

ISTITUTO COMPRENSIVO “J.TINTORETTO” - GRANTORTO

CURRICOLO VERTICALE

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: **CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE: ESPRESSIONE CORPOREA**

DISCIPLINA DI RIFERIMENTO: ED. 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">• 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.• Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport 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 e a un corretto regime alimentare.• Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.	<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.

SCUOLA PRIMARIA

ED. FISICA CLASSE 1^

COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1) ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ, DEL PROPRIO CORPO E CONSOLIDARE LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI DI BASE.</p> <p>2) UTILIZZARE IL LINGUAGGIO CORPOREO E MOTORIO PER COMUNICARE ED ESPRIMERE I PROPRI STATI D'ANIMO ANCHE ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMO-MUSICALI E COREUTICHE.</p> <p>3) COMPRENDERE ALL'INTERNO DELLE VARIE OCCASIONI DI GIOCO E DI SPORT IL VALORE DELLE REGOLE E L'IMPORTANZA DI RISPETTARLE</p> <p>4) MUOVERSI NELL'AMBIENTE DI SCUOLA E DI VITA METTENDO IN ATTO ATTEGGIAMENTI CHE GARANTISCONO LA SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI</p> <p>5) RICONOSCERE I PRINCIPI ESSENZIALI PER IL PROPRIO BENESSERE PSICO-FISICO.</p>	<p align="center">IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ol style="list-style-type: none"> Riconoscere e denominare le varie parti del corpo, su di sé e sugli altri. Coordinare e utilizzare i diversi schemi motori di base (camminare, correre, saltare, lanciare....) Sviluppare la coordinazione oculo manuale e oculo-podalica. Prendere coscienza della propria lateralità. Muoversi in risposta agli stimoli ricevuti attraverso i cinque sensi. <p align="center">IL LINGUAGGIO DEL CORPO</p> <ol style="list-style-type: none"> Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche. Eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive anche seguendo ritmi. <p align="center">IL GIOCO, LO SPORT , LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <ol style="list-style-type: none"> Partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole. Cooperare all'interno di un gruppo. Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità. <p align="center">SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <ol style="list-style-type: none"> Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria. Conoscere le regole essenziali per l'igiene personale e una corretta alimentazione. 	<ol style="list-style-type: none"> Schema corporeo. Schemi motori e posturali: camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare e arrampicare. Posizioni del corpo in rapporto allo spazio e al tempo: contemporaneità, successione, alternanza, equilibrio,... La gestualità fino-motoria e la utilizza con piccoli attrezzi. Come muoversi secondo una direzione data, controllando la lateralità e adattando gli schemi motori. Differenti percezioni sensoriali, le distingue e le ricorda (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche). Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo. Un linguaggio corporeo semplice per esprimere emozioni, stati d'animo e aspetti della realtà (giochi d'imitazione, d'immaginazione). Giochi tradizionali. Giochi popolari. Giochi organizzati sotto forma di gare (percorsi, staffette, ecc..)

SCUOLA PRIMARIA

ED. FISICA CLASSE 2^

COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1) ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ, DEL PROPRIO CORPO E CONSOLIDARE LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI DI BASE.</p> <p>2) UTILIZZARE IL LINGUAGGIO CORPOREO E MOTORIO PER COMUNICARE ED ESPRIMERE I PROPRI STATI D'ANIMO ANCHE ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMO-MUSICALI E COREUTICHE.</p> <p>3) COMPRENDERE ALL'INTERNO DELLE VARIE OCCASIONI DI GIOCO E DI SPORT IL VALORE DELLE REGOLE E L'IMPORTANZA DI RISPETTARLE</p> <p>4) MUOVERSI NELL'AMBIENTE DI SCUOLA E DI VITA METTENDO IN ATTO ATTEGGIAMENTI CHE GARANTISCONO LA SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI</p> <p>5) RICONOSCERE I PRINCIPI ESSENZIALI PER IL PROPRIO BENESSERE PSICO-FISICO.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). 2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. <p align="center">IL LINGUAGGIO DEL CORPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza. <p>IL GIOCO, LO SPORT , LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Partecipare al gioco collettivo,rispettando indicazioni e regole. 5. Cooperare all'interno di un gruppo. 6. Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità. <p align="center">SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. 5. Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria. 6. Conoscere le regole essenziali per l'igiene personale e una corretta alimentazione. 	<ol style="list-style-type: none"> a) Movimenti del corpo e degli arti; andature; mimica; coordinazione di movimenti di vari segmenti; esercizi di equilibrio statico e dinamico. b) Flettere, estendere, spingere, inclinare, ruotare, piegare, circondurre,slanciare. c) Camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare. d) Eseguire correttamente capriole. e) Correre su una linea, alternando gli appoggi dx e sx , dentro spazi regolari. f) Saltare a piedi uniti, con un piede, saltare nel cerchio, a dx , a sx, in avanti , indietro, ecc. g) Correre a passi corti, alzando le ginocchia, calciando dietro.... h) Esercizi a coppie da eseguire a specchio, con o senza attrezzi. i) Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo e la mimica facciale. j) Giochi tradizionali e giochi organizzati sotto forma di gare (percorsi, staffette...) k) Giochi di squadra l) Elementi di base di alcuni sport (minivolley e mini basket) m) Le regole per una sana alimentazione e un corretto esercizio fisico. n) Le regole di comportamento finalizzate a garantire la sicurezza per sé e gli altri.

COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1) ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ, DEL PROPRIO CORPO E CONSOLIDARE LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI DI BASE.</p> <p>2) UTILIZZARE IL LINGUAGGIO CORPOREO E MOTORIO PER COMUNICARE ED ESPRIMERE I PROPRI STATI D'ANIMO ANCHE ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMO-MUSICALI E COREUTICHE.</p> <p>3) COMPRENDERE ALL'INTERNO DELLE VARIE OCCASIONI DI GIOCO E DI SPORT IL VALORE DELLE REGOLE E L'IMPORTANZA DI RISPETTARLE</p> <p>4) MUOVERSI NELL'AMBIENTE DI SCUOLA E DI VITA METTENDO IN ATTO ATTEGGIAMENTI CHE GARANTISCONO LA SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI</p> <p>5) RICONOSCERE I PRINCIPI ESSENZIALI PER IL PROPRIO BENESSERE PSICO-FISICO</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori statici e dinamici, combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea. 2. Consolidare la lateralità in situazioni statiche e dinamiche rispetto a sé e agli altri. 3. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o coreografie individuali o collettive. <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport. 2. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri e rispettando le diversità. 3. Rispettare le regole durante una competizione manifestando senso di responsabilità. <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. 2. Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. 3. Conoscere le regole essenziali per l’igiene personale e una corretta alimentazione. 	<ol style="list-style-type: none"> a) Movimenti del corpo e degli arti; andature; mimica; coordinazione di movimenti di vari segmenti; esercizi di equilibrio statico e dinamico. b) Flettere, estendere, spingere, inclinare, ruotare, piegare, circondurre, slanciare, elevare... c) Camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi..... d) Eseguire correttamente capriole in avanti e all’indietro. e) Correre su una linea, alternando gli appoggi dx e sx, dentro spazi regolari, tra due linee.... f) Saltare a piedi uniti, con un piede, saltare nel cerchio, a dx, a sx, in avanti, indietro.... g) Percorsi con attrezzi ed esercizi individuali e a coppie h) Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo i) Giochi tradizionali e giochi organizzati sotto forma di gare. j) Giochi di squadra. k) Le regole di comportamento finalizzate a garantire la sicurezza per sé e gli altri. l) Le regole per una sana alimentazione e un corretto esercizio fisico.

COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1) ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ, DEL PROPRIO CORPO E CONSOLIDARE LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI DI BASE.</p> <p>2) UTILIZZARE IL LINGUAGGIO CORPOREO E MOTORIO PER COMUNICARE ED ESPRIMERE I PROPRI STATI D'ANIMO ANCHE ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMO-MUSICALI E COREUTICHE.</p> <p>3) COMPRENDERE ALL'INTERNO DELLE VARIE OCCASIONI DI GIOCO E DI SPORT IL VALORE DELLE REGOLE E L'IMPORTANZA DI RISPETtarLE.</p> <p>4) MUOVERSI NELL'AMBIENTE DI SCUOLA E DI VITA METTENDO IN ATTO ATTEGGIAMENTI CHE GARANTISCONO LA SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI.</p> <p>5) RICONOSCERE I PRINCIPI ESSENZIALI PER IL PROPRIO BENESSERE PSICO-FISICO.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori dinamici e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea anche con l'uso di attrezzi. 2. Riconoscere ed utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi. 3. Controllare il ritmo respiratorio durante l'esercizio. <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport. 2. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri e rispettando le diversità. 3. Rispettare le regole durante una competizione manifestando senso di responsabilità. <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. 2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione ai sani stili di vita. 3. Acquisire consapevolezza dei cambiamenti delle funzioni cardio-respiratorie e muscolari in relazione all'esercizio fisico. 4. Conoscere e praticare autonomamente le regole per l'igiene personale e la corretta alimentazione. 	<ol style="list-style-type: none"> a) Schemi motori e posturali: camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare... b) I diversi schemi motori in funzione dello spazio, del tempo e degli equilibri. c) Muoversi secondo una direzione data, controllando la lateralità, le traiettorie, le distanze. d) Usare con sicurezza e destrezza oggetti ed attrezzi in modo strutturato e non. e) Progettare ed eseguire un percorso, utilizzando schemi motori e/o attrezzi. f) Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo. g) Drammatizzazioni e semplici coreografie. h) Giochi tradizionali e popolari... i) Giochi organizzati sotto forma di gare (percorsi, staffette, ect.) j) Elementi di base di alcuni sport (minivolley e pallacanestro). k) Regole fondamentali di alcune discipline sportive. l) Regole di comportamento finalizzate a garantire la sicurezza per sé e gli altri. m) Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.

COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1) ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ, DEL PROPRIO CORPO E CONSOLIDARE LAPADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI DI BASE.</p> <p>2) UTILIZZARE IL LINGUAGGIO CORPOREO E MOTORIO PER COMUNICARE ED ESPRIMERE I PROPRI STATI D'ANIMO ANCHE ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMO-MUSICALI E COREUTICHE.</p> <p>3) COMPRENDERE ALL'INTERNO DELLE VARIE OCCASIONI DI GIOCO E DI SPORT IL VALORE DELLE REGOLE E L'IMPORTANZA DI RISPETTARLE.</p> <p>4) MUOVERSI NELL'AMBIENTE DI SCUOLA E DI VITA METTENDO IN ATTO ATTEGGIAMENTI CHE GARANTISCONO LA SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI.</p> <p>5) RICONOSCERE I PRINCIPI ESSENZIALI PER IL PROPRIO BENESSERE PSICO-FISICO.</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori dinamici e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea anche con l'uso di attrezzi. 2. Riconoscere ed utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi. 3. Controllare il ritmo respiratorio durante l'esercizio. <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. <p>IL GIOCO, LO SPORT , LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport. 2. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri e rispettando le diversità. 3. Rispettare le regole durante una competizione manifestando senso di responsabilità. <p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE SICUREZZA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. 2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione ai sani stili di vita. 3. Acquisire consapevolezza dei cambiamenti delle funzioni cardio-respiratorie e muscolari in relazione all'esercizio fisico. 4. Conoscere e praticare autonomamente le regole di igiene personale e una corretta alimentazione. 	<ol style="list-style-type: none"> a) Schemi motori e posturali: camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare... b) I diversi schemi motori in funzione dello spazio, del tempo e degli equilibri. c) Muoversi secondo una direzione data, controllando la lateralità, le traiettorie, le distanze. d) Usare con sicurezza e destrezza oggetti ed attrezzi in modo strutturato e non. e) Progettare ed eseguire un percorso, utilizzando schemi motori e/o attrezzi. f) Modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo. g) Drammatizzazioni e semplici coreografie. h) Giochi tradizionali e popolari... i) Giochi organizzati sotto forma di gare (percorsi, staffette, ect.) j) Elementi di base di alcuni sport (minivolley e pallacanestro). k) Regole fondamentali di alcune discipline sportive. l) Regole di comportamento finalizzate a garantire la sicurezza per sé e gli altri. m) Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.

SCUOLA PRIMARIA

EVIDENZE E COMPITI SIGNIFICATIVI

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

EVIDENZE	ESEMPI DI COMPITI SIGNIFICATIVI
<ul style="list-style-type: none">- 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.	<p>ESEMPI</p> <ul style="list-style-type: none">- Partecipare a eventi ludici e sportivi rispettando le regole e tenendo comportamenti improntati a fair-play, lealtà e correttezza- Proporre e spiegare le regole di giochi di squadra conosciuti e non, anche modificandone alcuni aspetti- Rappresentare drammatizzazioni attraverso il movimento e l'uso espressivo del corpo- Costruire decaloghi, schede, vademecum relativi ai corretti stili di vita per la conservazione della propria salute e dell'ambiente.

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE 1^

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1. Utilizzare le abilità motorie e sportive, adattando il movimento alla situazione e mostrando consapevolezza riguardo ai propri limiti e ai propri punti di forza.</p> <p>2. Utilizzare il linguaggio motorio per relazionarsi in modo corretto con gli altri (pari ed adulti), rispettando i criteri di sicurezza e le regole del bene comune.</p>	<p>Sviluppare le capacità coordinative e condizionali</p> <p>Sviluppare destrezza e percezione e le capacità condizionali di forza, velocità, resistenza, mobilità.</p> <p>Allenare alla capacità di lancio-presa, passaggio della palla per la pratica del gioco presportivo della palla rilanciata</p> <p>Avviare ai fondamentali della pallacanestro (palleggio, passaggio, tiro)</p> <p>Avviare all'hockey su prato (centro sportivo scolastico)</p> <p>Far apprezzare il gioco ludico come momento di divertimento e/o di riscaldamento</p>	<p>Capacità coordinative e condizionali</p> <p>1. Capacità coordinative e condizionali</p> <p>2. Tecniche di base dell'atletica leggera</p> <p>Fondamentali e regole della palla rilanciata</p> <p>Fondamentali e regole di base della pallacanestro</p> <p>Fondamentali e regole dell'hockey su prato</p> <p>Giochi ludici e loro valenza motoria</p> <p>Conoscenza di altre discipline sportive</p>

EVIDENZE E COMPITI SIGNIFICATIVI

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE	
EVIDENZE	ESEMPI DI COMPITI SIGNIFICATIVI
L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti	Funicella Spalliera svedese Figure di pre-acrobatica
Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando movimento in situazioni diversificate.	Circuit training condizionale e circuit training coordinativo (percorsi di abilità)
Agisce rispettando i valori sportivi (fair – play)	Corsa di velocità Salto in alto “tecnica Fosbury” Salto in lungo Lancio del vortex Staffetta 4x100 Corsa campestre - mezzo fondo Palla rilanciata Pallacanestro Hockey su prato Giochi ludici con regole codificate e non
Stabilisce relazioni positive con gli altri, utilizzando il linguaggio motorio e rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri (trasversale)	Rafting

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE 2^

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1. Utilizzare le abilità motorie e sportive, adattando il movimento alla situazione e mostrando consapevolezza riguardo ai propri limiti e ai propri punti di forza.</p> <p>2. Utilizzare il linguaggio motorio per relazionarsi in modo corretto con gli altri (pari ed adulti), rispettando i criteri di sicurezza e le regole del bene comune.</p>	<p>Sviluppare le capacità coordinative e condizionali</p> <p>Sviluppare destrezza e percezione e le capacità condizionali di forza, velocità, resistenza, mobilità.</p> <p>Allenare i fondamentali della pallavolo (palleggio, bagher, battuta, schiacciata e muro)</p> <p>Avviare ai fondamentali della pallacanestro (palleggio, passaggio, tiro)</p> <p>Avviare all'hockey su prato (centro sportivo scolastico)</p> <p>Allenare i fondamentali del calcio a 5 (conduzione, passaggio, tiro)</p> <p>Far apprezzare il gioco ludico come momento di divertimento e/o di riscaldamento</p>	<p>Capacità coordinative e condizionali</p> <p>1. Capacità coordinative e condizionali</p> <p>2. Tecniche di base dell'atletica leggera</p> <p>Fondamentali e regole di base della pallavolo</p> <p>Fondamentali e regole di base della pallacanestro</p> <p>Fondamentali e regole dell'hockey su prato</p> <p>Fondamentali e regole di base del calcio a 5</p> <p>Giochi ludici e loro valenza motoria</p> <p>Conoscenza di altre discipline sportive</p>

EVIDENZE E COMPITI SIGNIFICATIVI

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

EVIDENZE	ESEMPI DI COMPITI SIGNIFICATIVI
L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti	Funicella Spalliera svedese Quadro svedese Figure di pre-acrobatica
Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando movimento in situazione	Circuit training condizionale e circuit training coordinativo (percorsi di abilità) Corsa di velocità Salto in alto "tecnica Fosbury" Salto in lungo Lancio del vortex Staffetta 4x100 Corsa campestre - mezzo fondo
Agisce i valori sportivi (fair – play)	Pallavolo Pallacanestro Hockey su prato Calcio a 5 Giochi ludici con regole codificate e non
Stabilisce relazioni positive con gli altri, utilizzando il linguaggio motorio e rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri (trasversale)	Sci di fondo

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE 3[^]

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>1. Utilizzare le abilità motorie e sportive, adattando il movimento alla situazione e mostrando consapevolezza riguardo ai propri limiti e ai propri punti di forza.</p> <p>2. Utilizzare il linguaggio motorio per relazionarsi in modo corretto con gli altri (pari ed adulti), rispettando i criteri di sicurezza e le regole del bene comune.</p>	<p>Sviluppare le capacità coordinative e condizionali</p> <p>Sviluppare destrezza e percezione e le capacità condizionali di forza, velocità, resistenza, mobilità</p> <p>Allenare i fondamentali della pallavolo (palleggio, bagher, battuta, schiacciata e muro)</p> <p>Avviare ai fondamentali della pallacanestro (palleggio, passaggio, tiro)</p> <p>Avviare all'hockey su prato (centro sportivo scolastico)</p> <p>Allenare i fondamentali del calcio a 5 (conduzione, passaggio, tiro)</p> <p>Far apprezzare il gioco ludico come momento di divertimento e/o di riscaldamento</p>	<p>Capacità coordinative e condizionali</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Capacità coordinative e condizionali 2. Tecniche di base dell'atletica leggera <p>Fondamentali e regole di base della pallavolo</p> <p>Fondamentali e regole di base della pallacanestro</p> <p>Fondamentali e regole dell'hockey su prato</p> <p>Fondamentali e regole di base del calcio a 5</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Giochi ludici e loro valenza motoria 2. Conoscenza di altre discipline sportive

EVIDENZE E COMPITI SIGNIFICATIVI

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

EVIDENZE	ESEMPI DI COMPITI SIGNIFICATIVI
L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti	Funicella Spalliera svedese Quadro svedese Figure di pre-acrobatica
Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando movimento in situazione	Circuit training condizionale e circuit training coordinativo (percorsi di abilità)
Agisce i valori sportivi (fair – play)	Corsa di velocità Salto in alto “tecnica Fosbury” Salto in lungo Lancio del peso (metodo o'Brien) Staffetta 4x100 Corsa campestre - mezzo fondo Pallavolo Pallacanestro Hockey su prato Calcio a 5 Giochi ludici con regole codificate e non
Stabilisce relazioni positive con gli altri, utilizzando il linguaggio motorio e rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri (trasversale)	Badminton