

COMPETENZE	TRAGUARDI	ABILITÀ	CONOSCENZE
Essere consapevole del proprio processo di crescita e di sviluppo corporeo; riconoscere inoltre le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie.	L'alunno/a costruisce la propria identità personale attraverso la consapevolezza delle competenze motorie e dei propri limiti	<ul style="list-style-type: none"> • Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata, dimostrando di aver acquisito una soddisfacente sensibilità propriocettiva. • Dimostrare un buon feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo topologico e al corpo funzionale
<p>Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando:</p> <ul style="list-style-type: none"> • di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo; • di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata; • di utilizzare conoscenze a abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria. 	L'alunno/a perfeziona la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spazio temporali previste e impreviste	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare principali schemi motori, combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso-percettive. • Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici; applicarsi su alcuni grandi attrezzi della palestra; Inventare movimenti con piccolo attrezzi su specifica richiesta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività che esercitano capacità con (forza, rapidità, resistenza) e coordinative speciali (equilibrio, ritmo, orientamento spaziale e temporale...). • Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo e possibilità di utilizzo di diversi materiali e attrezzi codificati e non.
<p>Partecipare ai giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria.</p> <p>Gestire i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto dei compagni ed avversari.</p>	L'alunno/a sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; è capace di integrarsi e di mettersi a disposizione del gruppo, di condividere le strategie di gioco, di rispettare le regole, di assumere responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive. • Organizzarsi autonomamente e con gli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività sportive individuali e giochi di squadra. • Offerte ed opportunità sportive sul territorio.

<p>Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d'animo</p>	<p>L'alunno/a utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio corporeo motorio e sportivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare alcune modalità dell'espressione non verbale (espressione corporea e mimica). 	<ul style="list-style-type: none"> • Successione di movimenti semplici e complessi seguendo tempi ritmici propri e/o definiti.
<p>Assume comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza propria e altrui</p>	<p>L'alunno/a riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine ad un sano stile di vita e alla prevenzione delle malattie. Rispetta criteri base di sicurezza per sè e per gli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Svolgere operazioni di primo intervento in caso di piccoli infortuni. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nozioni di igiene corporea, alimentare e comportamentale. • Pericoli connessi alle attività motorie ed atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità di sé e degli altri • Pericoli connessi a comportamenti stereotipati appresi attraverso i media.