*DISCIPLINA/competenza chiave:* **ED. FISICA (SCIENZE MOTORIE)**

*Specifico formativo della disciplina/competenza chiave (qual è la finalità formativa?):*

**a) Favorire l’acquisizione di competenze disciplinari in modo che l’alunno possa migliorare nel processo di crescita e maturazione dal punto di vista personale (coscienza di sé ), relazionale e operativo.**

**b) Favorire la considerazione dell’attività motoria come sana abitudine di vita ed elemento di tutela della salute indispensabile per un buon equilibrio psico-fisico.**

* *Quali ABILITÀ DI BASE connotano la disciplina/competenza chiave in questione? Cosa deve saper fare uno studente per essere considerato competente nell’ambito posto a tema?*
* **PERCEZIONE DEL CORPO**
* **CONTROLLO DEL CORPO**
* **AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA**
* **CONOSCENZA DELLE REGOLE**



|  |  |
| --- | --- |
| **DOMANDE ESSENZIALI**  **RISPETTO ALLA CONOSCENZA DELLE REGOLE** | * **A cosa servono le regole?** * **Perché devo rispettare le regole?** * **Perché devo collaborare con i compagni di squadra?** |

**SCUOLA PRIMARIA**

|  |
| --- |
| **CLASSE I** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

utilizzare il proprio corpo come uno strumento per comunicare, in relazione con lo spazio e il tempo; organizzare movimenti nello spazio in relazione a sé, agli altri anche attraverso giochi d'imitazione.

-CONTROLLO DEL CORPO

sperimentare una pluralità di esperienze motorie: camminare, correre, saltare, afferrare, lanciare, calciare, rotolare, strisciare, con sempre maggiori autocontrollo, sicurezza e destrezza.

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

partecipare a giochi organizzati con la palla, con i cerchi, con piccoli attrezzi a gruppi e a squadre.

-CONOSCENZE DELLE REGOLE

assumere comportamenti adeguati nello spazio palestra rispettando indicazioni e regole date.

|  |
| --- |
| **CLASSE II** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

utilizzare il proprio corpo come uno strumento per comunicare, in relazione con lo spazio e il tempo; organizzare movimenti nello spazio in relazione a sé, agli altri anche attraverso giochi d'imitazione; esplorare l’ambiente in relazione all’altro con modalità di coordinazione ed attenzione anche con uso della musica.

-CONTROLLO DEL CORPO

sperimentare una pluralità di esperienze motorie: camminando sugli avampiedi, sui talloni, indietro, laterale, a gambe piegate, muovendosi liberamente in uno spazio ben definito, evitando di urtare i compagni.

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

partecipare a giochi organizzati con la palla, con i cerchi, con piccoli attrezzi a gruppi e a squadre, collaborando per raggiungere uno scopo comune, rispettando l’avversario e accettando la sconfitta.

-CONOSCENZE DELLE REGOLE

assumere comportamenti adeguati nello spazio palestra rispettando indicazioni e regole date per la sicurezza propria e altrui.

|  |
| --- |
| **CLASSE III** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

utilizzare il proprio corpo come uno strumento per comunicare, in relazione con lo spazio e il tempo; organizzare movimenti nello spazio in relazione a sé, agli altri anche attraverso giochi d'imitazione; esplorare l’ambiente in relazione all’altro con modalità di coordinazione ed attenzione anche con uso della musica.

-CONTROLLO DEL CORPO

sperimentare una pluralità di esperienze motorie: varie tipologie di corsa laterale, indietro e vari tipi di andature, salti, ecc., con variazioni di velocità e difficoltà per migliorare la precisione esecutiva e la concentrazione.

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

partecipare a giochi organizzati con la palla, con i cerchi, con piccoli attrezzi a gruppi e a squadre, collaborando ed organizzandosi per raggiungere uno scopo comune, rispettando l’avversario e accettando la sconfitta.

-CONOSCENZE DELLE REGOLE

assumere comportamenti adeguati nello spazio palestra rispettando indicazioni e regole date per la sicurezza propria e altrui.

|  |
| --- |
| **CLASSE IV** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

utilizzare il proprio corpo come uno strumento per comunicare nella relazione con lo spazio e il tempo, ampliando il bagaglio motorio e migliorando delle capacità coordinative (capacità di reazione, differenziazione, equilibrio, combinazione, orientamento) anche con uso della musica per eseguire esercizi in modo sempre più corretto.

-CONTROLLO DEL CORPO

sperimentare una pluralità di esperienze motorie: esercizi individuali, a coppie e in squadra provare diverse modalità di afferrare, lanciare, calciare la palla, imparare a rotolare, strisciare ed arrampicarsi variando i movimenti, il ritmo e la velocità di esecuzione, con sempre maggiori abilità, sicurezza e precisione; migliorare l’autocontrollo e la consapevolezza del proprio corpo in relazione allo sviluppo fisico.

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

partecipare a giochi organizzati e combinati con la palla, con i cerchi ed altri attrezzi; staffette e circuiti guidati, svolgendo attività propedeutiche all’atletica leggera, sport di squadra, collaborando ed organizzandosi con sempre maggiore efficacia per raggiungere uno scopo comune, rispettando l’avversario e accettando la sconfitta.

-CONOSCENZE DELLE REGOLE

assumere comportamenti adeguati nello spazio palestra rispettando indicazioni e regole date per la sicurezza propria e altrui.

|  |
| --- |
| **CLASSE V** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

utilizzare il proprio corpo come uno strumento nella relazione con lo spazio e il tempo, ampliando il bagaglio motorio e migliorando delle capacità coordinative (capacità di reazione, differenziazione, equilibrio, combinazione, orientamento, forza e destrezza) anche con l’uso della musica per eseguire esercizi e comunicare emozioni e stati d’animo in forme consapevoli.

-CONTROLLO DEL CORPO

sperimentare una pluralità di esperienze motorie: esercizi a coppie e in squadra per consolidare le abilità di base (correre, saltare, strisciare, rotolare ed arrampicarsi), variando i movimenti, il ritmo, la velocità di esecuzione e la difficoltà, migliorando l’autocontrollo e la concentrazione, consapevoli del proprio corpo in relazione allo sviluppo fisico.

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

partecipare a giochi organizzati e combinati con la palla, con i cerchi ed altri attrezzi; staffette e circuiti guidati, svolgendo attività propedeutiche all’atletica leggera, sport di squadra, collaborando ed organizzandosi con sempre maggiore efficacia per raggiungere uno scopo comune, rispettando l’avversario e accettando la sconfitta.

-CONOSCENZE DELLE REGOLE

assumere comportamenti adeguati nello spazio palestra rispettando indicazioni e regole date per la sicurezza propria e altrui; rispettare le regole della competizione sportiva, accettando le diversità, manifestando il senso delle responsabilità.

|  |
| --- |
| **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO** |

|  |
| --- |
| **CLASSE PRIMA** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

Percepire e riconoscere le informazioni che passano attraverso i canali percettivi (vista, udito, tatto, muscoli, articolazioni, vestibolo).

Riconoscere la propria lateralità, le dimensioni e orientamenti del proprio corpo.

Conoscere le reazioni organiche allo sforzo e le proprie capacità di resistenza, mobilità articolare, velocità, forza, impegnandosi per un miglioramento continuo.

-CONTROLLO DEL CORPO

Riprodurre i movimenti in modo globale in base ad un modello.

Occupare ed utilizzare lo spazio in base alle diverse situazioni.

Eseguire con precisione i movimenti, controllarli nella loro struttura e ritmo (azioni in contemporanea e in successione).

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

Riconoscere i fondamentali individuali e di squadra delle attività pre-sportive e sportive praticate.

Giocare in gruppo.

Portare a termine un’azione.

Collaborare con gli altri per raggiungere un obiettivo.

-CONOSCENZA DELLE REGOLE

Riconoscere le caratteristiche delle attività affrontate.

Conoscere e rispettare le regole di gioco, partecipando in collaborazione con i compagni.

Rispettare le consegne.

|  |
| --- |
| **CLASSE SECONDA** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

Percepire e riconoscere le informazioni che passano attraverso i canali percettivi (vista, udito, tatto, muscoli, articolazioni, vestibolo).

Riconoscere la propria lateralità, le dimensioni e orientamenti del proprio corpo.

Conoscere le reazioni organiche allo sforzo e le proprie capacità di resistenza, mobilità articolare, velocità, forza, impegnandosi per un miglioramento continuo.

-CONTROLLO DEL CORPO

Riprodurre i movimenti in modo globale in base ad un modello.

Occupare ed utilizzare lo spazio in base alle diverse situazioni.

Eseguire con precisione i movimenti, controllarli nella loro struttura e ritmo (azioni in contemporanea e in successione).

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

Riconoscere i fondamentali individuali e di squadra delle attività pre-sportive e sportive praticate.

Giocare in gruppo.

Portare a termine un’azione.

Collaborare con gli altri per raggiungere un obiettivo.

-CONOSCENZA DELLE REGOLE

Riconoscere le caratteristiche delle attività affrontate.

Conoscere e rispettare le regole di gioco, partecipando in collaborazione con i compagni.

Rispettare le consegne.

|  |
| --- |
| **CLASSE TERZA** |

L’allievo è in grado di:

-PERCEZIONE DEL CORPO

Controllare il tono muscolare.

Dosare la propria forza.

Distribuire la fatica in base alla durata/intensità del lavoro.

Dare risposte veloci ed adeguate alla richiesta.

Eseguire correttamente esercizi di mobilizzazione attiva.

Dimostrare di conoscere le proprie capacità e i propri limiti.

-CONTROLLO DEL CORPO

Adattare e trasformare i movimenti in base alle diverse situazioni.

Controllare l’equilibrio in situazioni statiche e dinamiche.

Accoppiare e combinare in sequenza i movimenti fra segmenti corporei diversi.

Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione dell’azione.

-AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA

Utilizzare i fondamentali individuali e di squadra, individuando le strategie adeguate alle attività sportive affrontate.

Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità e le caratteristiche personali.

Praticare attivamente i diversi ruoli (attaccante, difensore, arbitro, gudice, segnapunti,...).

-CONOSCENZA DELLE REGOLE

Conoscere e utilizzare la terminologia specifica.

Comprendere le finalità delle attività affrontate.

Rispettare le regole del fair play.

Utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente sia in gruppo.