere e riprodurre posizioni statiche e dinamiche del corpo (terminologia specifica della disciplina);
- saper utilizzare gli schemi motori di base anche con informazioni sensoriali controllate ed adeguate al contesto (risoluzione di problemi elementari);
- conoscere le regole e i fondamentali di base degli sport praticati in ambiente scolastico.

### 2° Biennio:

- sapersi orientare utilizzando informazioni sensoriali e variazioni di ritmo, in diversi contesti;
- saper rispettare le proprie capacità e i propri limiti;
- saper realizzare in modo idoneo ed efficace l'azione motoria richiesta;
- saper utilizzare in modo appropriato gli attrezzi e le strutture sportive.

### 5° anno:

- conoscere elementari nozioni sulla tutela della salute e sulla prevenzione dagli infortuni;
- conoscere ed applicare i principi di un corretto stile di vita;
- essere in grado di effettuare collegamenti multidisciplinari in vari contesti.