

## DISCIPLINA : CORPO MOVIMENTO E SPORT CLASSE PRIMA SCUOLA PRIMARIA

### TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO (AL TERMINE DI : CL. 3^ primaria )

*L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico -musicali.*

*Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.*

*Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.*

*Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva.*

Obiettivi di apprendimento	Argomenti / Contenuti
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere e aver coscienza del proprio corpo e degli schemi posturali di base.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo</li><li>Riconoscere, classificare, memorizzare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive e tattili).</li></ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Avviare alla coordinazione dinamica generale nello spazio e nel tempo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare / afferrare / lanciare, ecc).</li><li>Sapere controllare le condizioni di equilibrio statico del proprio corpo.</li><li>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione.</li><li>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</li></ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Potenziare le capacità espressive del movimento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo ed emozioni anche nelle forme della drammatizzazione</li></ul>
<b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Partecipare a semplici giochi collettivi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento individuali e di squadra e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, interagendo positivamente con gli altri, rispettosi delle regole.</li></ul>
<b>Sicurezza e prevenzione Salute e benessere</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Assumere comportamenti corretti e sani</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</li><li>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legati all'attività ludico-motoria.</li></ul>

## DISCIPLINA : CORPO MOVIMENTO E SPORT CLASSE SECONDA SCUOLA PRIMARIA

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 3<sup>a</sup> primaria )

*L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico -musicali. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.*

*Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.*

*Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva.*

Obiettivi di apprendimento	Argomenti / Contenuti
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere e aver coscienza del proprio corpo e degli schemi posturali</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</li><li>Riconoscere, classificare, memorizzare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive e tattili).</li></ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Affinare la coordinazione dinamica generale e consolidare l'organizzazione spazio-temporale</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare / afferrare / lanciare, ecc).</li><li>Sapere controllare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li><li>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione) e a strutture ritmiche.</li><li>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</li></ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Potenziare le capacità espressive del movimento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo ed emozioni anche nelle forme della drammatizzazione</li></ul>
<b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Partecipare al gioco collettivo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento individuali e di squadra e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, interagendo positivamente con gli altri, rispettosi delle regole.</li></ul>
<b>Sicurezza e prevenzione Salute e benessere</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Assumere comportamenti corretti e sani</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</li><li>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legati all'attività ludico-motoria.</li></ul>

## DISCIPLINA : CORPO MOVIMENTO E SPORT CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 3<sup>a</sup> primaria )

*L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico -musicali.*

*Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.*

*Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico.*

*Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva.*

<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Argomenti / Contenuti</b>
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere e aver coscienza del proprio corpo e degli schemi posturali</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</li><li>Riconoscere, classificare, memorizzare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive e tattili).</li></ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Affinare la coordinazione dinamica generale e consolidare l'organizzazione spazio-temporale</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare / afferrare / lanciare, ecc).</li><li>Sapere controllare le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li><li>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione) e a strutture ritmiche.</li><li>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</li></ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Potenziare le capacità espressive del movimento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo ed emozioni anche nelle forme della drammatizzazione</li></ul>
<b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Partecipare al gioco collettivo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento individuali e di squadra e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, interagendo positivamente con gli altri, rispettosi delle regole.</li></ul>
<b>Sicurezza e prevenzione Salute e benessere</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Assumere comportamenti corretti e sani</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</li><li>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legati all'attività ludico-motoria.</li></ul>

## DISCIPLINA : CORPO MOVIMENTO E SPORT CLASSE QUARTA SCUOLA PRIMARIA

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 5<sup>a</sup> primaria )

*L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico -musicali. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva.*

<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Argomenti / Contenuti</b>
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e aver coscienza del proprio corpo e degli schemi posturali</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sviluppare la capacità di controllo ed analisi delle posture corrette</li> <li>▪ Prendere coscienza dei diversi gradi di tensione muscolare e di rilassamento</li> <li>▪ Conoscere le fasi del ritmo respiratorio</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Affinare la coordinazione dinamica generale e consolidare l'organizzazione spazio-temporale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sviluppare la velocità e la resistenza generale</li> <li>▪ Sviluppare e controllare la forza</li> <li>▪ Saper eseguire tutti gli esercizi combinati fra arti inferiori e superiori con movimenti simmetrici e non simmetrici</li> <li>▪ Utilizzare strutture ritmiche via via più complesse per armonizzare i movimenti del proprio corpo</li> <li>▪ Saper eseguire tutti gli esercizi combinati fra arti inferiori e superiori con movimenti simmetrici e non simmetrici</li> </ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Potenziare le capacità espressive del movimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mimare movimenti ed attività varie</li> <li>▪ Esprimere e comunicare emozioni, sentimenti, stati d'animo e sensazioni</li> <li>▪ Inviare messaggi comprensibili in forma gestuale e riconoscere i messaggi gestuali altrui</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partecipare al gioco collettivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare giochi che sottendono regole sempre più complesse</li> <li>▪ Sperimentare situazioni di gioco-sport</li> <li>▪ Proporre varianti alle modalità delle diverse attività motorie e alle regole del gioco</li> <li>▪ Accettare le sconfitte e non enfatizzare le vittorie</li> <li>▪ Cooperare all'interno del gruppo e proporre le relative proposte di risoluzione dei problemi</li> <li>▪ Interagire positivamente con gli altri, valorizzando le diversità</li> </ul>
<b>Sicurezza e prevenzione Salute e benessere</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Assumere comportamenti corretti e sani</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita</li> <li>▪ Riconoscere l'importanza di un sano stile di vita</li> </ul>

## DISCIPLINA : CORPO MOVIMENTO E SPORT CLASSE QUINTA SCUOLA PRIMARIA

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 5<sup>a</sup> primaria )

*L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico -musicali. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva*

<b>Obiettivi di apprendimento</b>	<b>Argomenti / Contenuti</b>
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere e aver coscienza del proprio corpo e degli schemi posturali</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sviluppare la capacità di controllo ed analisi delle posture corrette</li> <li>▪ Prendere coscienza dei diversi gradi di tensione muscolare e di rilassamento</li> <li>▪ Conoscere le fasi del ritmo respiratorio</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Affinare la coordinazione dinamica generale e consolidare l'organizzazione spazio-temporale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sviluppare la velocità e la resistenza generale</li> <li>▪ Sviluppare e controllare la forza</li> <li>▪ Saper eseguire tutti gli esercizi combinati fra arti inferiori e superiori con movimenti simmetrici e non simmetrici</li> <li>▪ Utilizzare strutture ritmiche via via più complesse per armonizzare i movimenti del proprio corpo</li> <li>▪ Saper eseguire tutti gli esercizi combinati fra arti inferiori e superiori con movimenti simmetrici e non simmetrici</li> </ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Potenziare le capacità espressive del movimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mimare movimenti ed attività varie</li> <li>▪ Esprimere e comunicare emozioni, sentimenti, stati d'animo e sensazioni</li> <li>▪ Inviare messaggi comprensibili in forma gestuale e riconoscere i messaggi gestuali altrui</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partecipare al gioco collettivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare giochi che sottendono regole sempre più complesse</li> <li>▪ Sperimentare situazioni di gioco-sport</li> <li>▪ Proporre varianti alle modalità delle diverse attività motorie e alle regole del gioco</li> <li>▪ Accettare le sconfitte e non enfatizzare le vittorie</li> <li>▪ Cooperare all'interno del gruppo e proporre le relative proposte di risoluzione dei problemi</li> <li>▪ Interagire positivamente con gli altri, valorizzando le diversità</li> </ul>
<b>Sicurezza e prevenzione Salute e benessere</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Assumere comportamenti corretti e sani</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita</li> <li>▪ Riconoscere l'importanza di un sano stile di vita</li> </ul>

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 3<sup>^</sup> sec. 1° gr )

*L'alunno attraverso le attività di gioco motorio e sportivo che sono esperienze privilegiate dove si colloca il sapere, il saper fare e il saper essere, ha costruito la propria identità personale e la consapevolezza delle proprie competenze motorie e dei propri limiti.*

*Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio corporeo-motorio-sportivo,*

*oltre allo specifico della corporeità, delle sue funzioni e del consolidamento e dello sviluppo delle abilità motorie e sportive.*

*Possiede competenze e conoscenze relative all'educazione alla salute, alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita.*

*E' capace di integrarsi nel gruppo, di cui condivide e rispetta le regole, dimostrando di accettare e rispettare l'altro.*

*E' capace di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni e di impegnarsi per il bene comune.*

*Sperimenta i corretti valori dello sport (fair play) e la rinuncia a qualunque forma di violenza, attraverso il riconoscimento e l'esercizio di tali valori in contesti diversificati.*

Obiettivi di apprendimento	Argomenti / Contenuti
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> ⇒ conoscere il proprio corpo e le modificazioni	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ riconoscere il rapporto tra l'attività motoria e le varie posture corrette</li> <li>▪ conoscere le fasi del ritmo respiratorio</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> ⇒ capacità coordinative-condizionali	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere le informazioni relative alle capacità coordinative sviluppate nelle abilità</li> <li>▪ saper trasferire le conoscenze relative alle capacità condizionali e coordinative nell'uso di strumenti più complessi</li> <li>▪ riconoscere le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva;</li> <li>▪ riconoscere il ruolo del ritmo nelle azioni</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b> ⇒ gioco, gioco-sport e sport (aspetto relazionale e cognitivo)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere e sperimentare nuovi giochi sportivi</li> <li>▪ analizzare il ruolo dell'arbitro nei giochi praticati</li> <li>▪ conoscere i gesti tecnici delle discipline sportive praticate collaborando all'interno del gruppo</li> </ul>
<b>Sicurezza, prevenzione, salute e benessere</b> ⇒ prevenzione ⇒ benessere e corretti stili di vita	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, in ambienti esterni</li> <li>▪ conoscere gli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie;</li> <li>▪ presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica per un corretto stile di vita</li> <li>▪ conoscere il valore etico dell'attività sportiva, del confronto, della competizione;</li> <li>▪ evidenziare i principi basilari dei diversi metodi di allenamento utilizzati</li> </ul>

DISCIPLINA : **CORPO MOVIMENTO E SPORT** CLASSE **SECONDA SEC. 1° GR.**

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 3^ sec. 1° gr )

*L'alunno attraverso le attività di gioco motorio e sportivo che sono esperienze privilegiate dove si colloca il sapere, il saper fare e il saper essere, ha costruito la propria identità personale e la consapevolezza delle proprie competenze motorie e dei propri limiti.*

*Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio corporeo-motorio-sportivo,*

*oltre allo specifico della corporeità, delle sue funzioni e del consolidamento e dello sviluppo delle abilità motorie e sportive.*

*Possiede competenze e conoscenze relative all'educazione alla salute, alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita.*

*E' capace di integrarsi nel gruppo, di cui condivide e rispetta le regole, dimostrando di accettare e rispettare l'altro.*

*E' capace di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni e di impegnarsi per il bene comune.*

*Sperimenta i corretti valori dello sport (fair play) e la rinuncia a qualunque forma di violenza, attraverso il riconoscimento e l'esercizio di tali valori in contesti diversificati.*

Obiettivi di apprendimento	Argomenti / Contenuti
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> ⇒ conoscere il proprio corpo e le modificazioni	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ riconoscere il rapporto tra l'attività motoria ed i cambiamenti fisici tipici della preadolescenza;</li> <li>▪ approfondimento del ruolo dell'apparato cardio-respiratorio nella gestione del movimento</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> ⇒ capacità coordinative-condizionali	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere le informazioni relative alle capacità coordinative sviluppate nelle abilità</li> <li>▪ sviluppo capacità condizionali e coordinative</li> <li>▪ Identificare le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva;</li> <li>▪ riconoscere il ruolo del ritmo nelle azioni sempre più complesse</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> ⇒ gioco, gioco-sport e sport (aspetto relazionale e cognitivo)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere le tecniche e le tattiche di alcuni giochi sportivi (handball,volley,basket);</li> <li>▪ conoscere i gesti arbitrali più importanti delle discipline sportive praticate;</li> <li>▪ conoscere i gesti tecnici delle discipline sportive praticate (atletica leggera, elementi della ginnastica artistica)</li> </ul>
<b>Sicurezza , prevenzione, salute e benessere</b> ⇒ prevenzione ⇒ benessere e corretti stili di vita	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, in ambienti esterni</li> <li>▪ conoscere gli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie;</li> <li>▪ presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance;</li> <li>▪ conoscere il valore etico dell'attività sportiva, del confronto, della competizione;</li> <li>▪ evidenziare i principi diversi metodi di allenamento utilizzati</li> </ul>

**TRAGUARDI DI APPRENDIMENTO** (AL TERMINE DI : CL. 3<sup>^</sup> sec. 1° gr )

*L'alunno attraverso le attività di gioco motorio e sportivo che sono esperienze privilegiate dove si colloca il sapere, il saper fare e il saper essere, ha costruito la propria identità personale e la consapevolezza delle proprie competenze motorie e dei propri limiti.*

*Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio corporeo-motorio-sportivo,*

*oltre allo specifico della corporeità, delle sue funzioni e del consolidamento e dello sviluppo delle abilità motorie e sportive.*

*Possiede competenze e conoscenze relative all'educazione alla salute, alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita.*

*E' capace di integrarsi nel gruppo, di cui condivide e rispetta le regole, dimostrando di accettare e rispettare l'altro.*

*E' capace di assumersi responsabilità nei confronti delle proprie azioni e di impegnarsi per il bene comune.*

*Sperimenta i corretti valori dello sport (fair play) e la rinuncia a qualunque forma di violenza, attraverso il riconoscimento e l'esercizio di tali valori in contesti diversificati.*

Obiettivi di apprendimento	Argomenti / Contenuti
<p><b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b> ⇒ conoscere il proprio corpo e le modificazioni</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ riconoscere il rapporto tra l'attività motoria ed i cambiamenti fisici tipici della preadolescenza;</li> <li>▪ approfondimento del ruolo dell'apparato cardio-respiratorio nella gestione del movimento</li> </ul>
<p><b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b> ⇒ capacità coordinative-condizionali</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere le informazioni relative alle capacità coordinative sviluppate nelle abilità</li> <li>▪ applicare le conoscenze relative alle qualità motorie in situazioni più complesse</li> <li>▪ riconoscere le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva;</li> <li>▪ riconoscere il ruolo del ritmo nelle azioni sempre più complesse</li> </ul>
<p><b>Il gioco, lo sport , le regole e il fair play</b> ⇒ gioco, gioco-sport e sport (aspetto relazionale e cognitivo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conoscere le tecniche e le tattiche di alcuni giochi sportivi (handball, volley, basket);</li> <li>▪ conoscere i gesti arbitrali più importanti delle discipline sportive praticate;</li> <li>▪ conoscere i gesti tecnici delle discipline sportive praticate (atletica leggera, elementi della ginnastica artistica)</li> </ul>
<p><b>Sicurezza , prevenzione, salute e benessere</b> ⇒ prevenzione ⇒ benessere e corretti stili di vita</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, in casa, in ambienti esterni</li> <li>▪ conoscere gli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie;</li> <li>▪ presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance;</li> <li>▪ conoscere il valore etico dell'attività sportiva, del confronto, della competizione;</li> <li>▪ evidenziare i principi basilari dei diversi metodi di allenamento utilizzati</li> </ul>