



PROGETTAZIONE SCIENZE MOTORIE CLASSI PRIME

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITA'
<ul style="list-style-type: none"> - Il corpo, il movimento e le sue relazioni con l'ambiente. Ha acquisito la consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psico-fisica. - Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva. Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni 	<ul style="list-style-type: none"> - Schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare...) e loro combinazioni; capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità). - Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche. Capacità coordinative (generali e speciali) - Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale. - Linguaggio specifico motorio-sportivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in modo razionale ed economico. - 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 compagni di squadra nella realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. - Saper utilizzare e trasferire le capacità coordinative consolidate per la realizzazione dei gesti tecnici di alcuni sport.

<p>personali.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lo sport, le regole e il fair play. Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi. - Salute, benessere, prevenzione e sicurezza. Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gestii fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione. - Concetto di strategia e tattica, Il fair play. - Regole fondamentali di alcune discipline sportive. - Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia - Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori. - Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica. - Presa di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere 	<ul style="list-style-type: none"> - Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). - Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. - Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. - Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. - Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. - Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati, rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti degli avversari - Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni. Riconoscere il benessere derivante dall'esercizio fisico e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico
--	---	--



PROGETTAZIONE SCIENZE MOTORIE CLASSI SECONDE

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITA'
<p>- Il corpo, il movimento e le sue relazioni con l'ambiente. Ha acquisito la consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psico-fisica.</p> <p>- Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva. Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni personali.</p>	<p>- Consolidamento delle capacità coordinative (generali e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità)</p> <p>- Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche Tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport.</p> <p>- Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale.</p> <p>- Gestì fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione.</p>	<p>- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>- Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali</p> <p>- Utilizzare e correlare le variabili spaziotemporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in particolari situazioni sportive.</p> <p>- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole)</p> <p>- Saper decodificare i gesti di compagni in situazione di gioco e di sport.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Lo sport, le regole e il fair play. Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi. - Salute, benessere, prevenzione e sicurezza. Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> - Concetto di strategia e tattica. Il fair play. - Regole fondamentali di alcune discipline sportive, linguaggio specifico motorio-sportivo. - Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia. - Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori. - Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica. - Presa di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> - Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste del gioco in forma economica e utile per la squadra. - Mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. - Conoscere e applicare il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. - Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni. Consolidamento delle capacità coordinative (generali e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità) - Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche. Tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport. - Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale. - Gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione. - Concetto di strategia e tattica, Il fair play. - Regole fondamentali di alcune discipline sportive. - Linguaggio specifico motorio-sportivo. - Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di
--	--	---

		<p>anatomia e fisiologia.</p> <ul style="list-style-type: none">- Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori.- Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica.- 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.
--	--	--



PROGETTAZIONE SCIENZE MOTORIE CLASSI TERZE

TRAGUARDI DI COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITA'
<ul style="list-style-type: none"> - Il corpo, il movimento e le sue relazioni con l'ambiente. Ha acquisito la consapevolezza della propria e altrui corporeità e utilizza le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni e alla evoluzione psico-fisica. - Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva. Utilizza i linguaggi motori specifici, comunicativi ed espressivi con soluzioni 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidamento delle capacità coordinative (generali e speciali); capacità condizionali (forza, velocità, resistenza e mobilità). - Elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche tecniche e abilità motorie nelle diverse forme di gioco e sport. - Elementi relativi allo spazio dell'azione motoria anche in ambiente naturale. - Gestì fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra e relative capacità coordinative necessarie alla loro realizzazione. 	<ul style="list-style-type: none"> - Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo. - Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. - Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. - Utilizzare e correlare le variabili spaziotemporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. - Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). - Padroneggiare le capacità coordinative

<p>personali.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lo sport, le regole e il fair play. Nel gioco e nello sport risolve problemi motori applicando tecniche e tattiche, rispettando regole e valori sportivi. - Salute, benessere, prevenzione e sicurezza. Assume i fondamentali comportamenti di sicurezza, prevenzione e promozione della salute per il proprio benessere. 	<ul style="list-style-type: none"> - Concetto di strategia e tattica, Il fair play. - Regole fondamentali di alcune discipline sportive Linguaggio specifico motorio-sportivo. - Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia. - Correlazione tra le capacità condizionali e l'accrescimento attraverso misurazioni pondero-staturali e test motori. - Cenni inerenti la correlazione tra alimentazione e attività fisica. - Presa di coscienza e conoscenza delle funzioni fisiologiche alla base del movimento e in relazione al mantenimento della salute e del benessere. 	<p>adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. - Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. - Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. - Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. - Saper adottare regole e comportamenti tali da tutelare e migliorare il benessere e la sicurezza comuni. - 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.
--	---	---