SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA	CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – ESPRESSIONE CORPOREA
Fonti di legittimazione	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo, 04/09/2012

NUCLEO FONDANTE 1	**IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO ED IL TEMPO** **Le capacità coordinative**	
Scuola dell'Infanzia	**Scuola Primaria**	**Scuola Secondaria di I grado**
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE		
Vivere pienamente la propria corporeità, percepirne il potenziale comunicativo ed espressivo, maturare condotte che consentano una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola. Provare piacere nel movimento e sperimentare schemi posturali e motori, applicarli nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed essere in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.	Acquisire 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	Utilizzare le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione e prevedere con una certa correttezza l'andamento di un'azione, valutando le informazioni utili al raggiungimento di un risultato positivo, anche nella consapevolezza delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
OBIETTIVI ESSENZIALI		
Saper rappresentare lo schema corporeo in maniera analitica. Saper riconoscere e utilizzare parametri spaziali. Saper controllare l'equilibrio in situazioni statiche e dinamiche.	PRIMA Sperimentare gli schemi motori di base su percorsi elementari. SECONDA Sperimentare gli schemi motori di base combinandoli tra loro con modalità sempre più complesse.	PRIMA Consolidare gli schemi motori di base e posturali, con le loro interazioni, in attività motorie semplici. Percepire il proprio corpo nello spazio e nel tempo. Comprendere ed accettare i propri limiti di prestazione. SECONDA Utilizzare gli schemi motori di base e posturali appresi in attività motorie via via più complesse (abilità).

Sviluppare la lateralità relativa al proprio corpo e all'ambiente circostante. Compiere percorsi complessi.	TERZA Padroneggiare gli schemi motori di base. Utilizzare gli attrezzi ginnici e gli spazi di gioco secondo le consegne dell'insegnante. QUARTA Coordinare azioni e schemi motori di base con discreto autocontrollo. QUINTA Coordinare azioni e schemi motori di base con autocontrollo. Utilizzare in maniera appropriata attrezzi ginnici semplici.	Percepire il proprio corpo, anche in relazione agli altri, nello spazio e nel tempo. Stimolare le capacità coordinative in situazioni variabili o nuove. TERZA Utilizzare schemi motori e automatismi plastici con le loro interazioni, in attività motorie complesse. Utilizzare e trasferire le abilità apprese per realizzare gesti tecnici complessi anche relativi ad alcuni sport. Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in situazioni sportive. Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale con consapevolezza. Stimolare l'anticipazione motoria prevedendo l'andamento e il risultato di un'azione. Stimolare la memoria motoria. Possedere automatismi economici ed efficaci.
NUCLEO FONDANTE 2	**IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA**	
Scuola dell'Infanzia	**Scuola Primaria**	**Scuola Secondaria di I grado**
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE		
Riconoscere i segnali e i ritmi del proprio corpo, le sue diverse parti e rappresentare il corpo fermo e in movimento.	Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione le esperienze ritmico- musicali e sperimentando diverse gestualità espressive.	Utilizzare gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri anche con soluzioni personali.

OBIETTIVI ESSENZIALI		
Esprimere emozioni e sentimenti attraverso il corpo. Comprendere e riprodurre messaggi mimico-gestuali.	PRIMA Esprimere emozioni e sentimenti attraverso il corpo e il movimento. SECONDA Utilizzare la gestualità, sia sotto forma di imitazione, sia in modo creativo, per descrivere stati d'animo ed emozioni. TERZA Utilizzare il corpo e il movimento per esprimere vissuti e stati d'animo, in modo creativo e autonomo. QUARTA Utilizzare il movimento per rappresentare e comunicare stati d'animo con avvicinamento alla mimica teatrale e con accompagnamento di brani musicali, con la guida dell'insegnante. QUINTA Utilizzare il corpo, il movimento, la gestualità e la mimica per rappresentare e comunicare stati d'animo anche in abbinamento al mondo della musica, della danza e del teatro.	PRIMA Acquisire in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressiva. Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi e comunicare con i compagni. SECONDA Utilizzare e decodificare modalità espressive non verbali anche collegate alla tattica sportiva. Rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture per comunicare con i compagni. Decodificare i gesti arbitrali. TERZA Conoscere e applicare tecniche di espressione corporea consapevoli per rappresentare intenzioni o stati d'animo mediante gestualità e posture specifiche dello sport e non. Saper decodificare i gesti dei compagni e degli avversari in relazione al proprio ruolo in situazioni di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
NUCLEO FONDANTE 3	**IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY**	
Scuola dell'Infanzia	**Scuola Primaria**	**Scuola Secondaria di I grado**
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE		
Controllare l'esecuzione del gesto, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.	Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza	Essere capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune, praticando attivamente i valori sportivi (fair – play) in ogni situazione, anche

	di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva. Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare varie discipline sportive	extra-scolastica, come modalità di relazione e di rispetto delle regole. Nel gioco e nello sport risolvere problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi.
OBIETTIVI ESSENZIALI		
Identificare e rispettare il proprio e l'altrui spazio di movimento.	PRIMA Rispettare il proprio e l'altrui spazio di movimento. SECONDA Partecipare a semplici giochi di movimento, individuali e di squadra, seguendo le regole e le istruzioni impartite dall'insegnante. TERZA Partecipare a giochi di movimento e di squadra, seguendo e rispettando le regole e le istruzioni impartite dall'insegnante. QUARTA Partecipare a giochi di movimento e tradizionali, seguendo e rispettando regole via via più complesse e accettando i diversi ruoli affidati all'interno del gruppo. QUINTA Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, accettando i diversi ruoli affidati all'interno del gruppo nel pieno rispetto delle regole.	PRIMA Conoscere alcune basi tecniche e saper scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi tattici, accogliendo suggerimenti e correzioni. Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità. SECONDA Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione tattica adottate dalla squadra, mettendo in atto comportamenti collaborativi. Gestire in modo consapevole gli eventi della gara con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la "sconfitta" e valorizzando le diversità. TERZA Padroneggiare le capacità coordinative e tecniche adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, combinando o trasformando gli schemi motori acquisiti con efficacia. Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione tattica adottate dalla squadra, mettendo in atto comportamenti collaborativi.

		Gestire in modo consapevole gli eventi della gara e le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la "sconfitta" e valorizzando le diversità. Essere consapevoli delle proprie possibilità e dei propri limiti. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.
NUCLEO FONDANTE 4	**SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA** **Le capacità condizionali**	
Scuola dell'Infanzia	**Scuola Primaria**	**Scuola Secondaria di I grado**
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE		
Riconoscere i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.	Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tale competenza nell'ambiente scolastico ed extra-scolastico. Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.	Riconoscere, ricercare e applicare a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione e tutela della salute, essendo consapevoli delle proprie possibilità di prestazione e utilizzando un allenamento equilibrato. Rispettare criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.
OBIETTIVI ESSENZIALI		
	PRIMA Conoscere le regole base per avere cura del proprio corpo, con la guida dell'insegnante. SECONDA Conoscere e seguire, in modo sempre più autonomo, le regole base per avere cura del benessere del proprio corpo.	PRIMA Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita ricercando la corretta e calibrata esecuzione degli esercizi proposti. SECONDA Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.

	TERZA Conoscere e seguire in autonomia le misure dell'igiene personale, unitamente alle istruzioni base per la sicurezza propria e altrui, impartite dagli adulti. QUARTA Con la guida dell'insegnante, assumere comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie ed altrui. QUINTA Assumere in modo autonomo comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie ed altrui.	Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Migliorare le capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità articolare) sulla base di un piano di lavoro proposto per raggiungere un'efficienza adeguata alle proprie possibilità. Conoscere alcuni aspetti relativi ai rapporti fra l'alimentazione, la prestazione motoria e la crescita. TERZA Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato (allenamento) in vista del miglioramento delle prestazioni. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo del proprio corpo in funzione delle doti cardio-respiratorie e muscolari. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici e calibrando il lavoro per prevenire i traumi. Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool). Conoscere elementi del primo soccorso.