

ED. FISICA. QUADRO SINOTTICO DELLE COMPETENZE PER CIASCUN GRADO SCOLASTICO

SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p>Sperimenta schemi motori e posturali ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</p>	<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p>Utilizza i diversi schemi motori in rapporto allo spazio e al tempo.</p>	<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p>
<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p>Vive pienamente la propria corporeità e ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo.</p>	<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</p>	<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p>Utilizza gli aspetti comunicativo - relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.</p>
<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p>Interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza e nella comunicazione espressiva.</p>	<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p>Partecipa attivamente alle diverse proposte di gioco-sport, rispettando indicazioni e regole.</p>	<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p>Pratica attivamente i valori sportivi(fair play)come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p>
<p style="text-align: center;">SALUTE E BENESSERE,PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</p>	<p style="text-align: center;">SALUTE E BENESSERE,PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri e riconoscere i principi essenziali relativi al proprio benessere psico-fisico.</p>	<p style="text-align: center;">SALUTE E BENESSERE,PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p>

SCUOLA DELL'INFANZIA
CAMPO DI ESPERIENZA "IL CORPO E IL MOVIMENTO"
Educazione motoria - BAMBINI ANNI 3

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Sperimenta schemi posturali e motori, adattandoli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</i></p>	<p>Sapersi muovere all'interno di uno spazio; orientare i propri spostamenti nello spazio vissuto rispettando semplici consegne.</p>	<p>Giochi individuali e di gruppo eseguendo semplici percorsi per l'esplorazione e l'orientamento nello spazio vissuto.</p>
<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</p> <p><i>Vive pienamente la propria corporeità, percependone il potenziale comunicativo ed espressivo.</i></p>	<p>Percepire il sé corporeo e riconoscere le principali espressioni del viso; imparare a riconoscere e nominare elementi del corpo su di sé e sugli altri.</p>	<p>Attività finalizzate alla scoperta del corpo; giochi di imitazione e di mimo sull'espressione delle principali emozioni.</p>
<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica e nella comunicazione espressiva.</i></p>	<p>Saper rispettare semplici regole; coordinare andature e gesti in maniera ritmica.</p>	<p>Giochi di conoscenza e di socializzazione attraverso l'attività musicale; giochi con regole</p>
<p style="text-align: center;">SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Impara a controllare l'esecuzione del gesto, valutandone il rischio. Adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</i></p>	<p>Cominciare apprendere coscienza del proprio corpo, anche in rapporto all'ambiente circostante; praticare una corretta cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</p>	<p>Giochi motori di esplorazione dello spazio ambiente; esperienze relative alla cura di sé nella routine scolastica.</p>

SCUOLA DELL'INFANZIA
CAMPO DI ESPERIENZA "IL CORPO E IL MOVIMENTO"
Educazione motoria - BAMBINI ANNI 4

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Sperimenta schemi posturali e motori, adattandoli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</i></p>	<p>Rafforzare la conoscenza del sé corporeo, in rapporto agli oggetti ed all'ambiente circostante.</p>	<p>Giochi motori di esplorazione dello spazio-ambiente</p>
<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</p> <p><i>Vive pienamente la propria corporeità, percependone il potenziale comunicativo ed espressivo.</i></p>	<p>Percepire, denominare e rappresentare lo schema corporeo, riconoscendone le differenze sessuali;</p> <p>esercitare le potenzialità sensoriali, conoscitive, ritmiche ed espressive del corpo.</p>	<p>Giochi simbolici e di ruolo sull'utilizzo espressivo e creativo del proprio corpo; rappresentazioni grafiche dello schema corporeo.</p>
<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica e nella comunicazione espressiva.</i></p>	<p>Interagire positivamente con gli altri</p> <p>Rispettare le regole di giochi organizzati</p>	<p>Giochi cooperativi; Attività ludico-musicali; giochi di squadra.</p>
<p style="text-align: center;">SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Impara a controllare l'esecuzione del gesto, valutandone il rischio. Adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</i></p>	<p>Possedere autocontrollo motorio;</p> <p>acquisire pratiche corrette di igiene e di sana alimentazione.</p>	<p>Valorizzazione di gesti e azioni adeguati alle situazioni;</p> <p>attività di routine per consolidare l'autonomia.</p>

SCUOLA DELL'INFANZIA
CAMPO DI ESPERIENZA "IL CORPO E IL MOVIMENTO"
Educazione Motoria BAMBINI ANNI 5

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Sperimenta schemi posturali e motori, adattandoli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</i></p>	<p>Controllare gli schemi posturali: arrampicarsi, saltare, scivolare rotolare stare in equilibrio; percepire e controllare il proprio corpo in movimento.</p>	<p>Incarichi e consegne per organizzare la propria azione nella vita quotidiana; esperienze motorie nello spazio circostante.</p>
<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</p> <p><i>Vive pienamente la propria corporeità, percependone il potenziale comunicativo ed espressivo.</i></p>	<p>Prendere coscienza della propria identità di genere per la costruzione di una corretta immagine di sé; comprendere e seguire nei contesti ludici e motori le potenzialità del proprio corpo.</p>	<p>Rappresentazioni grafiche e completamento dello schema corporeo fermo e in movimento; attività percettivo -sensoriali con l'uso del proprio corpo e delle sue potenzialità.</p>
<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica e nella comunicazione espressiva.</i></p>	<p>Organizzare le proprie azioni in base a regole di convivenza, a tempi e spazi; imparare a seguire ,nei contesti ludici e motori, le indicazioni date attraverso la voce, il suono, i simboli, i gesti.</p>	<p>Esercizi ludico-motori; lettura delle espressioni del viso; attività mirate al coordinamento corpo e musica.</p>
<p style="text-align: center;">SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Impara a controllare l'esecuzione del gesto, valutandone il rischio. Adotta pratiche corrette di cura di sé, d'igiene e di sana alimentazione.</i></p>	<p>Riconoscere le dinamiche causa-effetto nella gestione del corpo e del movimento; gestire in autonomia la propria persona, aver cura dei propri oggetti e acquisire sane abitudini alimentari.</p>	<p>Giochi e attività per misurare i comportamenti da seguire in caso di pericolo; attività finalizzate alla conoscenza delle differenze di genere e alla cura di sé, di igiene e di corretta alimentazione.</p>

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Utilizza i diversi schemi motori in rapporto allo spazio e al tempo.</i></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 base. - Consolidare la coordinazione oculo-manuale e la motricità manuale fine. - Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date. 	<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 spazio-temporali. – Il movimento naturale del saltare. – 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.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</i></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 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.
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Partecipa attivamente alle diverse proposte di gioco-sport, rispettando indicazioni e regole</i></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.
<p>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri e riconosce i principi essenziali relativi al proprio benessere psico-fisico.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. – Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> -Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni. - Stare bene in palestra.

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Utilizza i diversi schemi motori in rapporto allo spazio e al tempo.</i></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 base. - 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. 	<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. - 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). - Esercizi e attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche. - Percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</i></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 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. - Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro- musicale- gestuale.
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Partecipa attivamente alle diverse proposte di gioco-sport, rispettando indicazioni e regole</i></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"> - 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
<p>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri e riconosce i principi essenziali relativi al proprio benessere.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> -Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni. - Stare bene in palestra. - Norme principali per la prevenzione e tutela.

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Utilizza i diversi schemi motori in rapporto allo spazio e al tempo</i></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 ...). - Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. - 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lo schema corporeo - Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo). - Il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</i></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"> - Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale, gestuale. - Giochi di comunicazione in funzione del messaggio. - Esecuzione di danze popolari.
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Partecipa attivamente alle diverse proposte di gioco-sport, rispettando indicazioni e regole.</i></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"> - 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>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri e riconosce i principi essenziali relativi al proprio benessere psico-fisico.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Stare bene in palestra. - Norme principali per la prevenzione e tutela. - Principi per una corretta alimentazione.

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Utilizza i diversi schemi motori in rapporto allo spazio e al tempo.</i></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 statico-dinamico del proprio corpo. - 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. 	<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.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</i></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.
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Partecipa attivamente alle diverse proposte di gioco-sport, rispettando indicazioni e regole.</i></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. - Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, manifestando senso di responsabilità. 	<ul style="list-style-type: none"> - Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi (minivolley, minibasket...). - Acquisizione progressiva delle regole di alcuni giochi sportivi. - Collaborazione, confronto, competizione con Giochi di regole. - Collaborazione, confronto, competizione costruttiva.
<p>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri e riconoscere i principi essenziali relativi al proprio benessere psico-fisico.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Regole specifiche per la prevenzione degli infortuni. - Alimentazione e sport. - L'importanza della salute.

COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Utilizza i diversi schemi motori in rapporto allo spazio e al tempo</i></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. - 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 situazioni esecutive sempre più complesse. 	<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>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee</i></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.
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Partecipa attivamente alle diverse proposte di gioco-sport, rispettando indicazioni e regole</i></p>	<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 favorendo sentimenti di rispetto e cooperazione. 	<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>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri e riconoscere i principi essenziali relativi al proprio benessere psico-fisico.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Regole specifiche per la prevenzione degli infortuni. - Alimentazione e sport. - L'importanza della salute.

ED. FISICA-CLASSI PRIME SCUOLA SECONDARIA I° GRADO

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Coordina e utilizza diversi schemi motori;</i></p> <p><i>Riconosce e valuta traiettorie e distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport; - Saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere un determinato problema motorio - Realizzare movimenti e sequenze di movimenti su strutture temporali via via più complesse. 	<ul style="list-style-type: none"> -Le capacità coordinative sviluppate nelle abilità -Gli elementi che servono a mantenere l'equilibrio e le posizioni del corpo che lo facilitano -Le componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo -Attività ludiche e sportive in vari ambienti naturali.
<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza il corpo e le sue funzioni senso-percettive.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo - Saper controllare i segmenti corporei in situazioni complesse - Riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento. 	<ul style="list-style-type: none"> -Le modifiche strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo - Il sistema cardio-respiratorio in relazione al movimento.
<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra. -Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi. -Rispettare le regole del fair play. 	<ul style="list-style-type: none"> -Gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport -Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco -Le regole del fair play.
<p style="text-align: center;">SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti.</i></p>	<p>Utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo.</p>	<p>Le norme generali di prevenzione degli infortuni.</p>

ED. FISICA – CLASSI SECONDE – SCUOLA SECONDARIA I° GRADO

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p style="text-align: center;">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Coordina e utilizza diversi schemi motori anche in forma simultanea.</i></p> <p><i>Riconosce e valuta traiettorie e distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento in relazione a sé, agli oggetti e agli altri.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. -Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria. -Sapersi orientare nell'ambiente naturale attraverso la lettura e decodificazione di mappe. 	<ul style="list-style-type: none"> -Gli elementi che servono a mantenere l'equilibrio e le posizioni del corpo che lo facilitano. -Le componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo. -Gli andamenti del ritmo (regolare, periodico). -Strutture temporali sempre più complesse.
<p style="text-align: center;">IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO- ESPRESSIVA</p> <p><i>Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi. -Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. -Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. 	<ul style="list-style-type: none"> -Le tecniche di espressione corporea. -I gesti arbitrari delle principali discipline sportive praticate.
<p style="text-align: center;">IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra. -Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi. -Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro e/o funzioni di giuria. -Saper gestire gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la "sconfitta" -Rispettare le regole del fair play. 	<ul style="list-style-type: none"> -Gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport. -Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco. -Le regole del fair play.
<p style="text-align: center;">SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti;</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> . Saper acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria, in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza -Giungere, secondo i propri tempi, alla presa di coscienza e al riconoscimento che l'attività realizzata e le procedure utilizzate migliorano le qualità coordinative e condizionali, facendo acquisire uno stato di benessere - Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita 	<ul style="list-style-type: none"> . Effetti delle attività motorie per il benessere della persona e prevenzione delle malattie -L'efficienza fisica e autovalutazione delle proprie capacità e performance -Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione

ED. FISICA- CLASSI TERZE- SCUOLA SECONDARIA I° GRADO

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <p><i>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alla situazione</i></p>	<p>Prevedere correttamente l'andamento di una azione valutando tutte le informazioni utili al raggiungimento di un risultato positivo</p> <ul style="list-style-type: none"> -Saper utilizzare e trasferire le abilità acquisite in contesti diversi, nell'uso di oggetti che creano situazioni di forte disequilibrio -Utilizzare le variabili spazio-tempo nelle situazioni collettive per cercare l'efficacia del risultato -Condurre e lasciarsi condurre dal ritmo -Realizzare sequenze di movimenti in gruppo nel rispetto di strutture temporali complesse. 	<p>-Approfondimento delle capacità coordinative sviluppate nelle abilità</p> <ul style="list-style-type: none"> -Le conoscenze relative all'equilibrio nell'uso di strumenti più complessi -Le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva -I diversi tipi di attività motoria e sportiva.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p> <p><i>Utilizza gli aspetti comunicativi-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.</i></p>	<p>Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi,</p> <ul style="list-style-type: none"> -Rappresentare idee, stati d'animo e storie sempre più complesse mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo -Saper decodificare con sicurezza i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco -Variare e strutturare le diverse forme di movimento. 	<p>L'espressione corporea e la comunicazione efficace.</p>
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <p><i>Pratica attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</i></p> <p><i>Controlla le proprie emozioni in situazioni nuove e durante il gioco.</i></p>	<p>Rispettare le regole nei giochi di squadra (pallavolo, basket..), svolgere un ruolo attivo utilizzando le proprie abilità tecniche e tattiche</p> <ul style="list-style-type: none"> -Partecipare attivamente alla scelta della tattica di squadra e alla sua realizzazione -Arbitrare una partita degli sport praticati -Stabilire corretti rapporti interpersonali -Mettere in atto comportamenti operativi all'interno del gruppo -Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la "sconfitta" -Applicare il "fair play" (gioco leale) durante lo svolgimento di giochi e gare individuali e di squadra. 	<p>Le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi</p> <ul style="list-style-type: none"> -Il concetto di anticipazione motoria -I gesti arbitrari delle discipline sportive praticate -Le modalità relazionali che valorizzano le diverse capacità.
<p>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</p> <p><i>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</i></p>	<p>Mettere in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> -Saper applicare i principi metodologici utilizzati, per mantenere un buono stato di salute . -Creare semplici percorsi di allenamento -Mettere in atto comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo, cognitivo. 	<p>Regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, in casa, in ambienti esterni.</p> <ul style="list-style-type: none"> -I principi basilari dei diversi metodi di allenamento utilizzati, finalizzati al miglioramento dell'efficienza.