

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE PRIMA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Acquisisce consapevolezza di sé e del proprio corpo.	Le parti del corpo e le loro funzioni. I concetti spaziali e topologici.	Localizzare le parti del corpo su di sé, su un compagno e su rappresentazioni grafiche. Effettuare movimenti con alcune parti del corpo rispettando i comandi. Orientarsi nello spazio assegnato in rapporto agli altri ed agli oggetti.	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
Il linguaggio del corpo come modalità educativo espressiva	Interpreta e comunica contenuti ed emozioni attraverso il movimento	Modalità espressive e corporee idonee a comunicare sensazioni ed emozioni.	Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per esprimere i propri stati d'animo. Comprendere e rispettare le consegne date. Controllare e gestire le proprie emozioni nelle situazioni di confronto e competizione.	
Il gioco, lo sport, le regole ed il fair play	Partecipa ad una pluralità di giochi di movimento rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria.	Modalità esecutive di diverse proposte di gioco – sport. I concetti di lealtà, partecipazione, rispetto e collaborazione. I comportamenti adeguati e sicuri nei diversi ambienti.	Partecipare a giochi proposti. Rispettare le regole.	
Salute benessere prevenzione e sicurezza	Riconosce principi essenziali relativi al proprio benessere.	Le regole alimentari La funzione dei diversi cibi	Adottare accorgimenti idonei a prevenire infortuni Adottare atteggiamenti corretti nell'alimentazione.	

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE SECONDA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Coordina schemi motori di base. Riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé e gli altri.	Le parti del corpo. Conoscere il corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare) Indicatori spaziali Indicatori temporali.	Riconoscere e denominare le varie parti del corpo. Utilizzare correttamente spazi e attrezzature.	
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Utilizza il corpo per esprimere vissuti e stati d'animo	Il movimento naturale del saltare, del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa.	Riconoscere e produrre semplici sequenze ritmiche con il corpo e con gli attrezzi.	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi
Il gioco, lo sport, le regole, il fair play	Partecipa a giochi di movimento tradizionali e di squadra seguendo le regole e le istruzioni impartite dalle insegnanti	Il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani. Percorsi misti Modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport. Le regole della competizione sportiva.	Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi individuali e di squadra Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport anche in forma di gara. Sapere interagire positivamente con gli altri rispettando le regole. Utilizzare giochi della tradizione popolare	Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	Conosce le misure dell'igiene personale che segue in autonomia Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita	Pericoli nell'ambiente Le situazioni di pericolo (fuoco, terremoto) e le possibili cause. Prove di evacuazione.	Conoscere i comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita	

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE TERZA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Acquisisce consapevolezza di sé e del proprio corpo e padronanza degli schemi motori e posturali.	Le parti del corpo Gli schemi motori combinati tra loro e varie forme di equilibrio statico e dinamico. Orientamento del proprio corpo in riferimento alle coordinate spaziali e temporali. Sequenze ritmiche con il corpo e con attrezzi.	Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo. Applicare diversi schemi motori combinati tra loro, in modalità collaborativa. Verbalizzare e disegnare un percorso da proporre ai compagni. Alternare in modo armonico posture, gesti e movimenti adeguandoli al ritmo di un brano Assumere atteggiamenti positivi verso il proprio corpo, accettando i propri limiti.	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
Il linguaggio del corpo come modalità educativo-espressiva	Interpreta e comunica contenuti ed emozioni attraverso il movimento.	Gli elementi della comunicazione non verbale	Rappresentare e comunicare stati d'animo e idee attraverso il movimento Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari, insegnanti	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Partecipa ad una pluralità di giochi di movimento rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria	Modalità esecutive di giochi di movimento. I concetti di lealtà, partecipazione, rispetto e collaborazione. Le regole di gioco	Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri. Riconoscere ed eseguire attività propedeutiche ai principali giochi sportivi individuali e di squadra. Conoscere il corpo e le sue caratteristiche comprendendo le variazioni dei risultati in base ad elementi di partenza.	

Salute, benessere, prevenzione e sicurezza	Riconosce essenziali principi relativi al proprio benessere.	Comportamenti adeguati e sicuri nei diversi ambienti. I principi fondamentali di corretta alimentazione e di igiene personale.	Partecipare attivamente ai giochi nel rispetto delle indicazioni e delle regole. Collaborare nei giochi riconoscendo e accettando le diversità. Adottare comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni. Mettere in pratica regole di igiene personale. Mettere in pratica comportamenti utili ad evitare situazioni di pericolo per sé e per gli altri.	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
--	---	---	---	---

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE QUARTA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Acquisisce consapevolezza di sé e del proprio corpo e padronanza degli schemi motori e posturali.	Traiettorie, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie Relazioni del movimento rispetto allo spazio, a sé, agli oggetti e agli altri. Condotte motorie complesse Giochi sportivi e non.	Acquisire consapevolezza del valore dell'esercizio fisico Utilizzare il corpo e il movimento per esprimersi e comunicare Eseguire percorsi ricorrendo a schemi idonei sempre più complessi Riconoscere e valutare traiettorie, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
Il linguaggio del corpo come modalità educativo-espressiva	Interpreta e comunica contenuti ed emozioni attraverso il movimento.	La funzione comunicativa del corpo Elementi di comunicazione non verbale Schemi ritmici applicati al movimento Il linguaggio specifico motorio e sportivo	Controllare il movimento e utilizzarlo per rappresentare e comunicare stati d'animo Utilizzare gestualità mimica ed espressiva adeguate a diversi contesti comunicativi Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari, insegnanti e i principali gesti arbitrali.	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Partecipa ad una pluralità di giochi di movimento rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria	Le regole dei giochi praticati e i conseguenti comportamenti corretti. I concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione. Le relazioni: da solo, coppia, gruppo, squadra.	Cimentarsi con destrezza, in modo collaborativo e giusto spirito agonistico nelle attività proposte. Controllare e gestire le proprie emozioni nelle situazioni di confronto e competitive. Applicare le regole dei giochi praticati e i conseguenti comportamenti corretti. Utilizzare concetti di: lealtà, rispetto,	

Salute, benessere, prevenzione e sicurezza	Riconosce essenziali principi relativi al proprio benessere.	I principi dell'educazione alla salute, alla prevenzione delle malattie e alla promozione di corretti stili di vita Le regole specifiche per la prevenzione degli infortuni.	partecipazione, collaborazione, cooperazione. Collaborare con gli altri rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
--	---	---	--	---

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE QUINTA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Acquisisce consapevolezza di sé e del proprio corpo e padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali	Gli indicatori spaziali e temporali Schemi motori di base e complessi. Giochi di simulazione. Traiettorie, distanze, ritmi esecutivi	Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori e posturali. Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi. Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni e regole funzionali alla sicurezza anche stradale. Eseguire movimenti precisati, adattati a situazioni esecutive sempre più complesse.	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi
Il linguaggio del corpo come modalità educativo-espressiva	Interpreta e comunica contenuti ed emozioni attraverso il movimento. Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive corporee. Elabora ed esegue coreografie individuali e collettive	Schemi motori e posturali Elementi di comunicazione non verbale Schemi ritmici applicati al movimento Sequenze di movimento Coreografie individuali e collettive	Utilizzare schemi motori e posturali. Saper controllare i movimenti e utilizzare e combinare le abilità motorie di base secondo le varianti esecutive Saper risolvere un problema di ordine motorio adottando nuove strategie Eseguire movimenti con precise direttive e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse Eseguire semplici progressioni motorie utilizzando un'ampia gamma di codici espressivi Cogliere la varietà e la ricchezza dell'esperienza	Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Partecipa ad una pluralità di giochi di movimento rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria	Le regole dei giochi organizzati I concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione	Svolgere un ruolo attivo esiguitivo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra. Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagni. Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati. Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi.	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Esecuzione di giochi strutturati e liberi
Salute, benessere, prevenzione e sicurezza	Riconoscere essenziali principi relativi al proprio benessere.	I principi dell'educazione alla salute, alla prevenzione delle malattie e alla promozione di corretti stili di vita Le regole specifiche per la prevenzione degli infortuni.	Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio- respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	Creazione di giochi da sperimentare e condividere con i compagni. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE PRIMA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Ha consapevolezza delle proprie competenze motorie, del proprio corpo e migliora le proprie capacità fisiche Utilizza se guidato le attività motorie e sportive acquisite adattando il movimento nelle varie situazioni Si destreggia nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo	Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo topologico, al corpo funzionale, al sé relazionale e cognitivo Attività che esercitano le capacità condizionali e coordinative Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo Le abilità per la realizzazione gesti tecnici nei vari sport	Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata e dimostrare di aver acquisito soddisfacente sensibilità propriocettiva Dimostrare un sufficiente feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio Utilizzare in modo guidato i principali schemi motori, combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso-percettive. Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici. Inventare movimenti con piccoli attrezzi su specifica richiesta Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili semplici (mappe e bussole) Rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture. Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione al regolamento del gioco	Lezioni pratiche sul potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive Lezioni teoriche Scambi di opinione Cooperative learning Peer to peer Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
	Interpreta e comunica contenuti emozionali e tecnici attraverso i gesti e il movimento	Linguaggio del corpo. Le emozioni Gesti tecnici arbitrari Semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture		

Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play	Sperimenta i corretti valori dello sport e del fair-play Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria	Giochi cooperativi ed agonistici, individuali e di gruppo, giochi tradizionali. Offerte ed opportunità sportive sul territorio	Utilizzare guidati le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali Organizzarsi in modo guidato insieme agli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive Padroneggiare le capacità coordinative nello spazio e nel tempo in esercizi semplici	Lezioni pratiche sul potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	È in grado di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni, di integrarsi nel gruppo e di impegnarsi per il bene comune e accettare e rispettare l'altro Riconosce i comportamenti di promozione dello star Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri	Atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e dei compagni. Pericoli connessi a comportamenti non appropriati	Essere attento alla cura della propria persona, delle cose e degli altri Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.	Lezioni teoriche Scambi di opinione Cooperative learning Peer to peer Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE SECONDA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Ha consapevolezza delle proprie competenze motorie	Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo topologico, al corpo funzionale, al sé relazionale e cognitivo	Si impegna ad assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata dimostrando di avere acquisito una buona sensibilità propriocettiva	Lezioni pratiche sul potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive Lezioni teoriche Scambi di opinione Cooperative learning Peer to peer Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
	Acquisisce consapevolezza del proprio corpo Migliora la motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo Utilizza le attività motorie e sportive acquisite adattando il movimento nelle varie situazioni	Attività che esercitano sia le capacità condizionali che le coordinative Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo Gesti tecnici dei vari sport. Esperienze motorie	Dimostrare un buon feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio Utilizzare in modo appropriato gli schemi motori combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso-percettive Utilizzare i più tradizionali attrezzi ginnici ed alcuni grandi attrezzi della palestra Inventare movimenti in sequenza con piccoli attrezzi su specifica richiesta Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili semplici (mappe e bussole)	

I linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Interpreta e comunica contenuti emozionali e tecnici attraverso i gesti e il movimento. Sa gestire gli stati emozionali della prestazione	Linguaggio del corpo. Le emozioni. Conoscenza dei gesti tecnici arbitrali	Rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità, posture e movimenti Saper decodificare e imitare i gesti arbitrali in relazione al regolamento del gioco ed i gesti di compagni e avversari	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play	Sperimenta e condivide i corretti valori dello sport e del fair-play Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole e sapendo gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria Si assume le responsabilità nei confronti delle proprie azioni, si integra nel gruppo e si impegna per il bene comune, accettando e rispettando l'altro	Giochi cooperativi ed agonistici, individuali e di gruppo, giochi tradizionali Offerte ed opportunità sportive sul territorio	Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali Organizzarsi autonomamente e insieme agli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra	Lezioni pratiche sul potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive Lezioni teoriche Scambi di opinione Cooperative learning Peer to peer Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre.
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita . Riconosce e rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri	Atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e dei compagni Pericoli connessi a comportamenti non appropriati appresi attraverso i media e potenziali esperienze trasgressive I principi della sana alimentazione Sostanze che inducono dipendenza	Essere attento alla cura della propria persona, delle cose e degli altri Comprendere l'importanza di una corretta alimentazione Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. Praticare il movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legate all'assunzione di sostanze illecite.	Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

CLASSE TERZA

Competenze chiave europee: competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

NUCLEI TEMATICI	COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		STRATEGIE DIDATTICHE
		CONOSCENZE	ABILITÀ	
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Ha consapevolezza delle proprie competenze motorie	Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo topologico, al corpo funzionale, al sé relazionale e cognitivo	Conoscere ed assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata dimostrando di avere acquisito sensibilità propriocettiva	Lezioni pratiche sul potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive
	Acquisisce consapevolezza del proprio corpo e migliora le proprie capacità fisiche	Attività che esercitano le capacità condizionali e le coordinative abbinate ai vari movimenti e a vari sport	Applicare il feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio	
	Potenzia la motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo	Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo	Utilizzare in modo appropriato tutti gli schemi motori combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso-percettive	Lezioni teoriche Scambi
	Utilizza le attività motorie e sportive acquisite adattando e modificando il movimento nelle varie situazioni	Materiali e attrezzi anche abbinati	Utilizzare con esperienza e disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici	di opinione Cooperative learning
		Esperienze motorie	Inventare e coordinare movimenti in sequenza con piccoli attrezzi su specifica richiesta	Peer to peer
			Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili semplici (mappe e bussole)	Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre.
				Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Interpreta e comunica contenuti emozionali e tecnici attraverso i gesti e il movimento. Sa gestire gli stati emozionali della prestazione aiutando anche gli altri	Linguaggio del corpo. Le emozioni Gesti tecnici arbitrali	Raccogliere e rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità, posture e movimenti Saper decodificare e imitare i gesti arbitrali in relazione al regolamento del gioco e anche i gesti di compagni ed avversari in situazione di gioco e di sport	Lezioni pratiche sul potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive Lezioni teoriche Scambi di opinione Cooperative learning Peer to peer Attività per coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità
	Sperimenta e condivide i corretti valori dello sport e del fair-play, rinunciando a qualunque forma di violenza Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole e gestendo in modo consapevole e con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria Si assume responsabilità nei confronti delle proprie azioni, si integra nel gruppo e si impegna per il bene comune, accettando e rispettando l'altro	Giochi cooperativi ed agonistici, individuali e di gruppo, giochi tradizionali Offerte ed opportunità sportive sul Territorio	Utilizzare nel migliore dei modi le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra Organizzarsi autonomamente e con gli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive Essere attento alla cura della propria persona, delle cose e degli altri Comprende l'importanza di una corretta alimentazione	
	Riconosce, ricerca e applica a sé stesso comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita. Riconosce e rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri	Atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e dei compagni Pericoli connessi a comportamenti non appropriati appresi attraverso i media e potenziali esperienze trasgressive I principi della sana alimentazione Sostanze che inducono dipendenza	Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. Praticare il movimento per migliorare la propria efficienza fisica. riconoscendone i benefici. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività praticata e applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.	

