

CORPO MOVIMENTO SPORT

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria

Il corpo e le funzioni senso percettive/ Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- **L'alunno acquisisce la 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**

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
<p>Osservare e scoprire le parti principali del corpo</p> <p>Rappresentare graficamente lo schema corporeo</p>	<p>Individuare ed elencare le varie parti del proprio e altrui corpo</p> <p>Rappresentare graficamente il corpo in modo statico e in movimento</p>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</p>	<p>Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca e il tono muscolare</p> <p>Iniziare ad adeguare l'impiego della forza, della resistenza e della velocità sulla base delle variazioni dell'esercizio fisico</p>	<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico, sapendo anche modulare e controllare l'impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio</p>
<p>Riconoscere e verbalizzare in modo elementare le differenti percezioni sensoriali riferite ad oggetti e all'ambiente circostante</p>	<p>Differenziare e classificare le informazioni sensoriali per migliorare la conoscenza di sé, degli altri e dell'ambiente</p>	<p>Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)</p>	<p>Utilizzare schemi motori e posturali e le loro interazioni</p> <p>Muoversi con scioltezza, destrezza, disinvoltura e ritmo</p>	<p>Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione</p>

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
<p>Utilizzare la gestualità fino-motoria</p> <p>Coordinare e collegare il maggior numero di movimenti naturali (camminare, saltare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi...)</p>	<p>Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria</p> <p>Utilizzare abilità motorie di base in forma singola, a coppie, in gruppo</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare ecc.)</p>	<p>Utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie, variando il movimento in rapporto a se stessi e agli altri</p> <p>Iniziare a riconoscere traiettorie, distanze e ritmi esecutivi delle azioni motorie</p> <p>Eeguire movimenti precisati ed adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse</p>	<p>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</p>
<p>Iniziare a controllare le condizioni di equilibrio del proprio corpo</p>	<p>Variare gli schemi motori in funzione di parametri di equilibrio</p>	<p>Sapere controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo</p>		
<p>Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando in modo semplificato gli schemi motori in funzione dei parametri spaziali e temporali</p>	<p>Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo e ritmo (marcia, danza...)</p> <p>Collocarsi in posizioni diverse, in rapporto ad altri e ad oggetti</p>	<p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche</p>		
<p>Muoversi secondo semplici sequenze ritmiche</p>	<p>Muoversi con scioltezza e destrezza secondo semplici sequenze ritmiche e memorizzarle per riprodurle</p>	<p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p>		

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo - espressiva

- **Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali**

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
<p>Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche</p> <p>Usare la mimica facciale</p>	<p>Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie, utilizzando una gamma di codici espressivi (corpo, danza, drammatizzazione..)</p>	<p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza</p>	<p>Usare il corpo, il movimento e la voce per drammatizzare</p> <p>Utilizzare il linguaggio gestuale e corporeo per comunicare individualmente e collettivamente stati d'animo, idee, situazioni...</p> <p>Imparare ad organizzare la progettualità creativa individuale e di gruppo in modo consapevole in forma di danza e di rappresentazione teatrale</p>	<p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo nel contempo trasmettere contenuti emozionali</p> <p>Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento utilizzando bande musicali o strutture ritmiche</p>
<p>Comprendere il linguaggio dei gesti e utilizzarlo in modo elementare con la propria creatività</p>	<p>Saper mimare usando il corpo in modo espressivo e creativo</p>	<p>Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive</p>		

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- **L'alunno 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**
- **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**

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
Partecipare ai giochi individuali e collettivi, rispettando indicazioni e regole	Apprendere, ricordare ed utilizzare in modo corretto le modalità esecutive di vari giochi di movimento	Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle	Svolgere un ruolo attivo nelle attività di gioco-sport tenendo conto dei suggerimenti dati	Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive
Pervenire ad una migliore accettazione di sé, dei propri limiti e possibilità	Migliorare la socializzazione, la cooperazione attiva e il sostegno reciproco		Apprendere diverse gestualità tecniche in forma sempre più complessa	Saper scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni
Promuovere la propria autonomia	Confrontarsi lealmente anche in competizione con i compagni		Conoscere e sperimentare discipline sportive	
Imparare a controllare l'impulsività e l'aggressività	Accettare di perdere in una gara		Sviluppare la capacità di orientarsi e muoversi in vari ambienti naturali (orienteeing, trekking)	
Orientarsi negli ambienti conosciuti	Orientarsi in ambienti circoscritti		Conoscere e praticare alcuni giochi tradizionali	Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
			<p>Rispettare le regole dei giochi organizzati e sportivi</p> <p>Interagire con gli altri rispettando le “buone maniere”</p> <p>Cooperare nel gruppo con efficacia, confrontandosi lealmente anche in competizione con i compagni</p> <p>Interagire con gli altri rispettando e valorizzando le diversità</p> <p>Accettare gli esiti (vittoria o sconfitta) nelle competizioni sportive</p> <p>Verbalizzare le proprie esperienze riflettendo su se stessi, sul proprio comportamento e su quello dei compagni</p>	<p>Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

- **L'alunno si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e gli altri**
- **Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare**

Classe I	Classe II	Classe III	Classe IV	Classe V
<p>Conoscere lo spazio palestra e gli attrezzi, rappresentandoli graficamente e comprendendo l'utilità di un uso corretto</p>	<p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri le attrezzature e gli spazi adibiti alle attività motorie tramite attività e giochi appropriati</p>	<p>Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività</p>	<p>Rispettare regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita</p>	<p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita</p>
<p>Pervenire ad un "vissuto positivo" tramite situazioni di "benessere" derivate da proposte gratificanti di gioco motorio</p> <p>Sentirsi "capaci di fare" per acquisire sicurezza tramite una progressione controllata delle proposte di gioco</p>	<p>Sviluppare il piacere di giocare e di interagire con gli altri tramite il movimento</p>	<p>Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria</p>	<p>Conoscere il rapporto fra una corretta alimentazione, il movimento e il benessere fisico</p> <p>Avere cura della propria persona</p>	<p>Riconoscere il rapporto fra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici</p>