

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

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 gioco sport 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 nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.

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

CLASSE PRIMA

COMPETENZE	OBIETTIVI FORMATIVI	CONTENUTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporea anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.</p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni per la sicurezza nei vari ambienti di vita</p>	<p>Corsa, salto, lancio, presa di oggetti.</p> <p>Coordinazione oculo-manuale e oculo-podolica.</p> <p>Drammatizzazioni di dialoghi, fiabe, giochi e balli.</p> <p>Giochi individuali a coppie e a squadre .</p> <p>Rappresentazione della piramide alimentare.</p>	<p>Eseguire correttamente esercizi di coordinamento e di movimenti combinati.</p> <p>Utilizzare il corpo per esprimere emozioni.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>

CLASSE SECONDA

COMPETENZE	OBIETTIVI FORMATIVI	CONTENUTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>Conoscere le diverse possibilità di movimento.</p> <p>Conoscere ed eseguire in modo semplificato e personalizzato i gesti e i movimenti relativi ai vari giochi.</p> <p>Acquisire consapevolezza nel rapporto tra cibo, movimento e salute; adottare corretti stili alimentari.</p>	<p>Gioco individuale e collettivo per la conoscenza del proprio corpo e l'affinamento degli schemi motori. Coordinazione ritmico motoria.</p> <p>Giochi di movimento con regole già strutturate.</p> <p>Le corrette abitudini alimentari.</p>	<p>Conoscere e utilizzare schemi posturali e schemi motori di base.</p> <p>Conoscere e rispettare le regole di un gioco.</p> <p>Acquisire corrette abitudini alimentari.</p>

CLASSE TERZA

COMPETENZE	OBIETTIVI FORMATIVI	CONTENUTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>Conoscere le diverse possibilità di movimento.</p> <p>Conoscere ed eseguire in modo semplificato e personalizzato i gesti e i movimenti relativi ai vari giochi.</p> <p>Acquisire consapevolezza nel rapporto tra cibo, movimento e salute; adottare corretti stili alimentari.</p>	<p>Gioco individuale e collettivo per la conoscenza del proprio corpo e l'affinamento degli schemi motori. Coordinazione ritmica motoria.</p> <p>Giochi di movimento con regole già strutturate.</p> <p>Le corrette abitudini alimentari.</p>	<p>OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO</p> <p>Conoscere e utilizzare schemi posturali e schemi motori di base.</p> <p>Conoscere e rispettare le regole di un gioco.</p> <p>Acquisire corrette abitudini alimentari.</p>

CLASSE QUARTA

COMPETENZE	OBIETTIVI FORMATIVI	CONTENUTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli altri e agli oggetti.</p> <p>Utilizzare modalità espressive e corporee anche con forme di drammatizzazione e trasmettere contenuti che esprimono emozioni.</p> <p>Percepire il legame tra lo star bene con il proprio corpo e la conoscenza e l'apertura verso gli altri.</p>	<p>Ritmi del corpo nel gioco e nelle azioni.</p> <p>Le diversità espresse dal corpo.</p> <p>Il fair –play.</p> <p>Rilassamento e conoscenza del corpo.</p>	<p>Giocare con i ritmi delle mani e del corpo usando oggetti sportivi (palle diverse, racchette...), con i passaggi e i suoni della voce.</p> <p>Sapersi muovere in spazi immaginari adeguando i movimenti del corpo alle descrizioni verbali.</p> <p>Cercare modi per trasmettere emozioni attraverso il corpo e le sue movenze.</p> <p>Proporre un rilassamento corporeo e una ginnastica musicale, raccontando il corpo nelle sue parti e nelle sue articolazioni.</p>

CLASSE QUINTA

COMPETENZE	OBIETTIVI FORMATIVI	CONTENUTI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli altri e agli oggetti.</p> <p>Utilizzare modalità espressive e corporee anche con forme di drammatizzazione e trasmettere contenuti che esprimono emozioni.</p> <p>Percepire il legame tra lo star bene con il proprio corpo e la conoscenza e l'apertura verso gli altri.</p>	<p>Ritmi del corpo nel gioco e nelle azioni.</p> <p>Le diversità espresse dal corpo.</p> <p>Il fair –play.</p> <p>Rilassamento e conoscenza del corpo.</p>	<p>Giocare con i ritmi delle mani e del corpo usando oggetti sportivi (palle diverse, racchette...), con i passaggi e i suoni della voce.</p> <p>Sapersi muovere in spazi immaginari adeguando i movimenti del corpo alle descrizioni verbali.</p> <p>Cercare modi per trasmettere emozioni attraverso il corpo e le sue movenze.</p> <p>Proporre un rilassamento corporeo e una ginnastica musicale, raccontando il corpo nelle sue parti e nelle sue articolazioni.</p>

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

COMPETENZA	OBIETTIVI FORMATIVI (Dalle Indicazioni Nazionali)	CONTENUTI	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO
<p>L'alunno conosce, percepisce se stesso e comprende le sue potenzialità e i suoi limiti</p> <p>L'alunno acquisisce e conosce le diverse abilità motorie e le utilizza in modo consapevole, appropriato ed efficace nei vari contesti.</p> <p>L'alunno lavora e si relaziona con gli altri, con la consapevolezza che è necessario ascoltare, interagire e collaborare.</p> <p>L'alunno è consapevole del valore di una regolare attività fisica per il benessere e la tutela della salute.</p>	<p>Formazione della personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea.</p> <p>Conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.</p> <p>Acquisizione del valore del rispetto delle regole concordate e condivise, di una sana cultura sportiva, portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di negazione di qualsiasi forma di violenza.</p> <p>Acquisizione di stili di vita corretti e salutari</p>	<p>Andature in forma varia</p> <p>Salti e saltelli</p> <p>Esercizi con i piccoli attrezzi, anche non codificati</p> <p>Capovolte avanti e indietro</p> <p>Balzi in corsa</p> <p>Lanci di precisione</p> <p>Corsa su distanze varie</p> <p>Staffette</p> <p>Circuiti</p> <p>Esercizi a carico naturale per il potenziamento muscolare</p> <p>Esercizi di mobilità articolare</p> <p>Giochi di squadra</p> <p>Fondamentali individuali della pallavolo e pallacanestro</p> <p>Regole principali della pallavolo e della pallacanestro</p> <p>Atletica leggera</p> <p>Riflessioni, anche scritte, sulle attività svolte</p>	<p>Saper utilizzare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni semplici.</p> <p>Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie.</p> <p>Acquisizione delle capacità coordinative.</p> <p>Nel gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e propositivi</p> <p>Conoscere e rispettare le regole di semplici giochi.</p> <p>Saper gestire le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni.</p>

CLASSE SECONDA

COMPETENZA	OBIETTIVI FORMATIVI (Dalle Indicazioni Nazionali)	CONTENUTI	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO
<p>L'alunno conosce, percepisce se stesso e comprende le sue potenzialità e i suoi limiti</p> <p>L'alunno acquisisce e conosce le diverse abilità motorie e le utilizza in modo consapevole, appropriato ed efficace nei vari contesti.</p> <p>L'alunno lavora e si relaziona con gli altri, con la consapevolezza che è necessario ascoltare, interagire e collaborare.</p> <p>L'alunno è consapevole del valore di una regolare attività fisica per il benessere e la tutela della salute.</p>	<p>Formazione della personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea.</p> <p>Conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.</p> <p>Acquisizione del valore del rispetto delle regole concordate e condivise, di una sana cultura sportiva, portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di negazione di qualsiasi forma di violenza.</p> <p>Acquisizione di stili di vita corretti e salutari</p>	<p>Andature in forma varia</p> <p>Salti e saltelli</p> <p>Esercizi con i piccoli attrezzi, anche non codificati</p> <p>Capovolte avanti e indietro</p> <p>Balzi in corsa</p> <p>Lanci di precisione</p> <p>Corsa su distanze varie</p> <p>Staffette</p> <p>Circuiti</p> <p>Esercizi a carico naturale per il potenziamento muscolare</p> <p>Esercizi di mobilità articolare</p> <p>Giochi di squadra</p> <p>Fondamentali individuali e di squadra della pallavolo e pallacanestro</p> <p>Regolamento della pallavolo e della pallacanestro</p> <p>Atletica leggera</p> <p>Riflessioni, anche scritte, sulle attività svolte</p>	<p>Saper utilizzare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove.</p> <p>Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie.</p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco.</p> <p>Consolidamento delle capacità coordinative.</p> <p>Nel gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e propositivi</p> <p>Conoscere e rispettare le regole di giochi e di sport.</p> <p>Saper gestire le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria che di sconfitta.</p> <p>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici propri dell'età.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni.</p> <p>Conoscere gli effetti nocivi di integratori, sostanze illecite o che inducono dipendenza.</p>

CLASSE TERZA

COMPETENZA	OBIETTIVI FORMATIVI (Dalle Indicazioni Nazionali)	CONTENUTI	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO
<p>L'alunno conosce, percepisce se stesso e comprende le sue potenzialità e i suoi limiti</p> <p>L'alunno acquisisce e conosce le diverse abilità motorie e le utilizza in modo consapevole, appropriato ed efficace nei vari contesti.</p> <p>L'alunno lavora e si relaziona con gli altri, con la consapevolezza che è necessario ascoltare, interagire e collaborare.</p> <p>L'alunno è consapevole del valore di una regolare attività fisica per il benessere e la tutela della salute.</p>	<p>. Formazione della personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea.</p> <p>Conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.</p> <p>Acquisizione del valore del rispetto delle regole concordate e condivise, di una sana cultura sportiva, portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di negazione di qualsiasi forma di violenza.</p> <p>Acquisizione di stili di vita corretti e salutari</p>	<p>Andature in forma varia Salti e saltelli Esercizi con i piccoli attrezzi, anche non codificati Capovolte avanti e indietro Balzi in corsa Lanci di precisione Corsa su distanze varie Staffette Circuiti Esercizi a carico naturale per il potenziamento muscolare Esercizi di mobilità articolare Giochi di squadra Tecnica della pallavolo e pallacanestro Regolamento della pallavolo e della pallacanestro Atletica leggera</p>	<p>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. Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie. Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco. Nel gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e propositivi, realizzando strategie nuove. Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati, assumendo anche il ruolo di giudice o di arbitro. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria che di sconfitta. Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici propri dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro per migliorare le prestazioni. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. 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 gli effetti nocivi di integratori, sostanze illecite o che inducono dipendenza.</p>