**CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **COMPETENZE CHIAVE** | **CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE**  Consapevolezza dell’importanza dell’espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni in un’ampia varietà di mezzi di comunicazione, compresi la musica, le arti dello spettacolo, la letteratura e le arti visive. | | |
| **TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA (dalle Indicazioni Nazionali)** | | |
| **SCUOLA DELL’INFANZIA** | **SCUOLA PRIMARIA** | **SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO** |
| **IMPARARE AD IMPARARE** | **1.a** 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. | **1.b** L’alunno acquisisce 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. | **1.c** L’alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** |
| **COMUNICAZIONE NELLA MADRELINGUA** | **2.a** Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento. | **2.b**  Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d’animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. |  |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** |
| **SPIRITO D’INIZIATIVA E IMPRENDITORIALITÀ** | **3.a**  Controlla l’esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva. | **3.b**  Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di *giocosport* anche come orientamento alla futura pratica sportiva. | **2.c** È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune. |
| **IMPARARE AD IMPARARE** |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** | **4.a** 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. | **4.b** Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. | **3.c** Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. |
| **IMPARARE AD IMPARARE** |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** |  | **5.b**  Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell’uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell’ambiente scolastico ed extrascolastico. | **4c** Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. |
| **IMPARARE AD IMPARARE** | **5.a** 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. | **6.b** Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell’uso di sostanze che inducono dipendenza. | **5.c** Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** |
| **COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE** |  | **7.b** Comprende, all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l’importanza di rispettarle. | **6.c** 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. |
| **COMUNICAZIONE NELLA MADRELINGUA** |

**SCUOLA DELL’INFANZIA**

|  |  |
| --- | --- |
| **TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA** | **NUCLEI EPISTEMOLOGICI FONDANTI**  ***(SAPERI ESSENZIALI)*** |
| **1.a** 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. | 1. Schemi posturali di base. 2. Schemi motori di base:   - camminata (lungo una linea, in ordine sparso, con cambio di ritmo e/o direzione al segnale);  - corsa (lungo una linea, in ordine sparso, con cambio di ritmo e/o direzione all'indicazione, a suoni, rumori o musica);   1. salti (saltelli di vario tipo , sul posto e in movimento); 2. rotolamenti 3. Semplici percorsi (applicazione degli schemi motori di base anche con l’uso di piccoli attrezzi, palle, cerchi, birilli, …). 4. Le posizioni del corpo in rapporto allo spazio ed al tempo. 5. Giochi individuali e di gruppo con regole, giochi di squadra. 6. Giochi di esplorazione, imitazione. 7. Giochi tradizionali. 8. Drammatizzazione. 9. Giochi per favorire propriocettività e rilassamento. 10. Sa controllare l'affettività e le emozioni rielaborandole attraverso il corpo e il movimento. |
| **Obiettivi di apprendimento**   1. Essere in grado di assumere alcune posture e compiere gesti e azioni con finalità espressive e comunicative. 2. Elaborare l’esperienza in forme espressive di movimento. |
| **2.a** Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento. |
| **Obiettivi di apprendimento**   1. Essere in grado di riconoscere i diversi segmenti del corpo e le loro possibilità di movimento. |
| **3.a**  Controlla l’esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva. |
| **Obiettivi di apprendimento**   1. Riconosce l’importanza e comprende il valore di rispettare le regole, nell’uso di attrezzi e nel gioco libero, per la sicurezza propria e degli altri 2. Rispettare le regole nell’interazione con gli altri. |
| **4.a** 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. |
| **Obiettivi di apprendimento**   1. Essere in grado di eseguire semplici movimenti con la parte del corpo indicata. 2. Padroneggiare, in rapporto allo sviluppo, varie azioni motorie come camminare, correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare, ecc, anche in situazioni di gioco. |
| **5.a** 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. |
| **Obiettivi di apprendimento**   1. Essere in grado di eseguire semplici movimenti con la parte del corpo indicata. 2. Padroneggiare, in rapporto allo sviluppo, varie azioni motorie come camminare, correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare, ecc, anche in situazioni di gioco. |

|  |  |
| --- | --- |
| **OBIETTIVI MINIMI SCUOLA DELL’INFANZIA** | |
| **3-4 ANNI** | * Conoscere gli schemi motori e posturali di base. * Eseguire in modo coordinato semplici percorsi e giochi di movimento. * Interagire con gli altri nei giochi di movimento rispettando semplici regole. * Percepire le capacità espressive del proprio corpo. * Partecipare al gioco collettivo in piccolo gruppo. |
| **4-5 ANNI** | * Prendere coscienza degli schemi motori e posturali di base. * Sviluppare le capacità coordinative e l’equilibrio statico e dinamico. * Partecipare ai giochi di movimento rispettando regole e indicazioni. * Prendere coscienza delle capacità espressive del proprio corpo. * Partecipare al gioco collettivo nel piccolo e grande gruppo. |

|  |
| --- |
| **TRAGUARDI DI COMPETENZA AL TERMINE DELLA SCUOLA DELL’INFANZIA** |
| 1. Padroneggia gli strumenti necessari ad un utilizzo dei linguaggi espressivi, artistici, visivi 2. Sa comunicare attraverso la mimica e i gesti i propri bisogni e stati d’animo 3. Conosce il proprio corpo e padroneggia abilità motorie di base in diverse situazioni 4. E’ in grado di chiedere aiuto nelle difficoltà 5. Partecipa con interesse alle attività collettive apportando contributi utili e collaborativi |

**SCUOLA PRIMARIA**

|  |  |
| --- | --- |
| **TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA** | **NUCLEI EPISTEMOLOGICI FONDANTI**  ***(SAPERI ESSENZIALI)*** |
| **1.b** L’alunno acquisisce 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. | **CLASSE PRIMA E CLASSE SECONDA**   1. Schemi posturali di base. 2. Schemi motori di base:  * camminata (lungo una linea, in ordine sparso, con cambio di ritmo e/o direzione al segnale); * corsa (lungo una linea, in ordine sparso, con cambio di ritmo e/o direzione al segnale); * lanci (palla a coppie e/o in cerchio, lanci ad un bersaglio posto a un metro); * salti (saltelli di vario tipo , sul posto e in movimento); * rotolamenti (sul tappeto).  1. Semplici percorsi (applicazione degli schemi motori di base anche con l’uso di piccoli attrezzi, palle, cerchi, birilli, …). 2. Il linguaggio dei gesti e del corpo 3. Le posizioni del corpo in rapporto allo spazio ed al tempo. 4. Giochi individuali e di gruppo con regole, tempi e spazi determinati. 5. Giochi di percezione, esplorazione, imitazione. 6. Giochi tradizionali. 7. Il movimento come mezzo di comunicazione di bisogni, sensazioni, stati d’animo, emozioni in situazioni comunicative reali e fantastiche.   **CLASSE TERZA E CLASSE QUARTA**   1. Schemi motori di base:  * corsa (resistenza e velocità)); * lanci (palla a coppie e/o in cerchio, lanci ad un bersaglio); * salti (salti di vario tipo , sul posto e in movimento); * rotolamenti (sul tappeto); * arrampicate.  1. Percorsi a stazione e circuiti(applicazione degli schemi motori di base anche con l’uso di attrezzi e/o ostacoli, …). 2. Giochi individuali e di gruppo con regole, tempi e spazi determinati (esercizio e valorizzazione dell’orientamento spazio-temporale, delle azioni a carattere segmentario e/o globale, dell’equilibrio statico e dinamico, di forza, resistenza, elasticità, scioltezza, senso del ritmo …). 3. Giochi tradizionali. 4. Il rispetto delle regole (cooperazione e interazione positiva). 5. Il movimento come mezzo di comunicazione di bisogni, sensazioni, stati d’animo, emozioni in situazioni comunicative reali e fantastiche.   **CLASSE QUINTA**   1. Schemi motori di base:  * corsa (di resistenza 4/6 min., veloce anche sottoforma di staffetta); * lanci (passaggi di palla a fermo e in movimento); * salti (salti di vario tipo , in basso, in alto anche con l’uso di ostacoli); * arrampicate; * rotolamenti (sul tappeto con controllo del corpo, capovolta in avanti).  1. Percorsi (a stazione e a circuito con applicazione degli schemi motori di base anche con l’uso di attrezzi, …). 2. Giochi individuali e di gruppo con regole, tempi e spazi determinati (giochi presportivi e/o tradizionali). 3. Il rispetto delle regole (cooperazione e interazione positiva). 4. Il fairplay. 5. Il movimento come mezzo di comunicazione di bisogni, sensazioni, stati d’animo, emozioni in situazioni comunicative reali e fantastiche. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc). 2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. |
| **2.b**  Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d’animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. |
| **3.b**  Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di *giocosport* anche come orientamento alla futura pratica sportiva. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di *giocosport.* 2. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. |
| **4.b** Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. |
| **5.b**  Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell’uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell’ambiente scolastico ed extrascolastico. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. |
| **6.b** Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell’uso di sostanze che inducono dipendenza. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all’esercizio fisico. |
| **7.b** Comprende, all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l’importanza di rispettarle. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta**   1. Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità. |

|  |  |
| --- | --- |
| **CLASSE** | **OBIETTIVI MINIMI SCUOLA PRIMRIA** |
| **PRIMA e SECONDA** | * Essere in grado di camminare, correre, lanciare, rotolare, saltare. * Sviluppare le capacità coordinative (equilibrio statico e dinamico, orientamento spazio-temporale). * Saper comunicare stati d’animo attraverso il linguaggio corporeo. * Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole. |
| **TERZA e QUARTA** | * Conoscere ed utilizzare gli schemi motori di base. * Consolidare le capacità coordinative (equilibrio statico e dinamico, orientamento spazio-temporale) anche attraverso giochi individuali e di gruppo. * Utilizzare il corpo in modo espressivo. * Cooperare all’interno del gruppo. |
| **QUINTA** | * Consolidare gli schemi motori di base. * Possedere una sufficiente coordinazione dinamica generale. * Applicare i fondamenti tecnici di base agli schemi di gioco di alcuni sport. * Utilizzare il corpo in modo espressivo, in situazioni reali e fantastiche, e rappresentare con il corpo stati d’animo ed emozioni. * Lavorare in modo costruttivo nel gruppo. |

|  |
| --- |
| **TRAGUARDI PER LA CERTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA** |
| 1. È capace di apprezzare le forme espressive ed artistiche (motorie, grafiche, musicali, …) di cui ha avuto esperienza. 2. È in grado di lavorare sia individualmente che in collaborazione all’interno di un gruppo. |

**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

|  |  |
| --- | --- |
| **TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLA COMPETENZA** | **NUCLEI EPISTEMOLOGICI FONDANTI**  ***(SAPERI ESSENZIALI)*** |
| **1.c** L’alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. | **CLASSE PRIMA**   1. Percorsi, circuiti a tempo e a stazioni, attività con piccoli e grandi attrezzi, esercitazioni di coordinazione neuro-muscolare, andature di preatletica, esercizi di preacrobatica.Educazione al ritmo. 2. La velocità: partenze da diverse posizioni, alla percezione di stimoli di varia natura, corsa con arresti, cambi di velocità, direzione e di andature a comando, staffette. 3. La resistenza: corsa lenta e prolungata, corsa con variazione di ritmo. 4. La forza: andature, balzi, salti, saltelli con la funicella, lanci ella palla medica, andature in quadrupedia, piegamenti sia sugli arti superiori che inferiori, esercizi in opposizione. 5. La mobilità articolare: esercizi di allungamento muscolare a corpo libero, a coppie e con attrezzi. 6. Giochi pre sportivi: gioco dei 10 passaggi, palla quadrato, dongiball, palla mille, palla prigioniera. 7. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallavolo: palleggio, battuta, bagher. 1c1;2c2;3c3. 8. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallacanestro: palleggio, passaggio, tiro da fermo e in movimento. 1c1,2c2,3c3. 9. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallamano. 10. Tecniche delle varie discipline dell’atletica leggera: corsa di velocità 60m., corsa di resistenza 1000 m., salto in alto, salto in lungo, vortex, peso da 2 kg., staffetta 4x100. 11. Regolamento tecnico dei giochi di squadra praticati, compiti di arbitraggio, specialmente per coloro che sono esonerati dalla parte pratica della lezione o che non sanno accettare le decisioni del direttore di gara. 12. Fairplay.   **CLASSE SECONDA**   1. Percorsi, circuiti a tempo e a stazioni, attività con piccoli e grandi attrezzi, esercitazioni di coordinazione neuro-muscolare, andature di preatletica, esercizi di preacrobatica.Educazione al ritmo. 2. La velocità: scatti , allughi e progressioni, partenze da diverse posizioni, alla percezione di stimoli di varia natura, corsa con arresti, cambi di velocità, direzione e di andature a comando, staffette. 3. La resistenza: corsa lenta e prolungata, corsa con variazione di ritmo. 4. La forza: andature, balzi, salti, saltelli con la funicella, lanci ella palla medica, andature in quadrupedia, piegamenti sia sugli arti superiori che inferiori, esercizi in opposizione, potenziamento addominali e dorsali. 5. La mobilità articolare: esercizi di allungamento muscolare a corpo libero, a coppie e con attrezzi. 6. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallavolo: palleggio, battuta, bagher, schiacciata. 3c3,4c4. 7. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallacanestro: palleggio, passaggio, tiro da fermo e in movimento, difesa.2c2,3c3,4c4. 8. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallamano. 9. Tecniche delle varie discipline dell’atletica leggera: corsa di velocità 80m., corsa ostacoli, corsa di resistenza 1000 m., salto in alto, salto in lungo, vortex, peso da 3/4 kg., staffetta 4x100. 10. Regolamento tecnico dei giochi di squadra praticati, compiti di arbitraggio, specialmente per coloro che sono esonerati dalla parte pratica della lezione o che non sanno accettare le decisioni del direttore di gara. 11. Fairplay.   **CLASSE TERZA**   1. Percorsi, circuiti a tempo e a stazioni, attività con piccoli e grandi attrezzi, esercitazioni di coordinazione neuro-muscolare, andature di preatletica, esercizi di preacrobatica. 2. La velocità: scatti , allunghi e progressioni, partenze da diverse posizioni, alla percezione di stimoli di varia natura, corsa con arresti, cambi di velocità, di direzione e di andature a comando, staffette. 3. La resistenza: corsa lenta e prolungata, corsa con variazione di ritmo. 4. La forza: andature, balzi, salti, saltelli con la funicella, lanci della palla medica, andature in quadrupedia, piegamenti sia sugli arti superiori che inferiori, esercizi in opposizione, potenziamento addominali e dorsali. 5. Mobilità articolare: esercizi di allungamento muscolare a corpo libero, a coppie e con attrezzi. 6. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallavolo: palleggio, battuta, bagher, schiacciata, muro. 4c4, 6c6. 7. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallacanestro: palleggio, passaggio, tiro da fermo e in movimento, difesa.3c3,4c4,5c5. 8. Tecniche dei fondamentali individuali e di squadra con semplici schemi di gioco della pallamano. 9. Tecniche delle varie discipline dell’atletica leggera: corsa di velocità 80m., corsa ostacoli, corsa di resistenza 1000 m., salto in alto, salto in lungo, vortex, peso da 3/4 kg., staffetta 4x100. 10. Regolamento tecnico dei giochi di squadra praticati, compiti di arbitraggio, specialmente per coloro che sono esonerati dalla parte pratica della lezione o che non sanno accettare le decisioni del direttore di gara. 11. Fairplay. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza**   1. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. |
| **2.c** È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza**   1. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. 2. Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. |
| **3.c** Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza**   1. Saper utilizzare l’esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. 2. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. |
| **4.c** Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza**   1. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza. |
| **5.c** Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza**   1. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. |
| **6.c** 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. |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza**   1. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l’altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta. |

|  |  |
| --- | --- |
| **CLASSE** | **OBIETTIVI MINIMI SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO** |
| **PRIMA** | * Possedere gli schemi motori di base. * Sviluppare le capacità coordinative e condizionali (forza, velocità, resistenza, mobilità articolare. * Acquisire i fondamentali individuali e di squadra di alcuni sport. * Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di arbitraggio e di giuria. * Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità. |
| **SECONDA** | * Utilizzare gli schemi motori di base adattandoli alle varie situazioni di gioco. * Sviluppare le capacità condizionali attraverso piani di lavoro strutturati. * Consolidare le capacità coordinative. * Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di arbitraggio e di giuria. * Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità. * Migliorare le tecniche di alcuni sport. |
| **TERZA** | * Consolidare le capacità coordinative utilizzandole in situazioni diverse. * Consolidare le capacità condizionali attraverso vari metodi d’allenamento. * Rispettare le regole di un gioco a squadre, svolgere un ruolo attivo utilizzando al meglio le proprie abilità tecniche e tattiche. * Arbitrare una partita dei giochi praticati,stabilendo corretti rapporti interpersonali e mettendo in atto comportamenti operativi e organizzativi all’interno del gruppo. |

|  |
| --- |
| **TRAGUARDI PER LA CERTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE**  **AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO** |
| 1. È capace di apprezzare le diverse forme espressive ed artistiche (motorie, grafiche, musicali, …) che ha conosciuto e/o di cui ha fatto esperienza, iniziando ad interpretarle e ad attribuire loro un senso. 2. Esprime la propria creatività attraverso le forme espressive e/o artistiche che gli sono più congeniali. |