

AREA MOTORIA

Obiettivi di apprendimento

Scuola dell'infanzia

TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola</p> <p>Riconosce 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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere i ritmi della giornata scolastica e sa adattarsi ad essi. • Avere cura del proprio corpo. • Curare l'igiene del proprio corpo. • Conoscere le differenze sessuali di sviluppo. • Seguire corrette abitudini alimentari.
<p>Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</p> <p>Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</p> <p>Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Saper correre, stare in equilibrio. • Controllare i movimenti secondo regole e contesti. • Superare la paura e prendere possesso dello spazio. • Coordinarsi con i compagni. • Incanalare la propria affettività e le proprie emozioni • Leggere, capire e interpretare i messaggi provenienti dal proprio corpo ed altrui. • Muoversi e comunicare secondo fantasie e creatività. • Localizzare e riconoscere i segmenti del corpo. • Riconoscere le funzioni delle parti del corpo. • Controllare gli schemi dinamici e posturali di base. • Sviluppare la lateralità dominante. • Rappresentare graficamente in modo completo lo schema corporeo. • Trasferire su spazio grafico il vissuto motorio.
<p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • . Giocare rispettando regole in giochi individuali e di gruppo. • Adottare adeguate strategie motorie
<p>Adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le principali norme di igiene: abbigliamento adeguato e adeguati comportamenti. • Capire l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita.

Scuola primaria

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
Acquisisce consapevolezza del proprio corpo e migliora le proprie capacità fisiche padroneggiando gli schemi motori e posturali di base. Si destreggia nella motricità finalizzata in relazione allo spazio e al tempo.				
<ul style="list-style-type: none"> ● Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. ● Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lan-ciare, ecc.) in forma successiva. ● Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. ● Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente. ● Consolidare gli schemi motori e posturali, coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati fra loro. ● Riconoscere e rinforzare la propria lateralità. ● Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico. ● Orientarsi all'interno di uno spazio strutturato. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e gli altri. ● Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.) in forma successiva e simultanea. ● Conoscere le varie potenzialità del movimento e utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi e non. ● Sviluppare la lateralità, orientarsi nello spazio. ● Controllare l'equilibrio del proprio corpo. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, arrampicarsi, strisciare). ● 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. ● Eseguire sequenze motorie precedentemente visualizzate. ● Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordinare ed usare in maniera successiva e simultanea gli schemi motori di base combinandoli fra loro per svolgere attività di gocosport. ● Muoversi con scioltezza, destrezza e disinvoltura, ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo e in movimento...). ● Gestire e misurare la propria forza in relazione al lavoro richiesto. ● Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.
Interpreta e comunica contenuti emozionali/tecnici attraverso i gesti e il movimento. Utilizza il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche.				
<ul style="list-style-type: none"> ● Acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo utilizzando i cinque sensi. ● Usare il corpo a livello di gioco simbolico, mimare semplici situazioni. ● Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. ● Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Discriminare e verbalizzare le sensazioni vissute. ● Riconoscere l'intensità del suono muovendosi adeguatamente. ● Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. ● Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Drammatizzare e partecipare ad esperienze ritmico-musicali. ● Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. ● Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Utilizzare il linguaggio corporeo per comunicare i propri stati d'animo, anche attraverso le esperienze ritmico-musicali. ● Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. ● Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. ● Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. ● Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.

Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Consolida l'importanza e il valore di rispettare le regole all'interno delle varie occasioni di gioco-sport.

<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento, individuali e di squadra. ● Partecipare a giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra comprendendo e rispettando indicazioni e regole. ● Accettare i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri. ● Riconoscere il “valore” delle regole e dell'importanza di rispettarle. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento, individuali e di squadra. ● Partecipare a giochi della tradizione popolare, comprendendo e rispettando indicazioni e regole. ● Assumere un atteggiamento positivo di fiducia nelle proprie capacità. ● Accettare i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri. ● Riconoscere il “valore” delle regole e dell'importanza di rispettarle. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra. ● Partecipare a giochi della tradizione popolare, comprendendo e rispettando indicazioni e regole. ● Partecipare attivamente e in modo positivo a giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra. ● Collaborare con gli altri, comprendendo e rispettando indicazioni e regole. ● Riconoscere ed accettare la figura del caposquadra. ● Rispettare le regole dei giochi. ● Prendere consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico sportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell'importanza di rispettarle. ● Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, manifestando senso di responsabilità. ● Partecipare a giochi della tradizione popolare comprendendo e rispettando indicazioni e regole. ● Partecipare a giochi propedeutici ad alcune attività sportive (minivolley, minibasket...). ● Acquisire progressivamente le regole di alcuni giochi sportivi. ● Partecipare ad attività ludiche di collaborazione, confronto, competizione costruttiva. ● Assumere responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Svolgere un ruolo attivo e significativo 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, comprendendone il valore e favorendo sentimenti di rispetto e cooperazione. ● Conoscere le regole essenziali di alcune discipline sportive. ● Accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria rispettando gli avversari. ● Utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. ● Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. ● Accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.
---	--	--	--	--

Assume comportamenti rispettosi della salute propria ed altrui. Si avvia alla conoscenza di alcuni principi relativi ad un corretto regime alimentare.

<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato alcuni attrezzi e spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Partecipare alle attività di gioco nel rispetto delle regole e delle norme di sicurezza. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.
--	---	--	---	---

<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere i principi di una corretta alimentazione. ● Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche...). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere i principi di una corretta alimentazione. ● Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Mettere in pratica le conoscenze acquisite inerenti ad una sana e corretta alimentazione. ● Acquisire consapevolezza dei cambiamenti della respirazione in relazione all'esercizio fisico. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Partecipare alle attività di gioco nel rispetto delle regole e delle norme di sicurezza. ● Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria e le regole specifiche per la prevenzione degli infortuni. ● Adottare un sano stile di vita basato sul legame tra corretta alimentazione ed esercizio fisico. ● Comprendere la stretta relazione tra fare attività sportiva e seguire una sana alimentazione per migliorare la salute del nostro corpo e coglierne l'importanza. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. ● Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. ● Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. ● Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.
---	--	---	---	--

Scuola secondaria di primo grado

TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		
	Classe I	Classe II	Classe III
<p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione</p> <p>Ha acquisito consapevolezza delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidare gli schemi motori di base. • Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico. • Consolidare la lateralità. • Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno • Iniziare a conoscere le proprie possibilità di movimento attraverso la misurazione delle capacità condizionali con test motori. • Imparare a comprendere il significato di impegno per raggiungere un obiettivo o un traguardo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Potenziare gli schemi motori di base. • Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico. • Potenziare la lateralità • Gestire spazi e tempi di un'azione rispetto al gruppo. • Consolidare e approfondire le proprie possibilità di movimento. • Valutare i propri miglioramenti attraverso test motori. • Imparare a sperimentare i più facili principi di allenamento delle capacità motorie condizionali. 	<ul style="list-style-type: none"> • Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport. • Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio. • Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-tempo di un'azione motoria complessa • Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardio-respiratoria e muscolari.
<p>E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Eseguire i movimenti semplici. • Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi. • Saper decodificare i gesti dei compagni ed avversari in situazione di gioco e di sport. • Capire i gesti arbitrali in relazione all'applicazione di gioco. 	<ul style="list-style-type: none"> • Eseguire movimenti da semplici a più complessi. • Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi. • Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. • Saper decodificare i gesti dei compagni ed avversari in situazione di gioco e di sport. 	<ul style="list-style-type: none"> • Saper decodificare con sicurezza i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. • Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. • Risolvere in modo personale problemi motori sportivi. • Comprendere i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
<p>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 quotidiana e di rispetto delle regole.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline ludiche-sportive. • Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori. • Partecipare attivamente ai giochi di movimento. • Partecipare attivamente ai giochi presportivi seguendo le indicazioni del 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare elementi tecnici più complessi di diverse discipline sportive. • Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori. • Partecipare attivamente ai giochi presportivi e sportivi seguendo le indicazioni del gruppo. • Rispettare le regole delle discipline sportive praticate. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare i principali elementi tecnici di diverse discipline sportive. • Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, 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

	<p>gruppo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Accogliere nella propria squadra tutti i compagni ● Rispettare le regole delle discipline sportive praticate. 		<p>le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Conoscere e sviluppare le capacità condizionali. ● Acquisire sia in forma teorica che pratica il concetto di gruppo e di squadra. ● Utilizzare il gesto tecnico in ogni situazione sportiva.
<p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. Riconosce, ricerca, e applica a se stesso comportamenti dello star bene in ordine a sani stili di vita e prevenzione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri. ● Conoscere le principali norme di igiene: abbigliamento adeguato e adeguati comportamenti. ● Capire l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi in palestra in rapporto a se stessi e agli altri. ● Conoscere le principali norme di igiene. ● Conoscere le principali norme corrette di alimentazione. ● Conoscere le più semplici norme d'intervento nei più banali incidenti di carattere motorio. ● Conoscere l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per i più comuni infortuni che possono accadere durante l'attività motoria. ● Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici. ● Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, sostanze illecite o che inducono dipendenza.