

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**Classe** I

Obiettivo Formativo: SALUTE,PREVENZIONE,BENESSERE	Traguardi di Competenze <i>(Indicazioni Nazionali 2012)</i>	Obiettivi Apprendimento	Conoscenze	Obiettivi minimi	Metodologia
	-Conoscenza del proprio corpo e delle principali funzioni fisiologiche. -Principi di alimentazione. -Rispetto dei propri compagni e delle regole di gruppo. -Capacità di socializzazione e cooperazione con il gruppo. -Conoscenza degli spazi e degli spazi e degli strumenti e loro corretto uso.	-Conoscenza dei principi nutrizionali e dei comportamenti alimentari. -Giungere, secondo i propri tempi alla presa di coscienza che l'attività fisica migliora le qualità coordinative e condizionali facendo acquisire uno stato di benessere.	-Saper rispettare le norme di sicurezza nella pratica sportiva.	.Corretta igiene personale. .Conoscenza delle regole di base per una corretta alimentazione. -Individuare il rapporto tra la pratica sportiva e un corretto stile di vita. -Stabilire corretti rapporti interpersonali accettando correzioni e sconfitte.	☐ <i>Apprendimento Cooperativo (Cooperative Learning).</i> ☐ <i>Tutoring.</i> ☐ <i>Didattica ludica.</i> ☐ <i>Ricerca-Azione.</i> ☐ <i>Lezione frontale, partecipata e dialogata.</i> ☐ <i>Modelling.</i> ☐ <i>Scaffolding.</i> ☐ <i>Problem solving.</i> ☐ <i>Individualizzazione e personalizzazione.</i> ☐ <i>Metacognizione.</i>