

Istituto Comprensivo Santo Stefano di Magra ISA 12 (SP)  
Curricolo verticale di Scienze Motorie

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:

Traguardi

<b>TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA</b>	<b>TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA</b>	<b>TRAGUARDI ALLA FINE DEL PRIMO CICLO</b>
<p>Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.</p> <p>Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</p> <p>Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</p> <p>Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</p> <p>Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.</p>	<p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di</p>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p> <p>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune</p>

	gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.	
--	---	--

### Scienze motorie e sportive - Scuola dell'Infanzia

<b>Percepire il proprio corpo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Acquisire coscienza e controllo del proprio corpo nella sua totalità,interagendo anche con l'ambiente</li><li>-Discriminare e riprodurre strutture ritmiche varie ed articolate.</li><li>-Coordinare le proprie azioni motorie individualmente e in relazione al gruppo</li></ul>
<b>-Esprimersi e comunicare con il corpo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Assumere alcune posture e compiere gesti e azioni con finalità espressive e comunicative</li></ul>
<b>-Giocare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Partecipare al gioco cooperando con i compagni</li><li>-Portare a termine giochi ed esperienze</li></ul>
<b>-Avere cura del proprio corpo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Essere autonomi nell'alimentarsi e nel vestirsi</li><li>- Utilizzare in modo idoneo attrezzature, giochi, materiali e saperli riporre.</li></ul>

## Scienze motorie e sportive - Scuola Primaria

	CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA	CLASSE TERZA	CLASSE QUARTA	CLASSE QUINTA
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<p><b>A-</b> Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base.</p> <p><b>A1</b> Consolidare la coordinazione oculomanuale e la motricità manuale fine.</p> <p><b>A2</b> Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.</p> <p><b>A3</b> Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</p> <p><b>A4</b> Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche</p>	<p><b>A</b> Percepire e prendere coscienza del proprio corpo nel suo complesso e nei suoi distinti segmenti</p> <p><b>A1</b> Controllare l'equilibrio del proprio corpo a livello statico e dinamico.</p> <p><b>A2</b> Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date e strutture ritmiche.</p> <p><b>A3</b> Riconoscere e denominare su di sé e sugli altri le diverse parti del corpo.</p> <p><b>A4</b> Utilizzare abilità motorie individualmente, a coppie, in gruppo.</p>	<p><b>A1</b> Controllare l'equilibrio del proprio corpo a livello statico e dinamico.</p> <p><b>A2</b> Svolgere esercizi liberi e guidati, giochi che prevedono diverse posizioni del corpo nello spazio e circuiti e staffette con piccoli attrezzi.</p> <p><b>A4</b> Riconoscere e riprodurre semplici</p>	<p><b>A</b> Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico, sapendo modulare l'intensità e la durata del compito motorio.</p> <p><b>A1</b> Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi simultaneamente (correre, saltare, lanciare, afferrare)</p>	<p><b>A</b> Acquisire sempre maggiore consapevolezza di sé e delle proprie funzioni fisiologiche attraverso esperienze motorie via via più complesse in cui utilizzare gli schemi motori statici e dinamici.</p> <p><b>A1</b> Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro, inizialmente in successione e poi contemporaneamente e.</p>

	con il proprio corpo e con gli attrezzi.	<b>A5</b> Utilizzare in situazioni diverse gli schemi motori e posturali.	sequenze ritmiche con il proprio corpo e con gli attrezzi.	<b>A4</b> Riconoscere e valutare distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.	<b>A4</b> Riconoscere e valutare ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. <b>A5</b> Riconoscere e valutare traiettorie e distanze nello spazio e nel tempo, organizzando di conseguenza il proprio movimento.
	<b>CLASSE PRIMA</b>	<b>CLASSE SECONDA</b>	<b>CLASSE TERZA</b>	<b>CLASSE QUARTA</b>	<b>CLASSE QUINTA</b>
<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVE-ESPRESSIVA</b>	<b>B</b> -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. <b>B1</b> Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità	<b>B</b> Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee trasmettendo contenuti emozionali  <b>B1</b> Eseguire semplici sequenze di movimenti o semplici coreografie	<b>B</b> Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee trasmettendo contenuti emozionali  <b>B1</b> Effettuare esercizi di precisione di tiro e lancio.	<b>B1</b> Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	<b>B</b> Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo, mediante gestualità e posture individuali e di gruppo. <b>B1</b> Utilizzare il linguaggio corporeo in forma originale e creativo anche attraverso forme di drammatizzazione.

	espressive.		<b>B2</b> Fare esercizi di allungamento e di coordinazione corpo-attrezzo.		<b>B3</b> Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco espressivo e di sport.
--	-------------	--	--	--	--

	CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA	CLASSE TERZA	CLASSE QUARTA	CLASSE QUINTA
<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b>	<b>C</b> -Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo 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.	<b>C</b> Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.  <b>C1</b> Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.  <b>C2</b> Rispettare le regole nella competizione sportiva E accettare le diversità manifestando senso di responsabilità.	<b>C</b> Eseguire giochi motori a coppie e di squadra con piccoli attrezzi da lanciare, afferrare, palleggiare, tirare, che implicano l’utilizzo di regole. <b>C1</b> Partecipare attivamente alle varie forme di gioco collaborando con gli altri.  <b>C2</b> Rispettare le regole nella competizione sportiva e accettare le	<b>C</b> Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.  <b>C1</b> Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.  <b>C2</b> Rispettare le regole nella competizione sportiva: saper accettare la	<b>C</b> Conoscere i principali elementi tecnici del minivolley e del minibasket e saper applicare le diverse regole e strategie di gioco. <b>C1</b> Prendere parte a numerosi giochi scoprendo e applicando indicazioni e regole.  <b>C2</b> Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal

			<p>diversità manifestando senso di responsabilità.</p> <p><b>C3</b> Saper accettare con equilibrio la sconfitta e vivere la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti.</p>	<p>sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti accettando le diversità.</p>	<p>gioco.</p> <p><b>C3</b> Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, manifestando autocontrollo e rispetto per l'altro sia in caso di vittoria che di sconfitta, e maturando senso di responsabilità</p> <p><b>C4</b> Mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra durante le fasi di gioco.</p>
--	--	--	---	--	---

	CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA	CLASSE TERZA	CLASSE QUARTA	CLASSE QUINTA
<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>	<p><b>D</b> Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p><b>D1</b> Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-</p>	<p><b>D</b> Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi.</p> <p><b>D1</b> Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in</p>	<p><b>D</b> Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi.</p> <p><b>D1</b> Utilizzare il corpo e il movimento con finalità espressive e di benessere.</p>	<p><b>D1</b> Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in</p>	<p><b>D1</b> Riconoscere "sensazioni di benessere" o fatica legate all'attività</p>

	<p>motoria.</p>	<p>relazione a sani stili di vita.</p> <p><b>D2</b> Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita .</p>	<p><b>D2</b> Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita .</p>	<p>relazione a sani stili di vita.</p> <p><b>D2</b> Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita .</p>	<p>ludico-motoria, e prendere consapevolezza del coinvolgimento di alcune importanti funzioni fisiologiche (cardiorespiratorie, muscolari).</p> <p><b>D2</b> Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo durante la pratica sportiva.</p> <p><b>D2a</b> Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza.</p> <p><b>D3</b> Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.</p>
--	-----------------	---	--	---	--

## Scienze motorie e sportive - Scuola secondaria di primo grado

	Classi prime	Classi seconde	Classi terze
<b>Conoscenza del corpo e funzioni senso percettive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- essere in grado di rilevare i principali cambiamenti del proprio corpo migliorando le capacità condizionali e le funzionalità cardio circolatorie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- essere in grado di rilevare i principali cambiamenti del proprio corpo migliorando le capacità condizionali e le funzionalità cardio circolatorie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- essere in grado di rilevare i cambiamenti morfologici del proprio corpo applicando piani di lavoro per raggiungere una valida efficienza fisica, migliorando le capacità condizionali e le funzionalità cardio circolatorie</li> </ul>
<b>Consolidamento delle capacità coordinative ed espressione corporea</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- migliorare l'utilizzo del le proprie capacità psico-motorie in situazioni di difficoltà crescente nel rapporto spazio/tempo</li> <li>- conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea in modo individuale, a coppie, a gruppi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- migliorare l'utilizzo del le proprie capacità psico-motorie in situazioni di difficoltà crescente nel rapporto spazio/tempo</li> <li>- conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea in modo individuale, a coppie, a gruppi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- migliorare l'utilizzo de le proprie capacità psico-motorie per la realizzazioni di gesti tecnici dei vari sport</li> <li>- rappresentare con il proprio corpo idee, stati d'animo, situazioni, mediante gestualità e posture, individualmente, a coppie, a gruppi</li> </ul>
<b>Il movimento in relazione ad elementi tecnici e regolamentari</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere un problema motorio</li> <li>- utilizzare le variabili del movimento in modo funzionale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere un problema motorio</li> <li>- utilizzare le variabili del movimento in modo funzionale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche negli sport individuali e di squadra</li> </ul>



<b>dei giochi sportivi codificati e non</b>	per la realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva	per la realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva	- utilizzare le variabili del movimento in modo funzionale per la realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva
<b>Il gioco,lo sport,le regole</b>	- saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara con autocontrollo e rispetto per gli altri - conoscere ed applicare correttamente le regole e i regolamenti tecnici assumendo anche il ruolo arbitro	- saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara con autocontrollo e rispetto per gli altri - conoscere ed applicare correttamente le regole e i regolamenti tecnici assumendo anche il ruolo di arbitro	- partecipare in modo propositivo alla scelta di tattiche e strategie mettendo in atto comportamenti collaborativi - rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole delle discipline praticate con autocontrollo e rispetto per gli altri - utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio
<b>Effetti dell'attività motoria per il benessere,la prevenzione e la salute della persona</b>	- acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria -riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico alimentazione e benessere	- acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria -riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico alimentazione e benessere	-acquisire consapevolezza della propria efficienza fisica applicando metodologie funzionali utili per mantenere un buon stato di salute - acquisire consapevolezza del corretto rapporto tra esercizio fisico alimentazione e benessere, anche attraverso l'utilizzo

				di piani di lavoro personalizzati
--	--	--	--	-----------------------------------