

INDICATORI	TRAGUARDI DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	CLASSE	CONOSCENZE	ABILITA'
ILCORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali contingenti.	1		<ul style="list-style-type: none"> • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. • Verbalizzare le proprie sensazioni sensoriali legate all'esperienza vissuta. • Sviluppare la coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica negli schemi motori. • Collocarsi in posizioni diverse, in rapporto ad altri e ad oggetti. • Prendere coscienza della propria lateralità e rafforzarla. • Muoversi secondo una direzione, controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.
		2		<ul style="list-style-type: none"> • Discriminare e verbalizzare le sensazioni vissute. • Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi. • Variare gli schemi motori in funzione dei parametri di spazio, di tempo, di equilibrio (eseguire una danza, una marcia...). • Affinare la coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica.

3	<p>Lo schema corporeo.</p> <p>I cinque sensi e le modalità di percezione sensoriale.</p> <p>Gli schemi motori e posturali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Affinare le capacità senso percettive e di attenzione. • Valutare le traiettorie, le distanze, i ritmi esecutivi delle azioni motorie. • Muoversi con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo o in movimento...).
4	<p>Posizioni del corpo in rapporto allo spazio e al tempo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Assumere corretti atteggiamenti posturali in situazioni combinate e simultanee. • Utilizzare correttamente i vari segmenti corporei. • Applicare e controllare la sequenza respiratoria in varie situazioni. • Prendere coscienza degli elementi che strutturano lo spazio e saperli utilizzare (direzione, distanza, traiettoria...). • Interiorizzare il proprio spazio d'azione e quello dei compagni. • Utilizzare il concetto di distanza in diverse situazioni. • Valutare la velocità in relazione all'altro. <p>Aggiustare i propri atteggiamenti motori a ritmi diversi.</p>

		5	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare correttamente il tono muscolare in situazioni e posizioni diverse.il • Utilizzare con sicurezza e destrezza oggetti e attrezzi. • Utilizzare schemi motori di base in esercizi combinati. • Controllare l'equilibrio del proprio corpo, in situazioni statiche e dinamiche. • Progettare ed eseguire un percorso, utilizzando schemi motori e/o attrezzi. <p>Inventare ed organizzare esercizi e giochi.</p>
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVA-ESPRESSIVA	Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.	1	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche. • Comprendere il linguaggio dei gesti. • Assumere e controllare in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità espressive. • Imitare cose, animali e persone.

		2		<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare il proprio corpo per esprimere emozioni legate alla propria esperienza. • Collaborare con i compagni per inventare situazioni reali o fantastiche attraverso la gestualità.
		3	<p>La comunicazione mimico-gestuale per drammatizzare storie conosciute anche con l'uso creativo degli attrezzi.</p> <p>Adattamento del movimento alla musica e al ritmo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare gesti ,mimica facciale, voce, posture, in situazioni diverse. • Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare individualmente e collettivamente stati d'animo, idee, situazioni ,ecc. • Utilizzare la musica per ritmare i movimenti durante un esercizio (eseguire i ritmi: lento, veloce, ecc...).
				<ul style="list-style-type: none"> • Applicare ed elaborare semplici coreografie e/o

		4	<p>progressioni motorie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, idee, situazioni, ecc. • Utilizzare la musica per ritmare i movimenti durante un esercizio.
		5	<ul style="list-style-type: none"> • Applicare e collegare in forma originale e creativa un'ampia gamma di codici espressivi. • Progettare ed eseguire un percorso utilizzando schemi motori e/o attrezzi. • Inventare e organizzare esercizi e giochi.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p>	1	Alcuni tipi di gioco/ sport.	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendere l'importanza del rispetto delle regole durante l'attività sportiva. • Conoscere ed eseguire alcuni giochi che appartengono alla tradizione popolare. • Partecipare al gioco collettivo rispettando le indicazioni.
		2		<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo. • Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara.

3

La collaborazione costruttiva, il rispetto e la valorizzazione degli altri nelle attività di gruppo.

- Interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità.
- Discriminare differenti ruoli nel gioco.

4

L'utilità e il valore delle regole nelle diverse attività.

- Partecipare attivamente a giochi organizzati.
- Conoscere ed eseguire alcuni giochi che appartengono alla tradizione popolare.
- Collaborare attivamente nelle attività di gioco-sport individuali e di squadra.

		5		<ul style="list-style-type: none"> • Applicare e rispettare non solo le regole, ma anche le indicazioni tecniche sui giochi motori tradizionali e sportivi. • Cooperare nel gruppo, confrontandosi lealmente anche in una competizione con i compagni. • Conoscere le regole di base di alcuni giochi-sport.
SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico, legati alla cura del corpo e ad un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.	1		<ul style="list-style-type: none"> • Muoversi nell'ambiente palestra rispettando principi e regole che garantiscono la sicurezza per sé e per i compagni. • Conoscere le regole da rispettare per la sicurezza in determinati ambienti di vita.

2

- Approfondire ed affinare la conoscenza e il corretto utilizzo degli attrezzi con cui viene svolta l'attività motoria.
- Riflettere sul cibo come fonte di energia per le nostre attività.

3

Le principali regole di utilizzo appropriato degli spazi e degli attrezzi usati per la propria e altrui sicurezza.

Le essenziali norme di igiene personale legate all'attività sportiva.

- Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature.
- Utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie e modularne l'intensità dei carichi valutando anche le capacità degli altri.
- Applicare comportamenti igienico alimentari adeguati alle situazioni in aula e in palestra.
- Conoscere i principi di una corretta alimentazione.

		4	<ul style="list-style-type: none"> • Rispettare regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita. • Riconoscere il rapporto tra gli alimenti e il benessere fisico. • Assumere comportamenti igienici e salutistici.
		5	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere i comportamenti da adottare in caso di semplici ma frequenti infortuni durante l'attività sportiva (sbucciature, contusioni, epistassi, ecc.) • Prendere consapevolezza delle pratiche e delle sostanze dannose alla propria salute.