

Conoscenze, abilità e competenze

CORPO, MOVIMENTO e SPORT – PRIMO BIENNIO (CLASSE PRIMA – SECONDA ELEMENTARE)

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Partecipare alle attività ludiche e didattiche con autonomia e corretta gestione degli spazi e delle attrezzature	L'alunno è in grado di: 1) "Padroneggiare" tutti gli schemi motori di base 2) Orientarsi nello spazio e nel tempo con senso ritmico 3) Utilizzare e rapportarsi in maniera appropriata ad alcuni piccoli attrezzi ginnici	L'alunno conosce: 1) Nozioni riguardanti le potenzialità del corpo in movimento, in rapporto a parametri spaziali e temporali 2) Piccoli attrezzi presenti in palestra e loro funzioni
Partecipare in modo corretto a giochi di movimento, drammatizzazione e a giochi tradizionali.	L'alunno è in grado di: 1) Cimentarsi con destrezza e giusto spirito agonistico nelle attività proposte, rispettando le regole 2) Utilizzare gestualità mimica ed espressiva adeguate a diversi contesti comunicativi	L'alunno conosce: 1) Le regole dei giochi pratici e i conseguenti comportamenti corretti 2) Concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione
Saper assumere comportamenti rivolti alla salvaguardia della propria ed altrui sicurezza, nelle attività motorie, nei giochi e nell'utilizzo di attrezzi e strutture	L'alunno è in grado di: 1) Adottare accorgimenti idonei a prevenire infortuni	L'alunno conosce: 1) Informazioni su rischi e pericoli connessi all'attività motoria e comportamenti corretti per evitarli

Conoscenze, abilità e competenze

CORPO, MOVIMENTO e SPORT – SECONDO BIENNIO (CLASSE TERZA – QUARTA ELEMENTARE)

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Essere consapevole del proprio processo di crescita e sviluppo; riconosce le attività volte al miglioramento delle proprie capacità fisiche	L'alunno è in grado di: 1) Percepire i rapporti tra segmenti corporei nelle diverse azioni motorie proposte 2) Controllare le posizioni statiche e dinamiche 3) Controllare la respirazione 4) Consolidare attraverso il movimento (giochi di movimento) la conoscenza della lateralità su di sé e sugli altri	L'alunno conosce: 1) Le modificazioni fisiologiche del corpo durante l'attività motoria (respirazione, battiti), associandole alle diverse tipologie di movimento 2) Il concetto di destra e di sinistra su di sé e sugli altri 3) Le potenzialità di movimento del proprio corpo
Partecipare alle attività ludiche(giochi di movimento, giochi tradizionali), didattiche e pre-sportive con buona autonomia e corretta gestione degli spazi e delle attrezzature	L'alunno è in grado di: 1) Cooperare con i compagni nel gioco e accettare i ruoli 2) Comprendere e prevedere le intenzioni degli altri in alcune situazioni specifiche di gioco (capacità di anticipazione) 3) Rispettare le regole del gioco, comprenderle, con la possibilità di proporre varianti	L'alunno conosce: 1) Il concetto di cooperazione e collaborazione 2) Alcuni giochi tradizionali di movimento 3) Semplici elementi del gioco-sport (regole e "tattiche" di gioco)
Saper assumere comportamenti rivolti alla salvaguardia della propria ed altrui sicurezza, nelle attività motorie, nei giochi e nell'utilizzo di attrezzi e strutture	L'alunno è in grado di: 1) Utilizzare in modo sicuro per sé e per i compagni gli spazi, le attrezzature 2) Affrontare con tranquillità le esperienze motorie proposte e acquisire fiducia nelle proprie capacità 3) Rispettare le regole del "buon comportamento" (fair play)	L'alunno conosce: 1) Gli attrezzi e la loro collocazione nello spazio della palestra e nello spazio di gioco 2) Il senso di ben-essere legato all'attività motoria e ludico-sportiva 3) Le regole principali del "buon comportamento"

Conoscenze, abilità e competenze

CORPO, MOVIMENTO e SPORT – TERZO BIENNIO (CLASSE QUINTA ELEMENTARE– PRIMA MEDIA)

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Essere consapevole del proprio processo di crescita e sviluppo e riconoscere le attività volte al miglioramento delle proprie capacità fisiche e motorie	L'alunno è in grado di: 1) Controllare i segmenti corporei in situazioni semplici e via via più complesse 2) Riconoscere e monitorare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento 3) Rilassare il corpo 4) Rilevare i cambiamenti morfologici del corpo, anche su indicazione e suggerimento dell'insegnante	L'alunno conosce: 1) Le possibilità di movimento del corpo 2) Le modifiche fisiologiche del corpo durante l'attività motoria (battito, respirazione) associandole alle diverse tipologie di movimento 3) I cambiamenti strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo 4) I benefici e/o gli aspetti negativi dovuti ai cambiamenti strutturali del corpo
Partecipare alle attività ludiche, didattiche e pre-sportive con buona autonomia e corretta gestione degli spazi e delle attrezzature	L'alunno è in grado di: 1) Padroneggiare gli schemi motori combinandoli in forme sempre più complesse 2) Sviluppare l'indipendenza segmentaria 3) Controllare il proprio corpo in situazioni di disequilibrio e con contenuto emotivo 4) Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione di ogni azione 5) Organizzare il movimento rispettando le sequenze temporali (simultaneamente, successivamente, alternativamente)	L'alunno conosce: 1) Le azioni e le applicazioni degli schemi motori 2) Le informazioni principali relative alle capacità coordinative sviluppate nelle abilità 3) Gli elementi che servono a mantenere l'equilibrio e le posizioni del corpo che lo facilitano 4) Il concetto di spazio e di tempo 5) Il concetto di: simultaneo, successivo e alternato
Partecipare in modo corretto a giochi di movimento, drammatizzazioni, giochi tradizionali e attività pre-sportive	L'alunno è in grado di: 1) Rispettare le regole nei giochi e proporre varianti 2) Collaborare e accettare i vari ruoli dei giochi 3) Intuire e anticipare le azioni degli altri (capacità di anticipazione) 4) Concentrarsi e canalizzare l'attenzione verso il compito motorio 5) Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori 6) Affrontare con tranquillità le esperienze proposte e acquisire fiducia nelle proprie capacità 7) Trasmettere contenuti emozionali attraverso i gesti e il movimento 8) Rappresentare idee, stati d'animo e situazioni stereotipate e non, mediante gestualità e posture(individualmente, a coppie, in gruppo)	L'alunno conosce: 1) Diversi giochi di movimento 2) Gli elementi tecnici e tattici essenziali di alcuni giochi e sport 3) Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco 4) Le principali modalità di espressione delle emozioni e degli elementi della realtà 5) Le tecniche di esecuzione ("modello ideale") in funzione della qualità del movimento
Saper assumere comportamenti rivolti al ben-essere e alla salvaguardia della	L'alunno è in grado di: 1) Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i	L'alunno conosce: 1) Le corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni

propria ed altrui sicurezza, nelle attività motorie, nei giochi e nell'utilizzo di attrezzi e strutture	compagni, spazi e attrezzature 2) Capire la qualità di "ben-essere" che viene acquisito attraverso il movimento e il gioco 3) Rispettare le regole del "buon comportamento"	nei vari ambienti di vita 2) Il ben-essere che deriva dall'attività di tipo ludico-motorio per l'acquisizione di abilità motorie e sociali 3) Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione 4) Le regole e le consuetudini del "buon comportamento"
---	---	--

Conoscenze, abilità e competenze

CORPO, MOVIMENTO e SPORT – QUARTO BIENNIO (SECONDA – TERZA MEDIA)

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
Essere consapevole del proprio processo di crescita e sviluppo corporeo; riconoscere inoltre le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie	L'alunno è in grado di: 1) Controllare i segmenti corporei in situazioni semplici e complesse 2) Riconoscere e monitorare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento 3) Rilassare il corpo 4) Rilevare i cambiamenti morfologici del corpo	L'alunno conosce: 1) Le potenzialità di movimento del corpo 2) Le modifiche fisiologiche del corpo durante l'attività motoria (battito, respirazione) associandole alle diverse tipologie di movimento 3) Le modificazioni strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo 4) L'importanza dell'aspetto cognitivo all'interno del movimento
Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando: - di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo; - di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata; - di utilizzare conoscenze e abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria	L'alunno è in grado di: 1) Padroneggiare i principali schemi motori 2) Utilizzare le posizioni più adatte dei diversi segmenti corporei per affrontare situazioni complesse di disequilibrio su oggetti di difficile controllo 3) Prevedere correttamente l'andamento di un'azione valutando tutte le informazioni utili al raggiungimento di un risultato efficace (capacità di anticipazione) 4) Realizzare sequenze di movimenti in gruppo nel rispetto di strutture temporali complesse 5) Trovare una soluzione motoria efficace e personale di fronte ad una situazione problematica	L'alunno conosce: 1) Le azioni e le applicazioni degli schemi motori 2) Il concetto di: spazio e tempo nel movimento (capacità di orientamento spazio-temporale) 2) I concetti di capacità coordinative sviluppate nelle abilità (equilibrio, ritmo, reazione, trasformazione, anticipazione)
Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Gestisce i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto di compagni e avversari.	L'alunno è in grado di: 1) Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra 2) Rispettare le regole nei giochi di squadra, svolgere un ruolo attivo utilizzando le proprie abilità tecniche e tattiche 3) Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio 4) Partecipare attivamente alla scelta della tattica di squadra e alla sua realizzazione 5) Stabilire rapporti interpersonali corretti e mettere in atto comportamenti collaborativi e operativi all'interno del gruppo	L'alunno conosce: 1) Le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi 2) Le principali regole e i gesti arbitrali più importanti delle discipline sportive praticate 3) Le regole e le consuetudini del "buon comportamento" 4) L'importanza della partecipazione "attiva" all'interno di un gruppo che si "adopera" per un obiettivo comune
Controllare il movimento e lo utilizza anche per rappresentare e comunicare stati d'animo	L'alunno è in grado di: 1) Usare consapevolmente la comunicazione non verbale utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente	L'alunno conosce: 1) Le tecniche principali per una comunicazione non verbale efficace

	comunicativa e quella estetica 2) Rappresentare idee, stati d'animo e situazioni stereotipate e non, mediante gestualità e posture(individualmente, a coppie, in gruppo)	
Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui	L'alunno è in grado di: 1) Riconoscere le attività realizzate e le procedure utilizzate per il miglioramento delle capacità coordinative e condizionali che permettono di acquisire uno stato di "ben-essere" 2) Mettere in atto comportamenti funzionali alla sicurezza 3) Mettere in atto comportamenti equilibrati (di "buon comportamento) dal punto di vista fisico, emotivo e cognitivo	L'alunno conosce: 1) Le norme generali di prevenzione degli infortuni 2) Gli effetti delle attività motorie per il ben-essere della persona e la prevenzione delle malattie legate alla vita sedentaria 3) Le modalità per valutare la propria efficienza fisica e le proprie capacità e performance (test fisici) 4) Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione

