

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:	COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI
Fonti di legittimazione:	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 18 dicembre 2006; Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 22 aprile 2008 Indicazioni Nazionali per il curricolo 2012
DISCIPLINA/E DI RIFERIMENTO:	CAMPO DI ESPERIENZA: IL CORPO E IL MOVIMENTO; DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA
DISCIPLINE CONCORRENTI:	tutte

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FISSATI DALLE INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO 2012

TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	TRAGUARDI ALLA FINE DEL PRIMO CICLO
<ul style="list-style-type: none"> • Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. • 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. • 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. • Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. • Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. • 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. • 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. • 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. • Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. • Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. • È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

Raccomandazioni per la continuità o punti di attenzione da curare alla fine della scuola dell'infanzia

Indicazioni concordate con i docenti della scuola primaria

- Muoversi con sicurezza e in modo ordinato nello spazio.
- Avere cura di sé e delle proprie cose.
- Avere un buon orientamento spaziale .
- Percepire, conoscere , ricomporre e rappresentare lo schema corporeo .

	FINE CLASSE PRIMA SCUOLA PRIMARIA		FINE CLASSE SECONDA SCUOLA PRIMARIA		FINE CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA	
COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Utilizzare in maniera corretta e consapevole il proprio corpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. • Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)... • Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi di gruppo di coordinazione motoria per favorire la conoscenza dei compagni. Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo. • Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra). • Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. • Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)... • Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di 	<ul style="list-style-type: none"> • Le singole parti del corpo. • Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo. Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra). Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali. • Il movimento naturale del saltare. 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)... • Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, 	<ul style="list-style-type: none"> • Lo schema corporeo. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare...). • Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo). • Il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).

	<p>base.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consolidare la coordinazione oculo-manuale e la motricità manuale fine. • Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date. 	<p>spazio-temporali.</p> <p>Giochi con il movimento naturale del saltare.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Giochi con i movimenti naturali del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa. • Giochi con il movimento naturale del lanciare: (giochi con la palla e con l'uso delle mani). 	<p>base.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare...) • Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date. • Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. 	<p>I movimenti naturali del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa. Il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani. Il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione. 	<p>afferrare/ lanciare...). Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. 	
<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole 	<ul style="list-style-type: none"> • Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole 	<ul style="list-style-type: none"> • Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale. • Giochi di comunicazione in funzione del messaggio. Esecuzione di danze popolari.

	diversificate posture del corpo con finalità espressive.		diversificate posture del corpo con finalità espressive.	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro. musicale-gestuale. 	diversificate posture del corpo con finalità espressive.	
<p>Il gioco, lo sport, le regole ed il fair play Lavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regole.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra. • Comprensione e rispetto di indicazioni e regole. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle 	<ul style="list-style-type: none"> • Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno. • Giochi di complicità e competitività fra coppie o piccoli gruppi. • Giochi competitivi di movimento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche. • Giochi di ruolo. • Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.
<p>Salute benessere, prevenzione e sicurezza Individuare comportamenti e stili di vita utili ad un buon stato di salute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzo corretto e appropriato degli attrezzi e degli spazi di attività. • Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni. • Riordino dei piccoli attrezzi utilizzati. 	<ul style="list-style-type: none"> • utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate 	<ul style="list-style-type: none"> • Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni. • Riordino dei piccoli attrezzi utilizzati. Stare bene in palestra attraverso il rispetto di alcune regole di igiene 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • 	<ul style="list-style-type: none"> • Stare bene in palestra. • Norme principali per la prevenzione e tutela. • Principi per una corretta alimentazione. • Percepire e

		<ul style="list-style-type: none"> • Stare bene in palestra attraverso il rispetto di alcune regole di igiene (cambio delle scarpe, della maglia sudata ecc.) • Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria 	all’attività ludico-motoria.	(cambio delle scarpe, della maglia sudata ecc.)		<ul style="list-style-type: none"> • Norme principali per la prevenzione e tutela. 	riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.
--	--	--	------------------------------	---	--	---	---

	FINE CLASSE QUARTA SCUOLA PRIMARIA		FINE QUINTA SCUOLA PRIMARIA	
COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Utilizzare in maniera corretta e consapevole il proprio corpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. • Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche). • Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare...). • Controllare e gestire le condizioni di equilibrio 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi selezionati per l’intervento degli schemi motori di base. • Equilibrio statico, dinamico e di volo. • La capacità di anticipazione. Capacità di combinazione e accoppiamento dei movimenti. • La capacità di reazione. • La capacità di orientamento. • Le capacità ritmiche. 	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori e posturali. • Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi. • Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni e regole funzionali alla sicurezza anche stradale. • Eseguire movimenti precisati, adattati a 	<ul style="list-style-type: none"> • Impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità). • Uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra) comprendenti schemi motori di base e complessi. • Schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali. Attrezzi in palestra ed anche all’esterno della scuola. • Giochi di simulazione.

	<p>statico-dinamico del proprio corpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. • Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. 		<p>situazioni esecutive sempre più complesse.</p>	
<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> • Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.. • Semplici coreografie o sequenze di movimento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. • Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> • Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari. • Semplici coreografie o sequenze di movimento.
<p>Il gioco, lo sport, le regole ed il fair play Lavorare nel gruppo condividendo e rispettando le regole.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi (minivolley, minibasket...). • Acquisizione progressiva delle regole di alcuni giochi sportivi. • Giochi di regole. Collaborazione, confronto, competizione costruttiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra. Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagni. • Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati, comprendendone il valore e favorendone il valore e 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra. • Comprensione e rispetto di indicazioni e regole. • Assunzione di atteggiamenti positivi. • La figura del caposquadra.

	<p>consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, manifestando senso di responsabilità. 		favorendo sentimenti di rispetto e cooperazione .	
<p>Salute benessere, prevenzione e sicurezza Individuare comportamenti e stili di vita utili ad un buon stato di salute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> • Regole specifiche per la prevenzione degli infortuni. Alimentazione e sport. • L’importanza della salute • . Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. • Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> • Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni. • Stare bene in palestra. • Norme e giochi atti a favorire la conoscenza del rapporto alimentazione - benessere. • Momenti di riflessione sulle attività svolte. • Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. •

Raccomandazioni per la continuità o punti di attenzione da curare alla fine della scuola primaria

Indicazioni concordate con i docenti della scuola secondaria di I grado

- Saper gestire adeguatamente i principali schemi motori.
- Utilizzare il linguaggio espressivo per comunicare.
- Sperimentare in forma semplificata diverse gestualità del gioco-sport.2
- Sapersi muovere e utilizzare i principali attrezzi sia nell’ambiente scolastico che extrascolastico.
- Conoscere se stesso attraverso la percezione del proprio corpo.
- conoscere le principali espressioni del corpo.
- conoscere il valore delle regole dei principali giochi proposti.
- conoscere i criteri base di sicurezza.
- conoscere iprincipi essenziali relativi al benessere psico-fisico.

	FINE CLASSE PRIMA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO		FINE CLASSE SECONDA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO		FINE CLASSE TERZA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO	
COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in maniera corretta e consapevole il proprio corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche (coordinazione) progressivamente complesse. • Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazione di equilibrio e disequilibrio • Utilizzare le strutture temporali e ritmiche nelle azioni motorie • Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi motori di base anche combinati) per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio anche in ambiente naturale • Utilizzare i piani di lavoro proposti per 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo. • Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico dinamico e in volo e il disequilibrio • Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria • Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale 	<ul style="list-style-type: none"> • Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche (coordinazione) progressivamente complesse. • Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazione di equilibrio e disequilibrio • Utilizzare le strutture temporali e ritmiche nelle azioni motorie • Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi motori di base anche combinati) per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio anche in ambiente naturale • Utilizzare i piani di lavoro proposti per 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo. • Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico dinamico e in volo e il disequilibrio • Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria • Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale 	<ul style="list-style-type: none"> • Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche (coordinazione) progressivamente complesse. • Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazione di equilibrio e disequilibrio • Utilizzare le strutture temporali e ritmiche nelle azioni motorie • Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi motori di base anche combinati) per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio anche in ambiente naturale • Utilizzare i piani di lavoro proposti per 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo. • Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico dinamico e in volo e il disequilibrio • Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria • Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale

	<p>migliorare le proprie abilità motorie riconoscendo la relazione tra l'intensità dell'attività e i cambiamenti morfologici anche rispetto all'età in evoluzione.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza • Mantenere la propria efficienza essere attivi fisicamente in molteplici contesti ed essere anche in grado di dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni e per l'assistenza 	<p>migliorare le proprie abilità motorie riconoscendo la relazione tra l'intensità dell'attività e i cambiamenti morfologici anche rispetto all'età in evoluzione</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza • Mantenere la propria efficienza essere attivi fisicamente in molteplici contesti ed essere anche in grado di dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni e per l'assistenza 	<p>migliorare le proprie abilità motorie riconoscendo la relazione tra l'intensità dell'attività e i cambiamenti morfologici anche rispetto all'età in evoluzione</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza mantenere la propria efficienza essere attivi fisicamente in molteplici contesti ed essere anche in grado di dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni e per l'assistenza
<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare l'espressione corporea mediante l'uso del corpo e 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere modalità di espressione corporea 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare l'espressione corporea mediante l'uso del corpo e degli at- 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere modalità di espressione corporea utilizzando una varietà di 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare l'espressione corporea mediante l'uso del corpo e 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere modalità di espressione corporea

<p>espressiva Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo</p>	<p>degli attrezzi in forma individuale, a coppie, in gruppo anche in forma creativa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Decodificare i linguaggi specifici di compagni e insegnanti ideare e realizzare semplici sequenze motorie utilizzando basi ritmiche 	<p>utilizzando una varietà di segni/ segnali e identificare i contenuti emotivi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo 	<p>trezzi in forma individuale, a coppie, in gruppo anche in forma creativa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Decodificare i linguaggi specifici di compagni e insegnanti ideare e realizzare semplici sequenze motorie utilizzando basi ritmiche e/o musicali 	<p>segni/ segnali e identificare i contenuti emotivi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo 	<p>degli attrezzi in forma individuale, a coppie, in gruppo anche in forma creativa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Decodificare i linguaggi specifici di compagni e insegnanti ideare e realizzare semplici sequenze motorie 	<p>utilizzando una varietà di segni/ segnali e identificare i contenuti emotivi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo
<p>Il gioco, lo sport, le regole ed il fair play • Conoscere e utilizzare in modo corretto gli attrezzi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale • Mettere in atto strategie di gioco e tattiche sperimentate • Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi per raggiungere l'obiettivo comune • Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, persone e risultati 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i gesti fondamentali di gioco e di sport individuali e di squadra • Conoscere il concetto di strategia e di tattica • Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune • Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale • Mettere in atto strategie di gioco e tattiche sperimentate • Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi per raggiungere l'obiettivo comune • Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i gesti fondamentali di gioco e di sport individuali e di squadra • Conoscere il concetto di strategia e di tattica • Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune • Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del 	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale • Mettere in atto strategie di gioco e tattiche sperimentate • Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi per raggiungere l'obiettivo comune • Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, persone e risultati • Decodificare i 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i gesti fondamentali di gioco e di sport individuali e di squadra • Conoscere il concetto di strategia e di tattica • Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune • Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport

	<ul style="list-style-type: none"> • Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari, insegnanti e arbitri 	<p>anche con finalità di arbitraggio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo 	<p>persone e risultati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari, insegnanti 	<p>gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo 	<p>linguaggi specifici di compagni, avversari, insegnanti</p>	<p>anche con finalità di arbitraggio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo
<p>Salute benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere le situazioni di pericolo individuando modalità di prevenzione 	<ul style="list-style-type: none"> • Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza • Nella salvaguardia della propria salute curare la propria alimentazione e l'igiene personale per mantenere la propria efficienza, • Essere attivi fisicamente in molteplici contesti • Essere in grado di dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso • Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione e dell'igiene personale • Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere 	<ul style="list-style-type: none"> • Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza • Nella salvaguardia della propria salute curare la propria alimentazione e l'igiene personale per mantenere la propria efficienza, • Essere attivi fisicamente in molteplici contesti • Essere anche in grado di dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso. • Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione e dell'igiene personale • Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, sostanze illecite o che inducono dipendenza • Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere 	<ul style="list-style-type: none"> • Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con persone e con l'ambiente circostante, anche applicando alcune tecniche di assistenza • Nella salvaguardia della propria salute curare la propria alimentazione e l'igiene personale per mantenere la propria efficienza, • Essere attivi fisicamente in molteplici contesti • Essere anche in grado di dosare lo sforzo, applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni, per l'assistenza e alcuni elementi di primo soccorso. • Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione e dell'igiene personale • Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere

Raccomandazioni per la continuità o punti di attenzione da curare alla fine della scuola secondaria di I grado

Indicazioni per i docenti della scuola secondaria di II grado

- adatta le abilità motorie nelle diverse dinamiche sportive
- mette in pratica le regole assimilate
- ha automatizzato i principali fondamentali degli sport proposti
- dal punto di vista motorio sa riconoscere i propri
- limiti e le proprie capacità
- i valori etici-sportivi
- la relazione tra benessere e movimento
- le principali regole e tecnica dei fondamentali
- essenziali degli sport proposti

Evidenze e compiti significativi

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:

COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI

EVIDENZE

COMPITI SIGNIFICATIVI

- Coordina azioni e schemi motori e utilizza strumenti ginnici
- Partecipa a giochi rispettando le regole e gestendo ruoli ed eventuali conflitti
- Utilizza il movimento come espressione di stati d'animo diversi
- Assume comportamenti corretti dal punto di vista igienico – sanitario e della sicurezza di sé e degli altri

ESEMPI

- Partecipare a eventi ludici e sportivi rispettando le regole e tenendo comportamenti improntati a fair-play, lealtà e correttezza
- Rappresentare drammatizzazioni attraverso il movimento, la danza, l'uso espressivo del corpo
- Effettuare giochi di comunicazione non verbale
- Costruire decaloghi, schede, vademecum relativi ai corretti stili di vita per la conservazione della propria salute e dell'ambiente

SEZIONE C: Livelli di padronanza

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:

COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI

LIVELLI DI PADRONANZA

1	2	3 <i>dai Traguardi per la fine della scuola primaria</i>	4	5 <i>dai Traguardi per la fine del primo ciclo</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Individua le caratteristiche essenziali del proprio corpo nella sua globalità (dimensioni, forma, posizione, peso...). • Individua e riconosce le varie parti del corpo su di sé e gli altri. • Usa il proprio corpo rispetto alle varianti spaziali (vicino-lontano, davanti-dietro, sopra-sotto, altobasso, corto-lungo, grande-piccolo, sinistradestra, pieno-vuoto) e temporali (prima-dopo, contemporaneamente, veloce-lento). • Individua le variazioni fisiologiche del proprio corpo (respirazione, sudorazione) nel passaggio dalla massima attività allo stato di rilassamento. • Conosce l'ambiente (spazio) in rapporto al proprio corpo e sa muoversi in esso. • Padroneggia gli schemi motori di base: 	<ul style="list-style-type: none"> • Coordina tra loro alcuni schemi motori di base con discreto autocontrollo. • Utilizza correttamente gli attrezzi ginnici e gli spazi di gioco secondo le consegne dell'insegnante. • Partecipa a giochi di movimento tradizionali e di squadra, • seguendo le regole e le istruzioni impartite dall'insegnante o dai compagni più grandi; accetta i ruoli affidatigli nei giochi, segue le osservazioni degli adulti e i limiti da essi impartiti nei momenti di conflittualità. • Utilizza il corpo e il movimento per esprimere vissuti e 	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. • Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva. • Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. • Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia 	<ul style="list-style-type: none"> • Coordina azioni, schemi motori, gesti tecnici, con buon autocontrollo e sufficiente destrezza. • Utilizza in maniera appropriata attrezzi ginnici e spazi di gioco. • Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando autonomamente le regole, i compagni, le strutture. • Conosce le regole essenziali di alcune discipline sportive. • Gestisce i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità senza reazioni fisiche, né aggressive, né verbali. • Utilizza il movimento 	<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. • Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. • Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla

<ul style="list-style-type: none"> • strisciare, rotolare, quadrupedia, camminare, correre, saltare, lanciare, mirare, arrampicarsi, dondolarsi. • Esegue semplici consegne in relazione agli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, lanciare ...). • Utilizza il corpo per esprimere sensazioni, emozioni, per accompagnare ritmi, brani musicali, nel gioco simbolico e nelle drammatizzazioni. • Rispetta le regole dei giochi. • Sotto la supervisione dell'adulto, osserva le norme igieniche e comportamenti di prevenzione degli infortuni. 	<p>stati d'animo e nelle drammatizzazioni.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conosce le misure dell'igiene personale che segue in autonomia; segue le istruzioni per la sicurezza propria e altrui impartite dagli adulti. 	<p>nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. • Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p>anche per rappresentare e comunicare stati d'animo, nelle rappresentazioni teatrali, nell'accompagnamento di brani musicali, per la danza, utilizzando suggerimenti dell'insegnante.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Assume comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie ed altrui. 	<p>prevenzione.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. • È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.
---	--	---	---	--

Livello 3: atteso a partire dalla fine della scuola primaria secondaria di secondo grado

Livello 4: atteso nella scuola secondaria di primo grado

Livello 5: atteso alla fine della scuola