

COMPETENZE	TRAGUARDI	ABILITÀ	CONOSCENZE
Essere consapevole del proprio processo di crescita e di sviluppo corporeo; riconoscere inoltre le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie.	L'alunno/a costruisce la propria identità personale attraverso la consapevolezza della competenze motorie e dei propri limiti	<ul style="list-style-type: none"> <li>Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata, dimostrando di aver acquisito una sensibilità propriocettiva.</li> <li>Dimostrare un buon feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo topologico e al corpo funzionale.</li> </ul>
<b>Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo;</li> <li>di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata;</li> <li>di utilizzare conoscenze e abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria.</li> </ul>	L'alunno/a acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali previste.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare principali schemi motori, combinati con semplici variabili spaziali, temporali e senso-percettive.</li> <li>Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici; applicarsi su alcuni grandi attrezzi della palestra</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Attività che esercitano capacità con (forza, rapidità, resistenza) e coordinative speciali ( equilibrio, ritmo, orientamento spaziale e temporale ...).</li> <li>Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo e possibilità di utilizzo di diversi materiali e attrezzi codificati e non.</li> </ul>
Partecipare ai giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Gestire i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto dei compagni ed avversari.	L'alunno/a sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive, è capace di integrarsi, di rispettare le regole e di assumere responsabilità.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive.</li> <li>Organizzarsi autonomamente e con gli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Attività sportive individuali e giochi di squadra.</li> <li>Offerte ed opportunità sportive sul territorio.</li> </ul>
Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d'animo	L'alunno/a utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio corporeo motorio e sportivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizzare alcune modalità dell'espressione non verbale (espressione corporea e mimica)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Successione di movimenti semplici e complessi seguendo tempi ritmici propri e/o definiti.</li> </ul>

<p><b>Assume comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza propria e altrui</b></p>	<p>L'alunno/a conoscere i principi dell'educazione alla salute, alla prevenzione delle malattie e alla promozione di corretti stili di vita; rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Svolgere operazioni di primo intervento in caso di piccoli infortuni.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nozioni di igiene corporea, alimentare e comportamentale.</li> <li>• Pericoli connessi alle attività motorie ed atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e degli altri</li> <li>• Pericoli connessi a comportamenti stereotipati appresi attraverso i media.</li> </ul>
---	---	---	---