

CURRICOLO VERTICALE  
di

# MOTORIA

Anno scolastico 2016/2017



## SCHEMI MOTORI E POSTURALI

### **SCUOLA DELL'INFANZIA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SCHEMI MOTORI E POSTURALI</i>	<p>Riconosce le varie parti del proprio corpo</p> <p>Mette in relazione il proprio corpo nello spazio e con gli altri</p>	<p>Si avvicina agli schemi motori di base</p> <p>Comincia a prendere coscienza del corpo in equilibrio statico e dinamico</p> <p>Sperimenta forme di destrezza</p> <p>Avvio alla lateralizzazione</p> <p>Sviluppo della coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica</p> <p>Avvio allo sviluppo delle capacità coordinative anche in situazioni statiche e dinamiche</p> <p>Rappresenta il proprio corpo in movimento</p> <p>Completa grafismi</p>	<p>Percorsi in palestra</p> <p>Giochi psicomotori</p> <p>Schede Frostig</p> <p>Rielaborazione grafica dell'attività motoria</p> <p>Giochi di denominazione delle parti del corpo</p>

### **SCUOLA PRIMARIA**

#### *CLASSE PRIMA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
SCHEMI MOTORI E	<p>Iniziale acquisizione della consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e saperle rappresentare graficamente</p> <p>Utilizzare semplici schemi motori di base</p>	<p>Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo</p>

POSTURALI	<p>Sperimenta le capacità coordinative ed impara a controllare i movimenti</p> <p>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'utilizzo degli schemi motori e posturali</p>	<p>Iniziare a acquisire la coordinazione oculo-manuale e la motricità manuale fine</p> <p>Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date</p>	<p>Giochi di gruppo, di coordinazione motoria per favorire la conoscenza dei compagni</p> <p>Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali</p> <p>Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali</p>
-----------	---	---	---

*CLASSE SECONDA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SCHEMI MOTORI E POSTURALI</i>	<p>Comincia ad acquisire consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo e semplici movimenti</p> <p>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso il coordinamento di semplici schemi motori e posturali</p> <p>Comincia ad adattare i movimenti alle variabili spaziali e temporali</p>	<p>Denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</p> <p>Riconoscere le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)</p> <p>Iniziare a combinare semplici schemi motori (correre/saltare, afferrare/ lanciare...)</p> <p>Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date</p> <p>Utilizzare i principali schemi motori di base</p> <p>Sperimentare situazioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo</p>	<p>Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo</p> <p>Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali</p> <p>Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali</p> <p>Il movimento naturale del saltare</p> <p>I movimenti naturali del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa</p> <p>Il naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani</p> <p>Percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione</p>

**CLASSE TERZA**

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SCHEMI MOTORI E POSTURALI</i>	<p>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>Coordina e controlla i movimenti</p> <p>Acquisisce padronanza degli schemi motori e posturali</p> <p>Si sa adattare alle variabili spaziali e temporali</p>	<p>Riconoscere e memorizzare informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro</p> <p>Sviluppare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p>	<p>Lo schema corporeo</p> <p>Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo)</p> <p>Il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare)</p>

**CLASSE QUARTA**

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SCHEMI MOTORI E POSTURALI</i>	<p>Acquisisce più consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo</p> <p>Sviluppa il controllo e la coordinazione dei movimenti globali e specifici</p> <p>Acquisisce consapevolezza di sé, maggiore padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali</p>	<p>Riconoscere, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro - controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche</p>	<p>Giochi selezionati per l'intervento degli schemi motori di base</p> <p>Esercizi per l'equilibrio statico, dinamico e di volo</p> <p>Esercizi di reazione, orientamento e di educazione al ritmo.</p> <p>Capacità di anticipazione.</p> <p>Capacità di combinazione e</p>

		con il proprio corpo e con attrezzi	accoppiamento dei movimenti
--	--	-------------------------------------	-----------------------------

**CLASSE QUINTA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p><i>SCHEMI MOTORI E POSTURALI</i></p>	<p>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e l'organizzazione degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti</p> <p>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</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi corporei combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea</p> <p>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>	<p>Giochi selezionati per l'intervento degli schemi motori di base</p> <p>Esercizi di incremento di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- equilibrio statico, dinamico e di volo</li> <li>- anticipazione</li> <li>- combinazione e accoppiamento dei movimenti</li> <li>- reazione</li> <li>- orientamento</li> <li>- ritmiche</li> </ul>

## SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### CLASSE PRIMA

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
SCHEMI MOTORI E POSTURALI	<p>Sa orientare il proprio corpo nello spazio e nel tempo</p> <p>Conosce e sviluppa le qualità fisiche di cui è naturalmente dotato</p>	<p>Saper coordinare in maniera semplice e composta i movimenti dei quattro arti</p> <p>Saper utilizzare le proprie capacità in situazioni semplici e normali di esecuzione (equilibrio posturale, coordinazione generale e segmentaria, percezione spazio-temporale, apprezzamento distanze e traiettorie)</p> <p>Saper accoppiare e combinare i movimenti, saper eseguire piccole sequenze ritmiche, saper realizzare, adeguarsi, anticipare o ritardare il movimento in base alla variabilità della richiesta</p> <p>Saper incrementare e migliorare secondo i propri livelli le funzioni dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio, le capacità di resistenza, velocità generale, forza rapida, mobilità generale, flessibilità articolare</p>	<p>Camminata e corsa in tutte le loro variabili andature con esercizi "combinati"</p> <p>salto in tutte le variabili ( alto, basso, lungo), con piccoli attrezzi e grandi attrezzi</p> <p>lancio in modi e con traiettorie diverse (vortex, peso, piccoli attrezzi)</p> <p>es. di orientamento del proprio corpo nello spazio nel tempo</p> <p>es. di coordinazione semplice e composta</p> <p>es. per l'equilibrio statico e dinamico ( a terra, sull'asse di equilibrio, sulla trave)</p> <p>es. di educazione al ritmo</p> <p>es. a corpo libero di scioltezza articolare, di mobilità e flessibilità</p> <p>es. di incremento della forza degli arti superiori ed inferiori a corpo libero</p> <p>es. di potenziamento muscolare generale a corpo libero, ai grandi e piccoli attrezzi</p> <p>es. a carico naturale e non incremento della corsa di resistenza generale</p> <p>esercitazioni specifiche per la velocità</p> <p>prove di staffetta veloce</p> <p>esecuzione di percorsi misti per</p>

			la destrezza e la coordinazione es. ai piccoli e grandi attrezzi es. di acrobatica
--	--	--	--

CLASSE SECONDA

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
SCHEMI MOTORI E POSTURALI	<p>Sa orientare il proprio corpo nello spazio e nel tempo</p> <p>Conosce e sviluppa le qualità fisiche di cui è naturalmente dotato</p>	<p>Saper coordinare in maniera semplice e composta i movimenti dei quattro arti</p> <p>Saper utilizzare efficacemente le proprie capacità in situazioni semplici e normali di esecuzione (equilibrio posturale, coordinazione generale e segmentaria, percezione spazio-temporale, apprezzamento distanze e traiettorie)</p> <p>saper accoppiare e combinare i movimenti, saper eseguire piccole sequenze ritmiche, saper realizzare, adeguarsi, anticipare o ritardare il movimento in base alla variabilità della richiesta</p> <p>Saper incrementare e migliorare secondo i propri livelli le funzioni dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio, le capacità di resistenza, velocità generale forza rapida mobilità generale flessibilità articolare</p>	<p>Camminare e correre in tutte le loro variabili andature con esercizi "combinati"</p> <p>saltare in tutte le variabili (alto, basso, lungo), con piccoli attrezzi e grandi attrezzi</p> <p>lanciare in modi e con traiettorie diverse (vortex, peso, piccoli attrezzi)</p> <p>es. di orientamento del proprio corpo nello spazio nel tempo</p> <p>es. di coordinazione semplice e composta</p> <p>es. per l'equilibrio statico e dinamico (a terra, sull'asse di equilibrio, sulla trave)</p> <p>es. di educazione al ritmo</p> <p>es. a corpo libero di scioltezza articolare, di mobilità e flessibilità</p> <p>es. di incremento della forza degli arti superiori ed inferiori a corpo libero</p> <p>es. di potenziamento muscolare generale a corpo libero, ai grandi e piccoli attrezzi</p> <p>es. a carico naturale e non incremento della corsa di</p>

			<p>resistenza generale</p> <p>esercitazioni specifiche per la velocità</p> <p>prove di staffetta veloce</p> <p>esecuzione di percorsi misti per la destrezza e la coordinazione</p> <p>es. ai piccoli e grandi attrezzi</p> <p>es. di acrobatica</p>
--	--	--	--

**CLASSE TERZA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
SCHEMI MOTORI E POSTURALI	<p>Sa utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto motorio nelle diverse situazioni di movimento</p> <p>Conosce e sviluppa le qualità fisiche di cui è naturalmente dotato</p>	<p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali</p> <p>Saper prevedere correttamente l'andamento e il risultato di un'azione</p> <p>Saper risolvere, in maniera personale e creativa, un determinato problema motorio e sportivo ma anche variare e riprodurre nuove forme di movimento</p> <p>Saper utilizzare efficacemente le abilità apprese anche in situazioni diverse e in contesti problematici</p> <p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport</p> <p>Saper incrementare e migliorare le funzioni dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio</p> <p>le capacità di resistenza</p> <p>la velocità generale</p> <p>la forza rapida</p> <p>la mobilità generale</p> <p>la flessibilità articolare attraverso l'utilizzo dei piani di lavoro proposti</p>	<p>Camminata e corsa in tutte le loro variabili andature con esercizi "combinati"</p> <p>salto in tutte le variabili ( alto, basso, lungo), con piccoli attrezzi e grandi attrezzi</p> <p>lancio in modi e con traiettorie diverse</p> <p>es. di orientamento del proprio corpo nello spazio nel tempo</p> <p>es. di coordinazione semplice e composta</p> <p>es. per l'equilibrio statico e dinamico</p> <p>es. a corpo libero di scioltezza articolare, di mobilità e flessibilità</p> <p>es. di incremento della forza degli arti superiori ed inferiori a corpo libero</p> <p>es. di potenziamento muscolare generale a corpo libero, ai grandi e piccoli attrezzi</p> <p>es. a carico naturale e non</p> <p>incremento della corsa di resistenza generale</p>



			<p>esercitazioni specifiche per la velocità prove di staffetta veloce esecuzione di percorsi misti per la destrezza e la coordinazione es. ai piccoli e grandi attrezzi es. di acrobatica</p>
--	--	--	---

## LINGUAGGIO DEL CORPO

### **SCUOLA DELL'INFANZIA**

NODO FONDATE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>LINGUAGGIO DEL CORPO</i>	Usa il corpo nelle sue potenzialità comunicative	Controllare il proprio corpo in movimento in relazione a sé e agli altri  Esercitare le capacità espressive del corpo	Giochi di gruppo in palestra  Drammatizzazione  Giochi di ruolo  Gioco del mimo

### **SCUOLA PRIMARIA**

#### *CLASSE PRIMA*

<i>NODO FONDATE</i>	<i>COMPETENZE</i>	<i>OBIETTIVI</i>	<i>CONTENUTI</i>
<i>LINGUAGGIO DEL CORPO</i>	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi  Assumere e controllare posture del corpo con finalità espressive	Il linguaggio dei gesti

#### *CLASSE SECONDA*

<i>NODO FONDATE</i>	<i>COMPETENZE</i>	<i>OBIETTIVI</i>	<i>CONTENUTI</i>
<i>LINGUAGGIO DEL CORPO</i>	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo  Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive	Giochi espressivi su stimoli verbali, iconici, sonori. musicali-gestuali

### CLASSE TERZA

NODO FONDATE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
LINGUAGGIO DEL CORPO	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo  Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive	Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale  Giochi di comunicazione in funzione del messaggio

### CLASSE QUARTA

NODO FONDATE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
LINGUAGGIO DEL CORPO	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo  Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive	Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni  Semplici sequenze di movimento

### CLASSE QUINTA

NODO FONDATE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
LINGUAGGIO DEL CORPO	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, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali  Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive	Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni  Semplici sequenze di movimento

## **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

### *CLASSE PRIMA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</i>	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture	Es . per esprimere in forma originale e creativa sensazioni, emozioni, drammatizzazioni  Sequenze di movimento combinati tra loro in coreografie individuali e collettive

### *CLASSE SECONDA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</i>	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture	Es . per esprimere in forma originale e creativa sensazioni, emozioni, drammatizzazioni  Sequenze di movimento combinati tra loro in coreografie individuali e collettive

### *CLASSE TERZA*

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO</i>	Comunica ed esprime i propri stati d'animo attraverso la drammatizzazione e le esperienze	Conoscere e applicare tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture	Es . per esprimere in forma originale e creativa sensazioni, emozioni,

	ritmico-musicali	<p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e sport</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco</p> <p>Conoscere i gesti corporei collegati all'arbitraggi degli sport</p>	<p>drammatizzazioni</p> <p>sequenze di movimento combinati tra loro in coreografie individuali e collettive</p> <p>esecuzione dei gesti arbitrali tipici di alcuni sport</p>
--	------------------	--	--

## **DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE**

### **SCUOLA DELL'INFANZIA**

<b>NODO FONDATE</b>	<b>TRAGUARDI DI COMPETENZA</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>CONTENUTI</b>
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	Partecipa a giochi individuali e di gruppo Rispetta semplici regole di gioco	Comprendere le finalità e le regole del gioco Rispettare le regole all'interno di giochi di gruppo	Giochi individuali e di squadra Giochi psicomotori e propedeutici.

### **SCUOLA PRIMARIA**

#### *CLASSE PRIMA*

<b>NODO FONDATE</b>	<b>COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>CONTENUTI</b>
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	Partecipa in maniera positiva alle attività collettive Rispetta le regole di giochi organizzati anche in forma di gara Acquisisce la capacità di rispettare l'altro e di impegnarsi per il bene comune	Conoscere e applicare modalità esecutive di numerosi giochi di movimento, individuali e di squadra Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo Cooperare e interagire positivamente con gli altri Sviluppare consapevolezza del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle	Giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra Comprensione e rispetto di indicazioni e regole

#### *CLASSE SECONDA*

<b>NODO FONDATE</b>	<b>COMPETENZE</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>CONTENUTI</b>
<i>DISCIPLINE</i>	Partecipa in maniera positiva alle	Conoscere e applicare correttamente modalità	Assunzione di responsabilità e

<i>LUDICO SPORTIVE</i>	<p>attività collettive, rispettando le regole di giochi organizzati anche in forma di gara</p> <p>Acquisisce la capacità di rispettare l'altro, di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni e di impegnarsi per il bene comune</p>	<p>esecutive di numerosi giochi di movimento, individuali e di squadra</p> <p>assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle</p>	<p>ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno</p> <p>Giochi di complicità e competitività fra coppie o piccoli gruppi</p> <p>Giochi competitivi di movimento</p>
----------------------------	---	--	--

### CLASSE TERZA

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	<p>Partecipa in maniera positiva alle attività collettive, rispettando le regole di giochi organizzati anche in forma di gara</p> <p>Acquisisce la capacità di rispettare l'altro, di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni e di impegnarsi per il bene comune</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo</p> <p>Cooperare e interagire positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle</p>	<p>Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche</p> <p>Giochi di ruolo</p> <p>Assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno</p>

### CLASSE QUARTA

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	<p>Partecipa in maniera positiva alle attività collettive, rispettando le regole di giochi organizzati anche in forma di gara</p> <p>Acquisisce la capacità di rispettare l'altro, di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni e di impegnarsi per il bene comune</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo</p> <p>Iniziare ad accettare i propri limiti</p> <p>Cooperare e interagire positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza</p>	<p>Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi (minivolley, minibasket...)</p> <p>Acquisizione progressiva delle regole di alcuni giochi sportivi</p> <p>Collaborazione, confronto, competizione con giochi di regole</p>

		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	Collaborazione, confronto, competizione costruttiva
--	--	--	---

**CLASSE QUINTA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	<p>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali</p> <p>Si adatta alle variabili spaziali e temporali contingenti</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport, anche come orientamento alla futura pratica sportiva</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole</p> <p>Partecipare alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva</p> <p>Saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità</p>	<p>Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi (minivolley, minibasket...)</p> <p>Acquisizione progressiva delle regole di alcuni giochi sportivi</p> <p>Collaborazione, confronto, competizione con giochi di regole</p> <p>Collaborazione, confronto, competizione costruttiva</p>



	rispettarle		
--	-------------	--	--

## **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

### *CLASSE PRIMA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	<p>Applica le regole</p> <p>Sa eseguire i gesti tecnico- sportivi di alcuni sport individuali e di squadra</p> <p>Sa rispettare le regole in un gioco di squadra svolgendo un ruolo attivo</p>	<p>Saper applicare le regole in un gioco</p> <p>Saper rispettare le regole in un gioco di squadra svolgendo un ruolo attivo</p> <p>Saper eseguire i gesti tecnico-sportivi di alcuni sport individuali e di squadra</p> <p>Saper gestire le abilità specifiche in situazioni tecnico tattiche negli sport individuali e di squadre</p> <p>Saper utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitro</p>	<p>Situazioni di gioco individuali e di squadra dai fondamentali al collettivo</p> <p>Arbitraggi di partita</p> <p>Situazioni in cui mettere in atto comportamenti operativi, organizzativi</p> <p>Spostamenti di tecnica e tattica individuale e di squadra nei vari sport praticati</p>

### *CLASSE SECONDA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	<p>Applica le regole e sa eseguire i gesti tecnico-sportivi di alcuni sport individuali e di squadra</p> <p>Sa rispettare le regole in un gioco di squadra svolgendo un ruolo attivo</p>	<p>Saper applicare le regole in un gioco</p> <p>Saper rispettare le regole in un gioco di squadra svolgendo un ruolo attivo</p> <p>Saper eseguire i gesti tecnico - sportivi di alcuni sport individuali e di squadra</p> <p>Saper gestire le abilità specifiche in situazioni tecnico tattiche negli sport individuali e di squadre</p>	<p>Situazioni di gioco individuali e di squadra dai fondamentali al collettivo</p> <p>Arbitraggi di partita</p> <p>Situazioni in cui mettere in atto Comportamenti operativi, organizzativi</p>

		Saper utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitro	Spostamenti di tecnica e tattica individuale e di squadra nei vari sport praticati
--	--	---	--

**CLASSE TERZA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>DISCIPLINE LUDICO SPORTIVE</i>	<p>Applica le regole e sa eseguire i gesti tecnico-sportivi di alcuni sport individuali e di squadra;</p> <p>Sa rispettare le regole in un gioco di squadra svolgendo un ruolo attivo</p>	<p>Saper applicare le regole in un gioco;</p> <p>Saper eseguire i gesti tecnico - sportivi di alcuni sport individuali e di squadra</p> <p>Saper gestire le abilità specifiche in situazioni tecnico tattiche negli sport individuali e di squadra;</p> <p>Saper utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitro.</p> <p>Saper stabilire corretti rapporti interpersonali e mettere in atto comportamenti operativi ed organizzativi all'interno del gruppo.</p> <p>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria che di sconfitta</p>	<p>Spostamenti di tecnica e tattica individuale e di squadra nei vari sport praticati</p> <p>Situazioni di gioco individuali e di squadra dai fondamentali al collettivo</p> <p>Arbitraggi di partita</p> <p>Situazioni in cui mettere in atto comportamenti operativi, organizzativi e impostare la tattica individuale e di squadra</p>

## **SICUREZZA E SALUTE**

### **SCUOLA DELL'INFANZIA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SICUREZZA E SALUTE</i>	Valuta il rischio Riesce a comprendere e seguire le indicazioni dell'insegnante in situazione di pericolo	Riconoscere i segnali del proprio corpo  Migliorare l'autonomia personale nei vari locali della scuola (mensa, giardino, aula, bagni, spazi comuni)  Riconoscere situazioni di pericolo e adeguare il proprio comportamento	Esercitazioni comportamentali nei vari locali della scuola  Educazione alimentare  Interventi sulla sicurezza (prove di evacuazione)

### **SCUOLA PRIMARIA**

#### *CLASSE PRIMA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SICUREZZA E SALUTE</i>	Rispetta alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri  Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle	Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività	Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni  prove di evacuazione  Stare bene in palestra

*CLASSE SECONDA*

<i>NODO FONDANTE</i>	<i>COMPETENZE</i>	<i>OBIETTIVI</i>	<i>CONTENUTI</i>
<i>SICUREZZA E SALUTE</i>	<p>Rispetta alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>Sa riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria</p>	<p>Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni</p> <p>Prove di evacuazione</p> <p>Stare bene in palestra</p> <p>Norme principali per la prevenzione di incidenti e tutela della persona</p>

*CLASSE TERZA*

<i>NODO FONDANTE</i>	<i>COMPETENZE</i>	<i>OBIETTIVI</i>	<i>CONTENUTI</i>
<i>SICUREZZA E SALUTE</i>	<p>Rispetta alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>Sa riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria</p>	<p>Esercitazioni e giochi individuali e di gruppo per migliorare l'autocontrollo</p> <p>Situazioni-gioco per migliorare la prevenzione di incidenti</p> <p>Prove di evacuazione</p>

**CLASSE QUARTA**

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
SICUREZZA E SALUTE	<p>Rispetta alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>Sa riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p> <p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria</p>	<p>Regole specifiche per la prevenzione degli infortuni</p> <p>Prove di evacuazione</p> <p>Alimentazione e sport</p> <p>Educazione alimentare collegata all'attività ludico-motoria</p>

**CLASSE QUINTA**

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
SICUREZZA E SALUTE	<p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico</p> <p>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</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico</p>	<p>Prove di evacuazione</p> <p>Attività di potenziamento per la prevenzione degli infortuni, in palestra e negli ambienti scolastici ed extra scolastici</p> <p>Alimentazione e sport</p> <p>Attività di avviamento al gioco – sport</p>

## **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

### *CLASSE PRIMA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SICUREZZA E SALUTE</i>	<p>Incrementa la socializzazione, la capacità di collaborazione, la tolleranza</p> <p>Sviluppa la costruzione della cultura improntata al fair play</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico</p>	<p>Sapersi relazionare positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e caratteristiche personali</p> <p>Rispettare le regole delle discipline sportive praticate</p> <p>Rispettare gli altri, compagni e avversari</p> <p>Saper collaborare con gli altri per il raggiungimento di un comune obiettivo</p> <p>Rendersi conto degli eventuali errori e agisce per migliorare</p> <p>Saper assumere un adeguato comportamento nel nuovo ambiente palestra e nelle strutture sportive utilizzate</p>	<p>Giochi e staffette di movimento</p> <p>Esercizi specifici per l'acquisizione e il rispetto dei compiti assegnati nei diversi ruoli</p> <p>Prove di evacuazione</p> <p>Conoscenza dell'ambiente e attività e situazioni per muoversi in sicurezza nei diversi spazi</p>

### *CLASSE SECONDA*

NODO FONDANTE	COMPETENZE	OBIETTIVI	CONTENUTI
<i>SICUREZZA E SALUTE</i>	<p>Incrementa la socializzazione, la capacità di collaborazione, la tolleranza</p> <p>Sviluppa la costruzione della cultura improntata al fair play</p>	<p>Sapersi relazionare positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e caratteristiche personali</p> <p>Rispettare le regole delle discipline sportive praticate</p> <p>Rispettare gli altri, compagni e avversari</p> <p>Saper collaborare con gli altri per il raggiungimento di un comune obiettivo</p> <p>Rendersi conto degli eventuali errori e agisce per migliorare</p>	<p>Giochi e staffette di movimento</p> <p>Esercizi specifici per l'acquisizione e il rispetto dei compiti assegnati nei diversi ruoli</p> <p>Prove di evacuazione</p>

CLASSE TERZA

NODO FONDANTE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p><i>SICUREZZA E SALUTE</i></p>	<p>Conosce i benefici legati alla pratica delle attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica</p> <p>Adotta criteri di sicurezza per sé e per gli altri</p> <p>Sa riconoscere i rischi legati agli abusi</p>	<p>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e applicarsi a seguire un piano di lavoro per il miglioramento delle prestazioni</p> <p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e rilassamento muscolare al termine del lavoro</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza</p> <p>Conoscere ed essere consapevole dei rischi legati agli abusi (doping, droghe, alcool e fumo)</p>	<p>Approfondimenti teorici su</p> <p>L'apparato locomotore: sistema scheletrico e Muscolare</p> <p>Prove di evacuazione</p> <p>Effetti benefici del movimento sugli apparati e organi del nostro corpo</p> <p>Regolamenti e tecniche e tattiche dei principali sport di squadra e dell'atletica leggera</p> <p>Doping e uso e abuso di sostanze legate alla prestazione sportiva</p>