

AMBITI	COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>Conoscenza e controllo del corpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riconosce le varie parti del corpo. • Rappresenta graficamente il corpo e le sue parti. • Riconosce differenti percezioni sensoriali. • Utilizza il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche. • Comprende il linguaggio dei gesti. 	<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse. • Alfabeto motorio. • Schemi motori e posturali. • Sviluppare e rafforzare la fiducia in se stessi. • Collocarsi in posizioni diverse, in rapporto ad altri e/o oggetti. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività in funzione di: vicino-lontano passare sopra, sotto, stando in piedi, in ginocchio, strisciando, rotolando ... • Toccare, manipolare. • Ordinare per grandezze, peso ecc. • Calpestare oggetti, strisce, righe, cartoni ecc... • Portare oggetti, farsi portare. • Entrare dentro ,oggetti, aree, scatoloni ecc... • Passare attraverso, cerchi, gambe, ostacoli ecc... • Creare inventare percorsi con gruppi di compagni, corpi di compagni ecc... • Animare mimare storie, reali o fantastiche.

<p>Gioco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gioca e collabora con i compagni. • Inventa e partecipa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Linguaggio del corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi senso motori: equilibrio-disequilibrio, tirare-spingere, movimento nello spazio, movimento in rapporto all'oggetto.
<p>Giochi motori.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si immedesima nei personaggi dei giochi interpretando diversi personaggi. • Rispetta i compagni durante i giochi. • Gioca e partecipa in tutte le situazioni proposte. 	<ul style="list-style-type: none"> • Socializzare e comunicare. 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi simbolici. • Giochi di ruolo. • Giochi tradizionali della propria e altrui cultura.
<p>Linguaggio del corpo (espressività motoria e ritmo).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Esprime con il gesto. • Crea soluzioni gestuali. • Riconosce i messaggi degli altri. • Comunica con il linguaggio non verbale. 	<ul style="list-style-type: none"> • Acquisire capacità espressive nel movimento • Migliorare le proprie capacità ritmiche. 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi espressivi- comunicativi (imitazioni-sensazioni) a partire da stimoli diversi (sonoro, visivo, tattile gestuale, linguistico). • comunicazione di stati d'animo, idee attraverso messaggi facilmente riconoscibili.

AMBITI	COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Conoscenza e padronanza del corpo (schemi corpo e movimento).	<ul style="list-style-type: none"> •Compie percorsi e circuiti. •Riconosce le parti del corpo. •Riesce a compiere e memorizzare semplici percorsi. 	<ul style="list-style-type: none"> •Organizzare il movimento in modo coordinato in funzione di uno scopo. •Schemi. •Alfabeto motorio. 	<ul style="list-style-type: none"> •Giochi di costruzione, esplorazione invenzione con e senza attrezzi codificati e non. •Percorsi e circuiti. •Andature, saltare, strisciare, rotolare, lanciare, afferrare, arrampicare.
Giochi motori (relazioni con gli altri).	<ul style="list-style-type: none"> •Conosce le regole. •Capisce la necessità delle stesse. •Gioca indifferentemente con tutti i compagni. 	<ul style="list-style-type: none"> •Conoscere le regole. •Saper partecipare. •Capire la necessità delle regole. •Interiorizzare l'importanza e il rispetto delle regole. 	<ul style="list-style-type: none"> •Giochi di costruzione, esplorazione, invenzione, sensoriali, simbolici, imitativi, ritmici...

<p>Spazio-tempo (relazione con l'ambiente).</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Discrimina le diverse percezioni sensoriali: visive - uditive - tattili – cinestesiche. •Valuta gli elementi dello spazio e del tempo. •Percepisce gli elementi del proprio corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> •Sviluppare le capacità percettive relative allo spazio, al tempo, al corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> •Nella globalità dei giochi proposti per le coordinazioni, inserire brevi momenti di sollecitazione percettiva: giochi di organizzazione spazio- tempo (distanze, contemporaneità, successione, durata). •Giochi per il respiro, le posizioni, la tensione muscolare, gli equilibri.
<p>Linguaggio del corpo (espressività motora e ritmo).</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Comunica con il linguaggio non verbale •Esprime con gesti, emozioni ,sensazioni •Invia messaggi comprensibili in forma gestuale •Riconosce i messaggi gestuali degli altri •Possiede capacità creative 	<ul style="list-style-type: none"> •Acquisire capacità espressivo/comunicative. •Migliorare le proprie capacità ritmiche. 	<ul style="list-style-type: none"> •Comunicazioni di stati d'animo, idee, attraverso messaggi facilmente riconoscibili. •Giochi espressivi sonoro-musicali, gestuali. •Giochi di comunicazione in funzione del messaggio.

AMBITI	COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Acquisizione schemi motori di base. (corpo e movimen- to).	<ul style="list-style-type: none"> •Conosce e rispetta le regole. •Coopera nel gruppo. •Utilizza le proprie capacità in condizioni di normale esecuzione. •Inventa e regola semplici situazioni ludiche. •Manipola i piccoli attrezzi. •Esegue percorsi senza disorientarsi. •Progetta e sperimenta percorsi. •Memorizza percorsi complessi. •Rispetta i ruoli. •Compie movimenti complessi in forme diverse. •Inventa figure e mantiene posizioni. •Controlla il proprio equilibrio statico e dinamico. •Mantiene l'equilibrio in appoggio sulle mani. •Memorizza percorsi complessi. •Inventa figure e mantiene posizioni. •Esegue rotolamenti avanti-dietro lateralmente destra/sinistra. •Riesce a rappresentare mentalmente movimenti e azioni. 	<ul style="list-style-type: none"> •Coordinare i movimenti in azioni complesse. •Verificare le variazioni fisiologiche e i loro. •cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. •Controllare il proprio sforzo. •Rappresentare mentalmente il gesto. 	<ul style="list-style-type: none"> •Giochi di ogni tipo, sensoriali, motori, di immaginazione, intellettuali, di memorizzazione, di equilibrio. •Giochi strutturati. •Percorsi ,andature ,circuiti. •Fasi di volo (varie tipologie di salti e voli). •Elementi di preacrobatica in gruppo e individuali (ACROSPORT). •Ginnastica artistica.

<p>Padronanza motoria e corporeità</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accoppia e combina movimenti. • Esegue una danza, utilizza con efficacia la gestualità e l'espressività. • Controlla l'equilibrio statico e dinamico in tutti gli ambiti. • E' consapevole della propria lateralità. • Dosa le proprie energie in modo progressivamente più adeguato. • Mantiene un ritmo di corsa in base alla distanza. • Conosce il beneficio della corsa di resistenza sugli apparati respiratori e circolatori. • Mantiene un ritmo di corsa in base a una distanza. • Partecipa alla campestre d'Istituto e dimostra di interiorizzare le esperienze fatte. • Controlla l'equilibrio statico e dinamico. • Controlla l'equilibrio in varie situazioni. 	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidare capacità coordinative • Perfezionare esperienze percettivo motorie. • Arricchire esperienze espressive comunicative. • Consolidare capacità condizionali. • Partecipare ad eventi sportivi d'Istituto. • Controllare l'equilibrio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ritmo, andature, musica, attrezzi, danze, modalità espressive che implicano il linguaggio del corpo. • Attività in cui vengono sollecitate le attività propriocettive. • Equilibrio in varie situazioni. • Lateralità con palloni. • Giochi sul mimo, danze e coreografie. • Giochi sulla corsa. • Corsa: attenzione – lateralità coordinazione - autocontrollo. • Rapidità: staffette, percorsi, circuiti. • Funicelle: diverse tipologie di salto, modalità alternative di utilizzo individuale e di gruppo .
---	--	---	---

<p>Spazio - tempo (relazione con l'ambiente).</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Valuta elementi nello spazio. •E' consapevole della sua lateralità. •Rappresenta elementi dello spazio, del tempo, del corpo (verbalmente, graficamente, mentalmente). •Orienta, legge una piantina, e ritrova dei punti nello spazio. •Utilizza in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. •E' in grado di riconoscere eventuali pericoli nelle uscite in bicicletta. 	<ul style="list-style-type: none"> •Sviluppare le capacità percettive e rappresentative di spazio,tempo,corpo. •Consolidare la lateralizzazione. •Imparare modalità corrette per la prevenzione e la sicurezza nei vari ambienti. 	<ul style="list-style-type: none"> •Nei giochi proposti focalizzare l'attenzione percettiva su: lanci, traiettorie, distanze, ritmo. •Utilizzo dei palloni per migliorare la lateralità. •Attività di corsa d'orientamento: aula, piazzale, parco giochi, area sportiva. •Basilari nozioni di primo soccorso. •La bicicletta, il pedone e la strada.
<p>Comunicativa (relazione con gli altri).</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Esprime con gesti emozioni sensazioni. •Riconosce i messaggi gestuali degli altri. •Possiede capacità creative. •Conosce l'importanza del rapporto attività/sport/benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> •Acquisire capacità, espressivo / comunicative. •Salute e benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> •Giochi espressivi sonoro/musicali/gestuali. •Rappresentazioni teatrali. •Informazioni sull'importanza e i benefici dell'attività. •Informazioni sull' educazione alimentare.

<p>Sviluppo psicofisico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • E' consapevole delle proprie capacità, non si sottovaluta, non si sopravvaluta. • E' disponibile ad affrontare difficoltà. • Coglie gli aspetti positivi dell'esperienza motoria. • Reagisce positivamente alla difficoltà. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscenza di sé • Costruzione identità positiva. • Rappresentazione mentale; anticipazione mentale. 	<ul style="list-style-type: none"> • Griglia comparazione dati, test motori. • Livelli per ciascuno durante l'attività. • Immaginare azioni prima di eseguirle. • Immaginare percorsi e poi eseguirli.
<p>Gioco-sport.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conosce e gioca in giochi di regole e pre-sportivi. • Collabora con la squadra rielabora strategie di gruppo. • Svolge un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport, individuali e di gruppo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Interiorizzare l'importanza e il rispetto delle regole. • Cooperare nel gruppo per raggiungere obiettivi. • Sviluppare la lealtà nel confronto anche nelle competizioni fra compagni. 	<ul style="list-style-type: none"> • Giochi presportivi. • Primo approccio a discipline sportive e non, praticabili a scuola o in ambiente naturale.

AMBITI	COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
Padronanza motoria e corporeità.	<ul style="list-style-type: none"> • Differenzia movimenti e ritmo. • Si esprime e si mette in comunicazione e in relazione con il compagno di lavoro. • Applica ritmo ad attività con piccoli attrezzi. • Percepisce sensazioni e controlla la cinestesi nelle attività individuali e in gruppo. • Controlla l'equilibrio statico e dinamico in tutti gli ambiti. • Dimostra destrezza nelle attività. • E' consapevole della propria lateralità. • Modula le proprie energie durante le attività • Mantiene un ritmo di corsa in base alla distanza. • Reagisce a stimoli propriocettivi. • Capisce l'importanza dell'allenamento per migliorare le proprie capacità. • Conosce il beneficio delle attività di resistenza sugli apparati respiratori e circolatori. • Conosce i metodi d'allenamento per migliorare le proprie capacità. • Conosce e sa gestirsi un programma d'allenamento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidare le capacità coordinative. • Arricchire esperienze espressive. • comunicative. • Affinare esperienze percettivo motorie. • Consolidare capacità condizionali. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lavoro con musica (schemi). • Lavori in gruppo a coppie con musica. • Equilibrio in varie situazioni. • Lateralità con palloni. • Tutte le discipline sportive individuali e di squadra. • Giochi sulla corsa. • Corsa aerobica e anaerobica. • Attività e circuiti di potenza aerobica. • Staffette. • Test.

<p>Autonomia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • È in grado di organizzarsi durante percorsi, attività di gruppo, giochi sportivi. • E' in grado di percepire l'efficacia di un gesto quando è precisa l'esecuzione. • Controlla e ascolta il proprio corpo durante attività di rilassamento. • Si rende conto delle proprie difficoltà, analizza comportamenti svantaggiosi e cerca di migliorarli. • Rileva e analizza difficoltà errori e utilizza consigli, conoscenze tecniche tattiche per migliorarsi. • Rispetta le regole senza dover essere richiamato. • Rileva carenze, lacune: utilizza strategie e segue programmi per perfezionarsi • Trasferisce in altri contesti le competenze raggiunte 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizzazione. • Precisione. • Miglioramento. • Autocontrollo. • Perfezionamento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività di orientamento spazio-temporale. • Circuiti, giochi motori. • Giochi sportivi. • Giochi di squadra. • Rilassamento.
-------------------------	--	--	---

<p>Avviamento alla pratica sportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Condivide e rispetta le regole nelle varie discipline come un vero e proprio esercizio alla democrazia. •Progetta ed esegue un percorso ginnico in base alle proprie abilità. •Risolve in modo originale, personale, fantasioso un problema motorio. •Organizza per raggiungere obiettivi comuni. •Si destreggia dimostrando precisione nella tecnica delle varie discipline. •Rappresenta, anticipa mentalmente; azioni/gesti e utilizza tale metodica per apprendere nuovi schemi, o perfezionare e correggere schemi già acquisiti. •E' in grado di arbitrare. •Conosce i principali gesti arbitrali. 	<ul style="list-style-type: none"> •Consolidare discipline individuali •Consolidare discipline di squadra 	<ul style="list-style-type: none"> •Atletica leggera; corsa campestre, veloce, staffette, alto, lungo, lanci. •Ginnastica artistica; rotolamenti, ruote, verticali, attrezzi, combinazioni. •Giochi tradizionali e di gruppo finalizzati ad obiettivi specifici. •Ultimate-frisbee. •Pallamano. •Pallavolo. •Pallacanestro.
---	--	---	--