

SCUOLA PRIMARIA – classe prima				
SCIENZE MOTORIE			AREA DISCIPLINARE LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA	
COMPETENZA D'AREA			Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici	
NUCLEO TEMATICO	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL MOVIMENTO E LA COORDINAZIONE.	<p>Sviluppa una buona coordinazione psico-motoria.</p> <p>Utilizza in modo creativo modalità espressive e corporee.</p>	<p>Conoscere le parti del corpo e le posizioni che si possono assumere nello spazio.</p> <p>Conoscere i concetti topologici riferiti alle posture e ai movimenti.</p> <p>I movimenti del corpo (schemi motori di base).</p> <p>Sviluppare il controllo del proprio corpo e l'organizzazione del movimento.</p> <p>Impiegare le capacità motorie in situazioni espressive e comunicative.</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé.</p> <p>Scoprire le posizioni fondamentali che il corpo può assumere (in piedi, seduti, in ginocchio).</p>	<p>Percorso differenziato a prove multiple.</p> <p>Disporsi a fila, in coppie, nello spazio.</p> <p>Coordinazione spazio-temporale.</p> <p>Verbalizzazione del percorso con particolare riferimento alla conoscenza delle parti del corpo utilizzato nei vari esercizi.</p> <p>Drammatizzazione ed esecuzione ritmico-musicale.</p>
IL GIOCO E LE REGOLE.	<p>Mostra di conoscere e applicare procedure e regole di semplici giochi.</p>	<p>Partecipare alle attività di gioco, rispettandone le regole prestabilite.</p>	<p>Conoscere modalità esecutive di giochi motori e a squadre.</p>	<p>Giochi individuali e di squadra.</p> <p>Le regole del gioco.</p>

			Conoscere e rispettare le regole durante il gioco.	
--	--	--	--	--

SCUOLA PRIMARIA – classe seconda				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA		
COMPETENZA DI AREA		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della		
NUCLEO TEMATICO	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL MOVIMENTO E LA COORDINAZIONE.	<p>Sviluppa una buona coordinazione psico-motoria.</p> <p>Utilizza in modo creativo modalità espressive e corporee.</p>	<p>Conoscere i concetti topologici riferiti alle posture e ai movimenti.</p> <p>I movimenti del corpo (schemi motori di base).</p> <p>Sviluppare il controllo del proprio corpo e l'organizzazione del movimento.</p> <p>Impiegare le capacità motorie in situazioni espressive e comunicative.</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé.</p> <p>Scoprire le posizioni fondamentali che il corpo può assumere (in piedi, seduti, in ginocchio).</p>	<p>Percorso differenziato a prove multiple.</p> <p>Disporsi a fila, in coppie, nello spazio.</p> <p>Coordinazione spazio-temporale.</p> <p>Verbalizzazione del percorso con particolare riferimento alla conoscenza delle parti del corpo utilizzato nei vari esercizi.</p> <p>Drammatizzazione ed esecuzione ritmico-musicale.</p>
IL GIOCO E LE REGOLE.	<p>Mostra di conoscere e applicare procedure e regole di semplici giochi.</p>	<p>Partecipare alle attività di gioco, rispettandone le regole prestabilite.</p>	<p>Conoscere modalità esecutive di giochi motori e a squadre.</p> <p>Conoscere e rispettare le regole durante il gioco.</p>	<p>Giochi individuali e di squadra.</p> <p>Le regole del gioco.</p>

SCUOLA PRIMARIA – classe terza				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA		
COMPETENZA DI AREA		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.		
NUCLEO TEMATICO	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL LINGUAGGIO E IL MOVIMENTO DEL CORPO NELLO SPAZIO E NEL TEMPO	Organizza le proprie condotte motorie coordinando vari schemi di movimento.	Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo. Eeguire percorsi ricorrendo a diversi schemi motori combinati tra loro in modo coordinato.	Riconoscere e denominare le varie parti del corpo. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro. Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico – dinamico del proprio corpo.	Esercizi e coordinazione di vari schemi dei movimenti in successione e simultaneità (lanciare/afferrare; correre/saltare; palleggiare...).
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	Si esprime e comunica attraverso varie tipologie di gioco spontaneo. Partecipa ai giochi rispettando le regole e i compagni.	Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri. Partecipare attivamente ai giochi in rispetto delle indicazioni e delle regole. Collaborare nei giochi riconoscendo e accettando le diversità.	Interagire positivamente con gli altri, nella consapevolezza del valore delle regole e dell'importanza di rispettarle.	Cooperazione ed interazione positiva con gli altri. Il valore delle regole e l'importanza di rispettarle nelle varie occasioni di gioco e di sport.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Adotta semplici comportamenti legati alla sicurezza in palestra.	Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.	Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.	Uso appropriato di attrezzi e spazi in attività ludico-motorie.

SCUOLA PRIMARIA – classe quarta				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA		
COMPETENZA DI AREA		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.		
NUCLEO TEMATICO	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL LINGUAGGIO E IL MOVIMENTO DEL CORPO NELLO SPAZIO E NEL TEMPO	<p>Integra i diversi linguaggi ed è in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.</p> <p>Mostra la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.</p>	<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e del valore dell'esercizio fisico.</p> <p>Utilizzare il corpo ed il movimento per esprimere e comunicare.</p> <p>Eseguire i percorsi ricorrendo a schemi idonei sempre più complessi.</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.</p>	<p>Conoscere le potenzialità di movimento del corpo.</p> <p>Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Utilizzare semplici schemi motori combinati.</p>	<p>Corse e salti.</p> <p>Palleggi.</p> <p>Orientamento spaziale.</p> <p>Movimenti coordinati e orientati.</p> <p>Marce e ritmi.</p>
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.</p>	<p>Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti ed agli altri.</p> <p>Conoscere ed applicare diversi giochi di movimento.</p> <p>Conoscere gli elementi del gioco-sport delle principali discipline sportive.</p>	<p>Conoscere ed applicare diversi giochi di movimento.</p> <p>Conoscere gli elementi del gioco-sport di alcune discipline sportive.</p> <p>Collaborare, rispettare le regole e accettare i vari ruoli dei giochi proposti.</p>	<p>Giochi agonistici.</p> <p>Movimenti, esercizi e palleggi degli sport presentati (Mini rugby, tennis, mini basket).</p> <p>Osservazione delle regole di gioco</p> <p>Collaborazione con gli elementi della squadra.</p>

		Collaborare con gli altri rispettando le regole.		
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.	Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Acquisire la consapevolezza del tipo di benessere che viene acquisito attraverso il movimento e il gioco.	Osservazione delle regole di comportamento nelle diverse situazioni quotidiane. Osservazione delle regole utili alla sicurezza nei vari ambienti di vita.

SCUOLA PRIMARIA – classe quinta				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE LINGUISTICO-ARTISTICO-ESPRESSIVA		
COMPETENZA DI AREA		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.		
NUCLEO TEMATICO	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	Mostra la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali.	<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e del valore dell'esercizio fisico.</p> <p>Utilizzare il corpo ed il movimento per esprimere e comunicare.</p> <p>Eseguire i percorsi ricorrendo a schemi idonei sempre più complessi.</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.</p>	<p>Conoscere le potenzialità di movimento del corpo.</p> <p>Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Utilizzare semplici schemi motori combinati.</p>	<p>Corse e salti.</p> <p>Palleggi.</p> <p>Orientamento spaziale.</p> <p>Movimenti coordinati e orientati.</p> <p>Marce e ritmi.</p>
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA	<p>Integra i diversi linguaggi ed è in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.</p>	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso formule di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali	Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	<p>Drammatizzazione</p> <p>Esperienze ritmico-musicali</p> <p>Rappresentazioni coreutiche</p>

<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p>	<p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di torneo o gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Accettare le diversità e le diverse possibilità di prestazione fisica.</p> <p>Partecipare alle attività con senso di responsabilità.</p> <p>Agire rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.</p>	<p>Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti ed agli altri.</p> <p>Conoscere ed applicare diversi giochi di movimento.</p> <p>Conoscere gli elementi del gioco-sport delle principali discipline sportive.</p> <p>Collaborare con gli altri rispettando le regole della competizione sportiva, sapendo accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti</p>	<p>Conoscere ed applicare diversi giochi di movimento.</p> <p>Conoscere gli elementi del gioco-sport di alcune discipline sportive.</p> <p>Collaborare, rispettare le regole e accettare i vari ruoli dei giochi proposti.</p>	<p>Giochi agonistici.</p> <p>Movimenti, esercizi e palleggi degli sport presentati (Mini rugby, tennis, mini basket).</p> <p>Osservazione delle regole di gioco</p> <p>Collaborazione con gli elementi della squadra.</p>
<p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.</p>	<p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>	<p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature.</p> <p>Acquisire la consapevolezza del tipo di benessere che viene acquisito attraverso il movimento e il gioco.</p>	<p>Osservazione delle regole di comportamento nelle diverse situazioni quotidiane.</p> <p>Osservazione delle regole utili alla sicurezza nei vari ambienti di vita.</p>

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO - classe prima -				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ESPRESSIVO-ARTISTICA -		
COMPETENZA DI AREA:		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.		
NUCLEO TEMATICO	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. Utilizza le abilità motorie acquisite adattando il movimento in situazione	Educare ad utilizzare gli schemi motori e posturali in rapporto a sé e allo spazio circostante, percependo la propria situazione evolutiva (coordinazione oculo-manuale, oculo - podalica...) Conoscere le capacità motorie condizionali (mobilità articolare, forza, resistenza e velocità) e utilizzarle Eeguire movimenti e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse	Sapersi orientare nell'ambiente naturale ed artificiale Conoscere le capacità motorie condizionali (mobilità articolare, forza, resistenza e velocità) e utilizzarle. Possedere gli schemi motori di base	Esercizi semplici con e senza attrezzi. Esecuzione di percorsi di destrezza. Esercizi di coordinazione oculo-muscolare (lanci, prese, palleggi, manipolazioni, es. di mira...) Es. di equilibrio statico e dinamico. Es. di strutturazione spazio-tempo. Corsa aerobica. Circuit training. Fartlek. Esercizi di forza a carico naturale, con carichi leggeri, di opposizione e resistenza, balzi, saltelli. Esercizi di corsa: sul posto, in avanzamento, skip, cambi di velocità, direzione e senso, es. di reattività, corsa a navetta. Percorsi a tempo. Esercizi di stretching. Scioltezza articolare a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi. Attività ludico-sportive.

				Es. di preacrobatica. Es. con le funicelle e i cerchi. Giochi di squadra propedeutici ai giochi sportivi con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto,
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVA	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 e di rispetto delle regole.	Educare ad interagire con gli altri nell’ambiente, nello spazio, nel tempo Decodificare i gesti arbitrali in relazione all’applicazione del regolamento di gioco, imparare a sostenere la propria squadra in modo corretto con rispetto dell’avversario, dell’arbitro e dell’ambiente circostante Migliorare il processo di interazione e integrazione delle diversità	Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d’animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale a coppie, in gruppo	Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Es. con le funicelle, cerchi, nastri e palle ritmiche. Giochi di squadra propedeutici ai giochi sportivi con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, Esercizi di imitazione, di fantasia motoria, coreografie, anche con supporti musicali.
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole dimostrando di collaborare con gli altri con senso di responsabilità	Conoscere, applicare e rispettare le regole negli sport praticati. Rispettare le consegne date. Svolgere compiti di giuria e di arbitraggio. Gestire le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l’altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	Realizzare semplici strategie di gioco e mettere in atto comportamenti collaborativi.	Attività ludico-sportive. Giochi di squadra propedeutici ai giochi sportivi con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto Tornei d’Istituto. Giochi Sportivi Studenteschi.

<p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri Riconosce, ricerca e applica a sé stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione</p>	<p>-conoscere e adottare in palestra e all’aperto comportamenti igienici corretti in rapporto all’attività svolta -utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature sia individualmente sia in gruppo -conoscere e utilizzare le norme fondamentali di prevenzione degli infortuni nell’ambiente in cui si trova</p>	<p>Capacità di utilizzare e riporre piccoli e grandi attrezzi in condizione di sicurezza per sé e per gli altri seguendo le indicazioni date</p>	<p>Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Giochi di squadra propedeutici ai giochi sportivi con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto Giochi e corsa in ambiente naturale. Norme di prevenzione degli infortuni (posture – movimentazione dei carichi).</p>
--	--	--	--	--

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO - classe seconda -				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ESPRESSIVO-ARTISTICA -		
COMPETENZA DI AREA:		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.		
NUCLEI TEMATICI	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. Utilizza le abilità motorie acquisite adattando il movimento in situazione	Utilizzare e iniziare a consolidare in modo consapevole gli schemi motori di base anche in situazione combinate. Conoscere le capacità condizionali rapportandole anche alle esperienze dell'anno precedente eseguire movimenti precisi e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse	Utilizzare l'esperienza motoria per risolvere situazioni nuove	Esercizi semplici e complessi, con e senza attrezzi. Esecuzione di percorsi di destrezza. Esercizi di coordinazione oculo-muscolare (lanci, prese, palleggi, manipolazioni, es. di mira...) Es. di equilibrio statico e dinamico. Es. di strutturazione spazio-tempo. Corsa aerobica. Circuit training. Fartlek. Esercizi di forza a carico naturale, con carichi leggeri, di opposizione e resistenza, balzi, saltelli. Esercizi di corsa: sul posto, in avanzamento, skip, cambi di velocità, direzione e senso, es. di reattività, corsa a navetta. Percorsi a tempo. Esercizi di stretching. Scioltrezza articolare a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi. Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Es. con le funicelle. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, baseball, .
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVO	Utilizza gli aspetti comunicativo – relazionali del linguaggio motorio per entrare in	Educare ad interagire con gli altri nell'ambiente,	Decodificare i gesti dei compagni e degli avversari in situazioni di gioco e sport	Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Es. con le funicelle, cerchi, nastri e palle ritmiche. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto,

	<p>relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair-play) come modalità di relazione e di rispetto delle regole.</p>	<p>nello spazio, nel tempo. Decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco, imparare a sostenere la propria squadra in modo corretto con rispetto dell'avversario, dell'arbitro e dell'ambiente circostante. Migliore il processo di interazione e integrazione delle diversità.</p>		<p>Esercizi di imitazione, di fantasia motoria, coreografie, anche con supporti musicali.</p>
<p>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<p>Riconosce, ricerca e applica a sé 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</p>	<p>Conoscere e adottare in palestra e all'aperto comportamenti igienici corretti in rapporto all'attività svolta. Promuovere il benessere psico-fisico educando al concetto di salute dinamica.</p>		<p>Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, Giochi e corsa in ambiente naturale. Parte teorica: informazioni generali di questi contenuti Norme e conoscenze delle tecniche per la prevenzione degli infortuni (posture – movimentazione dei carichi). Principi di primo soccorso. Informazioni e norme comportamentali di igiene. Paramorfismi e dismorfismi. Dieta dello sportivo. Alcool, fumo e doping.</p>

		<p>Riconoscere gradualmente gli effetti del rapporto fra alimentazione - benessere e realizzazione personale. Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature sia individualmente sia in gruppo. Conoscere e utilizzare le norme fondamentali di prevenzione degli infortuni nell'ambiente in cui si trova.</p>		<p>riguardo gli effetti del movimento sugli apparati locomotore e cardio-respiratorio.</p>
<p>4) <i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p>	<p>È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole, dimostrando di collaborare con gli altri con senso di responsabilità</p>	<p>Conoscere, applicare e rispettare le regole sempre più approfondite degli sport e delle attività praticati Rispettare le consegne date Svolgere compiti di giuria e di arbitraggio</p>	<p>Realizzare strategie di gioco mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte di squadra.</p>	<p>Attività ludico-sportive. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, unihock, baseball, tennis, rugby. Giochi presportivi. Tornei d'Istituto. Giochi Sportivi Studenteschi.</p>

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO - classe terza -				
SCIENZE MOTORIE		AREA DISCIPLINARE: LINGUISTICO-ESPRESSIVO-ARTISTICA-		
COMPETENZA DI AREA:		Integrare i diversi linguaggi ed essere in grado di utilizzare i diversi codici della comunicazione.		
NUCLEI TEMATICI	TRAGUARDI DI COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBBIETTIVI MINIMI	CONTENUTI
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti Utilizza le abilità motorie acquisite adattando il movimento in situazione	Utilizzare in modo consapevole e autonomo gli schemi motori di base anche in situazione combinate. Conoscere le capacità condizionali e utilizzarle in modo preciso e specifico eseguire movimenti precisi e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse	Utilizzare l'esperienza motoria per risolvere situazioni conosciute e nuove	Esercizi semplici e complessi, con e senza attrezzi. Esecuzione di percorsi di destrezza. Esercizi di coordinazione oculo-muscolare (lanci, prese, palleggi, manipolazioni, es. di mira...) Es. di equilibrio statico e dinamico. Es. di strutturazione spazio-tempo. Corsa aerobica. Circuit training. Fartlek. Esercizi di forza a carico naturale, con carichi leggeri, di opposizione e resistenza, balzi, saltelli. Esercizi di corsa: sul posto, in avanzamento, skip, cambi di velocità, direzione e senso, es. di reattività, corsa a navetta. Percorsi a tempo. Esercizi di stretching. Scioltrezza articolare a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi. Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Es. con le funicelle.

				Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, baseball, .
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO - ESPRESSIVO	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 e di rispetto delle regole.	Interagire con gli altri nell’ambiente, nello spazio, nel tempo Decodificare i gesti arbitrari in relazione all’applicazione del regolamento di gioco, imparare a sostenere la propria squadra in modo corretto con rispetto dell’avversario, dell’arbitro e dell’ambiente circostante Arbitrare semplici incontri sportivi Migliore il processo di interazione e integrazione delle diversità	Decodificare i gesti dei compagni e degli avversari in situazioni di gioco e sport	Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Es. con le funicelle, cerchi, nastri e palle ritmiche. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, Esercizi di imitazione, di fantasia motoria, coreografie, anche con supporti musicali.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Riconosce, ricerca e applica a sé 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	Conoscere e adottare in palestra e all’aperto comportamenti igienici corretti in rapporto all’attività svolta. Promuovere il benessere psico-fisico educando al concetto di salute dinamica. Riconoscere gli effetti del rapporto fra alimentazione - benessere e realizzazione personale. Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature sia individualmente sia in gruppo. Conoscere e utilizzare le norme fondamentali di prevenzione degli infortuni nell’ambiente in cui si trova		Attività ludico-sportive. Es. di preacrobatica. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, Giochi e corsa in ambiente naturale. Parte teorica: informazioni generali di questi contenuti Norme e conoscenze delle tecniche per la prevenzione degli infortuni (posture – movimentazione dei carichi). Parte teorica: approfondimenti sui seguenti argomenti Principi di primo soccorso.

				<p>Informazioni e norme comportamentali di igiene. Paramorfismi e dismorfismi. Dieta dello sportivo. Alcool, fumo e doping. riguardo gli effetti del movimento sugli apparati locomotore e cardio-respiratorio. Metodologia dell'allenamento .</p>
<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</p>	<p>È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole, dimostrando di collaborare con gli altri con senso di responsabilità</p>	<p>Conoscere, applicare e rispettare le regole sempre più approfondite degli sport e delle attività praticati Rispettare le consegne date Svolgere compiti di giuria e di arbitraggio</p>	<p>Realizzare strategie di gioco mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte di squadra.</p>	<p>Attività ludico-sportive. Giochi di squadra con la palla: pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcetto, baseball, tennis, rugby. Giochi presportivi. Tornei d'Istituto. Giochi Sportivi Studenteschi.</p>