

**DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE  
SAPERI MINIMI**

**CLASSE QUARTA**

**COMPETENZE**

- Collaborare e partecipare, agire in modo autonomo, responsabile e propositivo.
- Saper intervenire nella pratica degli sport proposti: saper eseguire le tecniche fondamentali, saper assumere ruoli diversi e responsabilità.
- Saper gestire situazioni conflittuali.
- Migliorare le capacità di socializzazione e collaborazione, con compagni ed insegnanti.

**CONOSCENZE**

- Regolamenti relativi ai giochi sportivi praticati e arbitraggio.
- Elementi di traumatologia dello sport.
- Elementi di educazione alimentare: informazioni sull'alimentazione corretta.
- Conoscenza minima delle norme di sicurezza.

**CAPACITA'**

- Memorizzare sequenze motorie.
- Comprendere regole.
- Svolgere mansioni arbitrali ed organizzative dell'attività in palestra.
- Interagire positivamente con gli altri sapendosi adattare a ruoli diversi, rispettando regole e decisioni arbitrali.

**CONTENUTI**

- Esercizi di stretching.
- Giochi individuali, collettivi e di gruppo.
- Sport di squadra.
- Ginnastica .
- Atletica leggera.
- Tennis Tavolo.