

IC VILLA GUARDIA CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE (Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio – 18 dicembre 2006) **CHE LE ATTIVITÀ PROPOSTE NELL'AMBITO DISCIPLINARE RICHIEDONO E CONCORRONO IN MODO SPECIFICO A SVILUPPARE**

- 1) **LA COMUNICAZIONE NELLA MADRELINGUA** è la capacità di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale sia scritta (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) e di interagire adeguatamente e in modo creativo sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali, quali istruzione e formazione, lavoro, vita domestica e tempo libero.
- 2) **CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE** riguarda l'importanza dell'espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni in un'ampia varietà di mezzi di comunicazione, compresi la musica, le arti dello spettacolo, la letteratura e le arti visive.
- 3) **IL SENSO DI INIZIATIVA E L'IMPRENDITORIALITÀ** concernono la capacità di una persona di tradurre le idee in azione. In ciò rientrano la creatività, l'innovazione e l'assunzione di rischi, come anche la capacità di pianificare e di gestire progetti per raggiungere obiettivi.
- 4) **LA COMPETENZA DIGITALE** consiste nel saper utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione per il lavoro, il tempo libero e la comunicazione. Essa implica abilità di base nelle tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC): l'uso del computer per reperire, valutare, conservare, produrre, presentare e scambiare informazioni nonché per comunicare e partecipare a reti collaborative tramite Internet.
- 5) **IMPARARE A IMPARARE** è l'abilità di perseverare nell'apprendimento, di organizzare il proprio apprendimento anche mediante una gestione efficace del tempo e delle informazioni, sia a livello individuale che in gruppo.
Questa competenza comprende la consapevolezza del proprio processo di apprendimento e dei propri bisogni, l'identificazione delle opportunità disponibili e la capacità di sormontare gli ostacoli per apprendere in modo efficace.
Questa competenza comporta l'acquisizione, l'elaborazione e l'assimilazione di nuove conoscenze e abilità come anche la ricerca e l'uso delle opportunità di orientamento.
Il fatto di imparare a imparare fa sì che i discenti prendano le mosse da quanto hanno appreso in precedenza e dalle loro esperienze di vita per usare e applicare conoscenze e abilità in tutta una serie di contesti: a casa, sul lavoro, nell'istruzione e nella formazione. La motivazione e la fiducia sono elementi essenziali perché una persona possa acquisire tale competenza.

SCUOLA PRIMARIA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria (PRESCRITTIVI - Indicazioni Nazionali -)

- a) L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.
- b) Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.
- c) Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- d) Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- e) Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.
- f) Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.
- g) Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

BISOGNI FORMATIVI RILEVATI			
AREA DELLA PERSONA (identità... <i>relazionalità</i> ...)		AREA DISCIPLINARE	
SCELTE CONDIVISE STRATEGIE DIDATTICHE - METODOLOGIE – STRUMENTI - MODALITÀ ORGANIZZATIVE DI LAVORO (lezioni frontali con partecipazione attiva del gruppo classe – conversazioni cognitive – laboratori- apprendimento cooperativo - piccoli gruppi – a coppie – individuale... schemi mappe giustificazioni/argomentazioni/esposizioni orali e scritte)			
Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE PRIMA PRIMARIA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Sperimentare abilità motorie e coordinarle	Schema corporeo: il nome di alcune parti del corpo e le loro possibilità di movimento. I principali concetti spaziali (sopra, sotto, dentro, fuori, davanti, dietro, destra e sinistra).	Sa eseguire movimenti con le parti del corpo indicate. Sa eseguire movimenti in relazione allo spazio e al tempo.	Strisciare, camminare, rotolare, correre, saltare. Muoversi nello spazio utilizzando andature diverse. Muoversi nello spazio con semplici attrezzi (palla) o senza .
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Utilizzare l'espressività corporea	Dimensione espressiva e comunicativa del movimento.	Sa percepire e sa eseguire un ritmo.	Eseguire azioni motorie in sequenza o seguendo un ritmo. Utilizzare la mimica facciale per esprimere emozioni. Giochi di imitazione.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco e giocosport	Giochi di movimento.	Sa rispettare le principali regole di gioco. Sa prestare attenzione e memorizzare azioni e regole.	Giochi in coppia, in piccolo gruppo, di squadra. Percorsi. Staffette.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Riconoscere il benessere che deriva dall'attività motoria	Riconoscimento di sensazioni e segnali corporei legati al senso di benessere derivato dall'attività motoria. Scoperta e condivisione delle regole necessarie per muoversi e giocare in sicurezza nello spazio palestra.	Sa muoversi nello spazio palestra rispettando le regole di sicurezza.	Avere corrette abitudini igieniche (cambiare le scarpe prima dell'attività fisica). Muoversi nello spazio salvaguardando la propria e altrui incolumità. Riporre gli attrezzi al loro posto.
Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE SECONDA PRIMARIA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
	Nomenclatura di alcune parti del corpo e scoperta delle loro diverse possibilità di	Sa eseguire movimenti con le parti del corpo indicate.	Strisciare, camminare, rotolare, correre, saltare. Muoversi nello spazio

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Sperimentare abilità motorie e coordinarle	movimento. Principali concetti spaziali (sopra, sotto, dentro, fuori, davanti, dietro, destra, sinistra).	Sa eseguire movimenti in relazione allo spazio e al tempo.	utilizzando andature diverse. Muoversi nello spazio con semplici attrezzi (palla, cerchio, funicella) o senza.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Utilizzare l'espressività corporea	La dimensione espressiva e comunicativa del movimento.	Sa percepire e sa eseguire un ritmo.	Eseguire azioni motorie in sequenza o seguendo un ritmo. Utilizzare la mimica facciale per esprimere emozioni. Giochi di imitazione
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco e giocosport	Giochi di movimento a corpo libero e con piccoli attrezzi (palla, funicella, cerchi, birilli)	Sa rispettare le principali regole di gioco. Sa prestare attenzione e memorizzare azioni e regole.	Giochi in coppia, in piccolo gruppo, di squadra. Percorsi. Staffette.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Riconoscere il benessere che deriva dall'attività motoria	Riconoscimento di sensazioni e segnali corporei legati al senso di benessere derivato dall'attività motoria. Regole dello spazio palestra.	Sa muoversi nello spazio palestra rispettando le regole di sicurezza.	Avere corrette abitudini igieniche (cambiare le scarpe prima dell'attività fisica). Muoversi nello spazio salvaguardando la propria e altrui incolumità. Riporre gli attrezzi al loro posto.
Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE TERZA PRIMARIA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Padroneggiare abilità motorie.	Le parti del corpo e le loro possibilità di movimento. La lateralità e la dominanza. Le variazioni strutturali del corpo (altezza e peso) e le variazioni fisiologiche del corpo legate al movimento (respirazione, battito cardiaco). Schemi motori di base anche in forma combinata. I concetti spaziali.	Sa capire la differenza tra posizioni statiche e dinamiche. Sa riconoscere la lateralità su sé e su gli altri. Sa comprendere i cambiamenti morfologici. Sa eseguire semplici schemi motori combinati (correre, lanciare, correre, palleggiare...) Sa organizzare il proprio movimento in relazione a spazio e tempo, oggetti e persone.	Saltare con diverse modalità. Rotolare. Strisciare sotto un attrezzo. Correre con andature diverse. Eseguire esercizi con il lato del corpo indicato.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	Differenti modalità di espressione delle emozioni.	Sa eseguire gesti e posture per comunicare emozioni. Sa eseguire una semplice danza utilizzando	Rappresentare con il movimento vissuti, emozioni, azioni. Utilizzare il corpo per

Utilizzare l'espressività corporea.		movimenti codificati su moduli ritmici.	comunicare.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco e gioco-sport.	Giochi tradizionali di movimento (liberi con piccoli attrezzi e grandi attrezzi) Elementi di gioco- sport	Sa partecipare ai giochi di gruppo con spazi definiti e semplici regole. Sa assumere un atteggiamento positivo nell'accettare i ruoli. Sa comprendere e prevedere le intenzioni degli altri in situazioni di gioco. Sa memorizzare schemi e regole.	Giocare in coppia, in piccolo gruppo, in squadra. Giochi di imitazione. Giochi ad eliminazione. Staffette. Percorsi
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Riconoscere il benessere che deriva dall'attività.	I principali attrezzi e la loro collocazione.	Sa utilizzare in modo sicuro le attrezzature sportive. Sa affrontare con tranquillità le esperienze proposte con fiducia nelle proprie capacità.	Utilizzare gli attrezzi in modo corretto. Avere corrette abitudini igieniche.
Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE QUARTA PRIMARIA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Padroneggiare abilità motorie.	Le parti del corpo e le loro possibilità di movimento. La lateralità e la dominanza. Le variazioni strutturali del corpo (altezza e peso) e le variazioni fisiologiche del corpo legate al movimento (respirazione, battito cardiaco). Schemi motori di base anche in forma combinata. I concetti spaziali.	Sa capire la differenza tra posizioni statiche e dinamiche. Sa riconoscere la lateralità su sé e su gli altri. Sa comprendere i cambiamenti morfologici. Sa eseguire semplici schemi motori combinati (correre, lanciare, correre, palleggiare...) Sa organizzare il proprio movimento in relazione a spazio e tempo, oggetti e persone.	Saltare con diverse modalità. Rotolare. Strisciare sotto un attrezzo. Correre con andature diverse. Eseguire esercizi con il lato del corpo indicato.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Utilizzare l'espressività corporea.	Differenti modalità di espressione delle emozioni.	Sa eseguire gesti e posture per comunicare emozioni. Sa eseguire una semplice danza utilizzando movimenti codificati su moduli ritmici.	Rappresentare con il movimento vissuti, emozioni, azioni. Utilizzare il corpo per comunicare.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco e gioco-sport.	Giochi tradizionali di movimento (liberi con piccoli attrezzi e grandi attrezzi) Elementi di gioco- sport	Sa partecipare ai giochi di gruppo con spazi definiti e semplici regole. Sa assumere un atteggiamento positivo nell'accettare i ruoli. Sa comprendere e prevedere le intenzioni degli altri in situazioni di gioco. Sa memorizzare schemi e regole.	Giocare in coppia, in piccolo gruppo, in squadra. Giochi di imitazione. Giochi ad eliminazione. Staffette. Percorsi
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	I principali attrezzi e la loro	Sa utilizzare in modo sicuro le attrezzature sportive.	Utilizzare gli attrezzi in modo corretto.

Riconoscere il benessere che deriva dall'attività.	collocazione.	Sa affrontare con tranquillità le esperienze proposte con fiducia nelle proprie capacità.	Avere corrette abitudini igieniche.
Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE QUINTA PRIMARIA	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO Padroneggiare abilità motorie.	Potenzialità di movimento del corpo. Variazioni fisiologiche in relazione al movimento. Modificazioni strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo. Schemi motori di base anche in forma combinata. Collocazione del corpo in relazione allo spazio e al tempo.	Sa controllare i segmenti corporei e il loro movimento. Sa riconoscere le modifiche cardiorespiratorie durante il movimento. Sa riconoscere i cambiamenti morfologici del corpo. Sa padroneggiare schemi motori combinati con e senza attrezzi. Sa sviluppare l'indipendenza segmentaria. Sa organizzare il proprio movimento in relazione a spazio e tempo con oggetti e in gruppo.	Utilizzare gli arti nei lanci, nelle prese, nei calci. Passare la palla a un compagno in movimento. Arrampicarsi/salire sui grandi attrezzi. Orientarsi in spazi definiti con e senza attrezzi. Muoversi contemporaneamente rispetto ad un oggetto o a un compagno. Controllare l'equilibrio con e senza oggetto. Riconoscere la funzione del riscaldamento.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA Utilizzare l'espressività corporea	Le differenti modalità di espressione delle emozioni attraverso il movimento.	Sa trasmettere emozioni attraverso i gesti. Sa muoversi in base alla qualità del movimento. Sa elaborare semplici coreografie	Utilizzare il corpo per comunicare. Eseguire danze e movimenti ritmici.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY Partecipare al gioco e gioco sport.	Giochi di movimento. Gli elementi del gioco sport e delle discipline sportive sperimentate (minibasket – mini volley).	Sa rispettare le regole di gioco. Sa cooperare e accettare i ruoli. Sa comprendere e prevedere le intenzioni degli altri nelle situazioni. Sa memorizzare schemi e regole. Sa scegliere azioni utili per l'obiettivo del gioco.	Accettare le proposte di gioco e il ruolo assegnato. Incoraggiare i compagni. Riconoscere onestamente i risultati. Riconoscere l'obiettivo ed elaborare semplici strategie.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA Riconoscere il benessere che deriva dall'attività motoria.	Modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni. Attività motoria e ludico espressiva per l'acquisizione di un corretto stile di vita.	Sa utilizzare in modo corretto spazi e attrezzature. Sa riconoscere il benessere derivato dal movimento e dal gioco.	Utilizzare gli attrezzi in modo corretto. Partecipare all'attività fisica in modo regolare e attivo. Avere corrette abitudini igieniche. Assistere i compagni in difficoltà.

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado (PRESCRITTIVI - Indicazioni Nazionali -)

- A. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
 B. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.
 C. Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (*fair – play*) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.
 D. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.
 E. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.
 F. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

BISOGNI FORMATIVI RILEVATI

AREA DELLA PERSONA (identità... relazionalità...)

AREA DISCIPLINARE

SCELTE CONDIVISE

STRATEGIE DIDATTICHE - METODOLOGIE – STRUMENTI - MODALITÀ ORGANIZZATIVE DI LAVORO

(lezioni frontali con partecipazione attiva del gruppo classe – conversazioni cognitive – laboratori- apprendimento cooperativo - piccoli gruppi – a coppie – individuale... schemi mappe giustificazioni/argomentazioni/esposizioni orali e scritte)

Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE PRIMA SEC. PRIMO GRADO	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO - Saper realizzare movimenti che richiedono l'associazione dei diversi segmenti corporei. - Saper svolgere attività in situazioni di equilibrio. - Saper compiere movimenti utilizzando oggetti e attrezzi attraverso varie modalità. - Saper effettuare con entrambe le mani lanci con oggetti diversi per forma e peso. - Saper occupare uno spazio in relazione agli altri e agli oggetti. - Saper realizzare uno sforzo prolungato nel tempo. - Saper reagire prontamente ad uno stimolo. - Saper effettuare esercitazioni miranti al miglioramento articolare e al potenziamento	- Capacità coordinative: Coordinazione dinamica generale. Coordinazione oculo-manuale Coordinazione oculo-podolica Orientamento spazio-temporale. - Capacità fisiche: Resistenza Velocità Forza Mobilità articolare	Sa realizzare movimenti che richiedono l'associazione dei diversi segmenti corporei. Sa svolgere attività in situazioni di equilibrio. Sa compiere movimenti utilizzando oggetti attraverso varie modalità. Sa effettuare con entrambe le mani lanci con oggetti diversi per forma e peso. Sa occupare uno spazio in relazione agli altri e agli oggetti. Sa organizzare il proprio movimento rispetto a sé, agli altri, agli oggetti e all'ambiente Sa adattarsi a ritmi differenti. Sa realizzare uno sforzo prolungato nel tempo. Sa reagire prontamente ad uno stimolo.	Correre, saltare, arrampicarsi, lanciarsi, afferrare, rotolare. Uso di piccoli e grandi attrezzi codificati e non. Esecuzione di andature e posizioni. Lavori specifici per l'equilibrio. Percorsi misti, con ostacoli e senza. Staffette. Attività di gioco che richiedono un utilizzo semplice delle proprie capacità coordinative.

muscolare. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	- Significato di: campo linee ostacolo	Sa effettuare esercitazioni miranti al miglioramento articolare e al potenziamento muscolare. Sa orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	Riconoscimento e valutazione delle proprie capacità e confronto con dati di riferimento.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA - Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture. - Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. - Collaborare per creare dinamiche di gruppo.	- la comunicazione non verbale: gestuale ed espressiva - postura ed emozioni - percezione dello schema corporeo. - tecnica e tattica del gioco di squadra.	Sa riconoscere ed utilizzare le diverse forme del linguaggio del corpo. Sa collaborare per creare dinamiche di gruppo. Sa riconoscere semplici gesti arbitrari.	“Saluto con sorriso” Corsa libera e con variazioni di ritmo. Giochi collettivi. Uso elementare del linguaggio specifico.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY - Conoscere e applicare le principali regole dei giochi scolastici e assumere il ruolo di arbitro, guardialinee, tifoso, ecc... - Adattare le capacità coordinative alle situazioni di gioco. - Giocare con lealtà e correttezza rispettando i compagni, gli avversari e le regole. - Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	- Gioco e regole. - Vittoria e sconfitta. - Carta del Fair Play. - Rispetto - Cooperazione	Sa applicare le principali regole nei giochi proposti. Sa partecipare alle attività rispettando la carta del fair play. Sa eseguire correttamente i basilari gesti sportivi. Sa utilizzare tutte le proprie capacità fisiche durante il gioco. Sa gestire le emozioni negative e positive durante la fase di gioco.	Fondamentali con e senza attrezzi di vari giochi sportivi di squadra e non. Partecipazione economica ed efficace alle situazioni di gioco. Ricerca di relazioni positive e propositive nel gruppo. Giochi tradizionali. Sport di squadra. Giochi cooperativi. Giochi di relazione. Staffetta.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA - Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età. - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (respirazione e rilassamento). - Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. - Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni.	- Carta della modalità operative. - Respirazione. - Rilassamento. - Sicurezza e salute. - Il ruolo.	Sa mettere in atto i punti della carta della modalità operativa. Sa riconoscere la funzione del riscaldamento e del defaticamento. Sa osservare, conoscere, rispettare l'ambiente e vi si sa orientare. Sa spostarsi ed eseguire le attività in sicurezza. Sa assumere i ruoli richiesti. Sa produrre schede operative.	Uso puntuale ed appropriato del materiale e dell'abbigliamento specifico. Avviamento motorio e defaticamento. Esecuzione delle consegne secondo tempi e modi richiesti. Esercizi di stretching e di mobilità attiva. Esercizi di respirazione. Prova dei ruoli richiesti. Uso di mappe concettuali, schede operative e relazioni sulle attività svolte.

Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE SECONDA SEC. PRIMO GRADO	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO ▪ Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. ▪ Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. ▪ Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. ▪ Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	- Capacità coordinative: Coordinazione dinamica generale. Coordinazione oculo manuale Coordinazione oculo podalica Orientamento spazio-temporale. - Capacità fisiche: Resistenza Velocità Forza Mobilità articolare - Significato di: campo di gioco spazio sicuro / condiviso piccoli / grandi attrezzi	Sa realizzare movimenti che richiedono l'associazione dei diversi segmenti corporei. Sa svolgere attività in situazioni di equilibrio. Sa compiere movimenti utilizzando oggetti attraverso varie modalità. Sa effettuare con entrambe le mani lanci con oggetti diversi per forma e peso. Sa occupare uno spazio in relazione agli altri e agli oggetti. Sa organizzare il proprio movimento rispetto a sé, agli altri, agli oggetti e all'ambiente Sa adattarsi a ritmi differenti. Sa realizzare uno sforzo prolungato nel tempo. Sa usare tecniche per migliorare la velocità. Sa reagire prontamente ad uno stimolo. Sa effettuare esercitazioni miranti al miglioramento articolare e al potenziamento muscolare.	Correre, saltare, arrampicarsi, lanciarsi, afferrare, rotolare. Esecuzione di andature. Lavori specifici per l'equilibrio. Uso di piccoli e grandi attrezzi codificati e non. Percorsi misti, con ostacoli e senza. Staffette. Attività di gioco che richiedono un utilizzo delle capacità coordinative. Riconoscimento e valutazione delle proprie capacità.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA ▪ Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. ▪ Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. ▪ Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.	- la comunicazione non verbale: gestuale ed espressiva - postura, emozioni e colonna vertebrale - percezione dello schema corporeo. - tecnica e tattica del gioco di squadra.	Sa riconoscere ed utilizzare le diverse forme del linguaggio del corpo. Sa collaborare per creare dinamiche di gruppo. Sa svolgere le attività per l'equilibrio statico e dinamico. Sa riconoscere i gesti arbitrali dei principali giochi di squadra. Sa svolgere l'attività di arbitro.	“Saluto con sorriso” Corsa libera e con variazioni di ritmo. Lavori in coppia. Successione di andature. Successione a corpo libero con piccoli e grandi attrezzi. Lavori di mobilità in particolare per la colonna vertebrale. Danze in piccoli gruppi. Esercizi per l'equilibrio. Giochi collettivi. Uso del linguaggio specifico. Arbitraggio e decodificazione dei gesti di conduzione e relazione.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR		Sa applicare le principali regole nei giochi di squadra.	Fondamentali con e senza attrezzi di vari giochi sportivi di squadra e non.

PLAY ▪ Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. ▪ Realizzare strategie di gioco, mettendo in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. ▪ Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. ▪ Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	- Gioco, regole e sport. - Vittoria e sconfitta. - Carta del Fair Play. - Rispetto. - Cooperazione e appartenenza.	Sa partecipare alle attività rispettando i compagni, gli avversari e le regole. Sa essere leale e corretto nel gioco di squadra. Sa eseguire correttamente un gesto tecnico. Sa aiutare e incoraggiare i compagni in difficoltà. Sa applicare strategie di gioco.	Partecipazione economica ed efficace alle situazioni di gioco. Ricerca di relazioni positive e propositive nel gruppo. Giochi tradizionali. (come palla avvelenata, castellone, palla al quadrato, palla circondata, equipaggi...) Sport di squadra. Giochi cooperativi. Giochi di relazione. Staffetta.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA ▪ Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. ▪ Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. ▪ Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. ▪ Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. ▪ Acquisire sane abitudini di educazione alimentare.	- Carta della modalità operative. - Respirazione. - Rilassamento. - Alimentazione e sport. - Sicurezza e salute. - Il ruolo. - Tecnica di allungamento e molleggio.	Sa mettere in atto i punti della carta della modalità operativa. Sa riconoscere la funzione del riscaldamento e del defaticamento. Sa riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico alimentazione e benessere. Sa riconoscere gli atteggiamenti posturali corretti. Sa spostarsi ed eseguire le attività in sicurezza. Sa assumere i ruoli richiesti. Sa produrre schede operative. Sa autovalutare alcuni facili esercizi.	Uso puntuale ed appropriato del materiale e dell'abbigliamento specifico. Avviamento motorio e defaticamento. Esecuzione delle consegne secondo tempi e modi richiesti. Esercizi di stretching e di mobilità attiva. Esercizi di respirazione. Prova dei ruoli richiesti. Uso di mappe concettuali, schede operative e relazioni sulle attività svolte.
Obiettivi di apprendimento al termine della CLASSE TERZA SEC. PRIMO GRADO	CONOSCENZE	ABILITÀ	CONTENUTI/ATTIVITÀ
	- Capacità coordinative: Coordinazione dinamica generale.	Sa realizzare movimenti che richiedono l'associazione dei diversi segmenti corporei, anche in azioni motorie complesse.	Correre, saltare, arrampicarsi, lanciare, afferrare, rotolare. Esecuzione di andature.

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO ▪ Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. ▪ Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. ▪ Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. ▪ Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	Coordinazione oculo manuale Coordinazione oculo podalica Orientamento spazio-temporale. - Capacità fisiche: Resistenza Velocità Forza Mobilità articolare - Significato di: campo di gioco spazio sicuro / condiviso piccoli / grandi attrezzi - visione periferica - capacità d'anticipo	Sa svolgere attività in situazioni di equilibrio. Sa compiere movimenti utilizzando oggetti attraverso varie modalità. Sa effettuare con entrambe le mani lanci con oggetti diversi per forma e peso. Sa eseguire esercizi di coordinazione a coppie o in gruppo. Sa occupare uno spazio in relazione agli altri e agli oggetti. Sa organizzare il proprio movimento rispetto a sé, agli altri, agli oggetti e all'ambiente Sa adattarsi a ritmi differenti. Sa realizzare uno sforzo prolungato nel tempo. Sa riconoscere l'importanza di dosare l'impegno muscolare in relazione alla durata della prova. Sa usare tecniche per migliorare la velocità. Sa reagire prontamente ad uno stimolo. Sa distribuire la forza in modo adeguato in funzione dell'attività e secondo i propri parametri fisiologici. Sa effettuare esercitazioni miranti al miglioramento articolare e al potenziamento muscolare.	Lavori specifici per l'equilibrio. Uso di piccoli e grandi attrezzi codificati e non. Percorsi misti, con ostacoli e senza. Staffette. Attività di gioco che richiedono livelli di utilizzo delle capacità coordinative, via via più complessi. Individuazione dei propri limiti, delle proprie possibilità e attitudini e ricerca del miglioramento. Successione di esercizi con la tecnica dell'allungamento e con la tecnica del molleggio.
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA ▪ Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture. ▪ Saper decodificare i gesti di compagni, avversari e arbitrali in situazione di gioco e di sport. ▪ Collaborare per creare dinamiche di gruppo.	- la comunicazione non verbale: gestuale ed espressiva - postura ed emozioni - percezione dello schema corporeo. - tecnica e tattica del gioco di squadra.	Sa utilizzare le diverse forme del linguaggio del corpo. Sa collaborare per creare dinamiche di gruppo. Sa svolgere le attività per l'equilibrio statico e dinamico. Sa svolgere l'attività di arbitro.	“Saluto con sorriso” Corsa libera e con variazioni di ritmo. Giochi collettivi. Uso dei gesti arbitrali Uso del linguaggio specifico. Ricerca del confronto con se stesso e gli altri. Successione a corpo libero con piccoli e grandi attrezzi. Giochi di ruolo.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY ▪ Padroneggiare le capacità coordinative adattandole		Sa applicare le principali regole nei	Fondamentali con e senza attrezzi di

alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. ▪ Realizzare strategie di gioco, mettendo in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. ▪ Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. ▪ Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	- Gioco, regole e sport. - Vittoria e sconfitta. - Riduttori di rabbia. - Carta del Fair Play. - Rispetto. - Cooperazione e appartenenza.	giochi di squadra. Sa partecipare alle attività rispettando i compagni, gli avversari e le regole. Sa essere leale e corretto nel gioco di squadra. Sa eseguire correttamente un gesto tecnico. Sa aiutare e incoraggiare i compagni in difficoltà. Sa applicare strategie di gioco. Sa mettere in atto riduttori di rabbia.	vari giochi sportivi di squadra e non. Schemi e strategie di gioco. Partecipazione economica ed efficace alle situazioni di gioco. Ricerca di relazioni positive e propositive nel gruppo. Giochi tradizionali. (come palla avvelenata, castellone, palla al quadrato, palla circondata, equipaggi...) Sport di squadra. Giochi cooperativi. Giochi di relazione. Staffetta.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA ▪ Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. ▪ Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. ▪ Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. ▪ Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni. ▪ Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).	- Sicurezza e salute. - Carta della modalità operative. - Respirazione. - Rilassamento. - Assunzione di ruolo. - Tecnica di allungamento e molleggio. - Le dipendenze.	Sa riconoscere gli atteggiamenti posturali corretti. Sa condurre la fase di riscaldamento o di defaticamento da solo, a coppie, in gruppo. Sa mettere in atto i i punti della carta della modalità operativa. Sa spostarsi ed eseguire le attività in sicurezza. Sa assumere i ruoli richiesti. Sa produrre schede operative. Sa autovalutare alcuni esercizi.	Uso puntuale ed appropriato del materiale e dell'abbigliamento specifico. Avviamento motorio e defaticamento. Esecuzione delle consegne secondo tempi e modi richiesti. Esercizi di stretching e di mobilità attiva. Valutazione dei propri errori e delle abitudini scorrette e correzione. Esercizi di rilassamento. Esercizi di respirazione. Prova dei ruoli richiesti. Uso di mappe concettuali, schede operative e relazioni sulle attività svolte.