**SCHEMA DI LAVORO PER PIANI DI STUDIO PRIMO CICLO – ISTITUTO COMPRENSIVO** **PRIMIERO**

**A.** Area di apprendimento: **SCIENZE MOTORIE - Curricolo Scuola Primaria e Secondaria di Primo Grado**

CONOSCENZE e ABILITA’ da promuovere, attraverso le attività di insegnamento/apprendimento della *programmazione annuale*,

**PAT**

in vista delle COMPETENZE previste al termine del PRIMO CICLO

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **COMPETENZE** | **ABILITA’ ORIENTATIVE PROVINCIALI** | **ABILITA’ PS d’ISTITUTO** | **CONOSCENZE ORIENTATIVE PROVINCIALI** | **CONOSCENZE PS d’ISTITUTO** | ATTIVITA’ |
| *(Argomenti, Titoli UdL, contenuti, …..)* |
| **Competenza 1 al termine della scuola primaria**  Essere consapevoli del proprio processo di crescita e sviluppo; riconoscere le attività volte al miglioramento delle proprie capacità fisiche. | **L’alunno è in grado di:**   * Riconoscere e denominare le varie par ti del corpo. * Rappresentare graficamente il corpo, fermo e in movimento. * Eseguire con disinvoltura piccoli compiti motori. * Riconoscere il rapporto tra sviluppo delle capacità motorie e attività ludico-motorie. | * Riconoscere e denominare le varie par ti del corpo. * Eseguire con disinvoltura piccoli compiti motori. * Riconoscere il rapporto tra sviluppo delle capacità motorie e attività ludico-motorie. | L’alunno conosce:   * Nozioni che riguardano la crescita personale (maturazione fisica e sviluppo delle capacità motorie). * Le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione alle attività fisiche. | * Nozioni che riguardano la crescita personale (maturazione fisica e sviluppo delle capacità motorie). * Gioco-Sport, movimento finalizzato. | * Esercizi, percorsi , circuiti, giochi di movimento e pre sportivi * esercizi e giochi per lo sviluppo delle capacità senso percettive e dell' equilibrio |
| **Competenza 1 al termine della scuola secondaria di primo grado**  Essere consapevoli del proprio processo di crescita e di sviluppo corporeo; riconoscere inoltre le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie. | **Lo studente è in grado di:**   * Rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo. * Acquisire una soddisfacente sensibilità propriocettiva. * Dimostrare un buon feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio. * Riconoscere il rapporto tra sviluppo delle capacità motorie e attività fisiche. | * 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. | * Lo studente conosce: * Nozioni che riguardano la crescita personale, relativammente al corpo topologico, al corpo funzionale, al sé relazionale e cognitivo. * Le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione alle attività fisiche. | * Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo topologico, al corpo funzionale, al sé relazionale e cognitivo. | * Esercizi, percorsi e circuiti per sviluppare le capacità coordinative e condizionali |
| **Competenza 2 al termine della scuola primaria**  Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando:  -di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo;  -di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata;  -di utilizzare conoscenze e abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria | * L’alunno è in grado di: * Padroneggiare gli schemi motori di base. * Coordinare i movimenti naturali anche integrati tra * loro (correre, lanciare, saltare, danzare, ecc.). * Utilizzare in maniera appropriata gli attrezzi ginnici. * Inventare movimenti con i piccoli attrezzi. * Progettare e comporre percorsi. * Adattare gli schemi motori in funzione di parametri * spaziali e temporali. | * Padroneggiare gli schemi motori di base. * ––Coordinare i movimenti naturali anche integrati tra loro (correre, lanciare, saltare, ecc.). * ––Utilizzare in maniera appropriata gli attrezzi ginnici. * ––Inventare movimenti con i piccoli attrezzi. * ––Progettare e comporre percorsi. * ––Adattare gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali. | * L’alunno conosce: * Gli schemi motori di base. * ––Nozioni riguardanti le potenzialità del corpo in movi­mento, in rapporto a parametri spaziali e temporali. * ––Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra e loro funzioni. | * Gli schemi motori di base. * Nozioni riguardanti le potenzialità del corpo in movi­mento, in rapporto a parametri spaziali e temporali. * Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra e loro funzioni. | * Attività con piccoli e grandi attrezzi * attività sul posto e in movimento * esercizi, percorsi, staffette e giochi relativi agli schemi motori di base * esercizi e giochi per lo sviluppo degli schemi posturali statici e dinamici * esercizi e giochi per strutturare la lateralità * esercizi, percorsi e circuiti per la preacrobatica elementare (capovolta……..) |
| **Competenza 2 al termine della scuola secondaria di primo grado**  Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando:  - di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo;  - di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata;  - di utilizzare conoscenze e abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria. | * Lo studente è in grado di: * Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata. * Coordinare i movimenti naturali anche integrati tra * loro (correre, lanciare, saltare, danzare, palleggiare, ecc.). * Adattare gli schemi motori in funzione di parametri * spaziali e temporali. * Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici. * – Applicarsi su alcuni grandi attrezzi della palestra. * Inventare movimenti con piccoli attrezzi su specifica richiesta. * Risolvere normalmente un determinato problema motorio anche ricorrendo a soluzioni creative. | * Utilizzare i 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 piccoli attrezzi su specifica richiesta. | * Lo studente conosce: * Schemi motori e posturali. * Attività che esercitano capacità condizionali (forza, rapidità e resistenza) e coordinative speciali (equilibrio, ritmo, orientamento spazio-temporale, …). * Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra e loro * funzioni. * Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo e possibilità di utilizzo di diversi materiali. | * Attività che esercitano capacità condizionali (forza, rapidità e resistenza) e coordinative speciali (equilibrio, ritmo, orientamento spaziotemporale,…). * Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo e possibilità di utilizzo di diversi materiali. | * Esercizi, percorsi, circuiti, attività individuali, a coppie, di gruppo, giochi pre- sportivi e sportivi finalizzati al perfezionamento della percezione spazio temporale, dell’ equilibrio statico e dinamico e della coordinazione generale * - progressioni di esercizi per l’utilizzo in modo appropriato * di piccoli e grandi attrezzi. * attività finalizzate all’ incremento delle capacità condizionali |
| **Competenza 3 al termine della scuola primaria**  Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Gestire i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto di compagni ed avversari. | **L’alunno è in grado di:**   * Partecipare con interesse ai diversi tipi di gioco. * Partecipare in modo collaborativo e giusto spirito agonistico alle attività proposte. * Controllare e gestire le proprie emozioni nelle situazioni competitive e di confronto. * Rispettare le regole dei giochi organizzati e delle attività sportive. * Accettare e rispettare le diversità (debolezze e eccellenze) nelle prestazioni sportive dei compagni. * Attribuire il giusto peso a vittorie e sconfitte. | * Cimentarsi con destrezza, in modo collaborativo e giusto spirito agonistico nelle attività proposte. * Utilizzare gestualità mimica ed espressiva adeguate a diversi contesti comunicativi. * Controllare e gestire le proprie emozioni nelle situazioni di confronto e competitive. | * L’alunno conosce: * Caratteristiche e funzioni di giochi, sport e movimenti finalizzati. * Le regole dei giochi praticati e i conseguenti comportamenti corretti. * Concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione. * Le relazioni: da solo, coppia, gruppo, squadra. | * Le regole dei giochi praticati e i conseguenti comportamenti corretti. * Concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione. * Le relazioni: da solo, coppia, gruppo, squadra | * Attività a coppie e a pccoli gruppi; * progressioni di esercizi per per strutturare la gestualità mimica ed espressiva; : * Giochi di movimento sempre più strutturati;; * Giochi pre sportivi.. |
| **Competenza 3 al termine della scuola secondaria di primo grado**  Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Gestire i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto di compagni ed avversari. | * Lo studente è in grado di: * Partecipare con responsabilità e impegno ad alcune specialità sporive individuali. * Gestire in modo efficace un proprio programma di allenamento. * Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di giochi di squadra. * Svolgere un ruolo attivo nei giochi di squadra utilizzando al meglio le proprie capacità tecniche e tattiche. * Rispettare le regole dei giochi organizzati e delle attività sportive. * Accettare e rispettare le diversità (debolezze e eccellenze) nelle prestazioni sportive dei compagni. * Attribuire il giusto peso a vittorie e sconfitte. * Applicare in modo corretto il regolamento dei giochi sportivi nelle forme di arbitraggio e di giuria. | * Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali. * Organizzarsi autonomamente e con gli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive. * Utilizzare alcune modalità dell’espressione non verbale (espressione corporea e mimica). | * Lo studente conosce: * Caratteristiche e funzioni di giochi, sport e movimenti finalizzati. * Giochi cooperativi ed agonistici, individuali e di gruppo. * I concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione. * Il valore del confronto e della competizione. * Le Associazioni sportive e le proposte sportive presenti nel territorio. * Gli elementi tecnici e regolamentari degli sport praticati. | * Giochi cooperativi ed agonistici, individuali e di gruppo. * Offerte ed opportunità sportive sul territorio | * Progressioni didattiche per l’ insegnamento dei principali sport di squadra e individuali ( atletica leggera, badminton pallavolo, minibasket, calcio a 5….) * Attività sportive in ambiente naturale ( pattinaggio, sci alpino, orieentering…..) |
| **Competenza 4 al termine della scuola primaria**  Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d’animo. | * L’alunno è in grado di: * Utilizzare gestualità mimica ed espressiva adeguate a diversi contesti comunicativi. * Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche. * Utilizzare modalità espressive efficaci anche attraverso forme di drammatizzazione. * Realizzare sequenze corrette di movimento in corrispondenza di strutture ritmiche. | * Rispettare semplici regole all'interno di un gruppo in un gioco. * Imitare gesti e posture in un gioco. | * L’alunno conosce: * Elementi del linguaggio del corpo e del linguaggio dei gesti. * Il rapporto tra parola, corpo, musica, arte, ecc. | * Semplici regole di gioco e di comportamento. * ruoli nei giochi di movimento. | * Attività motoria come linguaggio in forma libera ( mimica e pantomima) e codificata ( gesti convenzionali di attività fantastiche, lavorative e sportive). * Esercizi per gli schemi posturali statici e statico-dinamici. |
| **Competenza 4 al termine della scuola secondaria di primo grado**  Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d’animo. | * Lo studente è in grado di: * Usare il linguaggio del corpo per comunicare stati d’animo e sentimenti. * Utilizzare modalità espressive efficaci anche attraverso forme di drammatizzazione. * Realizzare sequenze corrette di movimento in corrispondenza di strutture ritmiche. | * Usare il linguaggio del corpo per comunicare stati d’animo e sentimenti. * Utilizzare modalità espressive efficaci anche attraverso forme di drammatizzazione.   Realizzare sequenze corrette di movimento in corrispondenza di strutture ritmiche. | * Lo studente conosce: * Tecniche di espressione corporea. * Elementi del linguaggio del corpo. * Elementi del linguaggio dei gesti. * Il rapporto tra parola, corpo, musica, arte, ecc. | * Lo studente conosce: * Tecniche di espressione corporea. * Elementi del linguaggio del corpo. * Elementi del linguaggio dei gesti. | * Attività, esercitazioni e giochi sportivi e non per affinare le capacità ritmiche ed espressie. |
| **Competenza 5 al termine della scuola primaria**  Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui. | * L’alunno è in grado di: * Adottare accorgimenti idonei a prevenire infortuni durante l’attività motoria e sportiva. * Adottare comportamenti corretti per salvaguardare la propria e altrui integrità fisica. | * L’alunno è in grado di: * Adottare accorgimenti idonei a prevenire infortuni durante l’attività motoria e sportiva. * Adottare comportamenti corretti per salvaguardare la propria e altrui integrità fisica. | * L’alunno conosce: * I rischi e i pericoli connessi all’attività motoria e comportamenti corretti per evitarli. * Il concetto di sicurezza e di integrità fisica. * Il concetto di salute. | * Informazioni su rischi e pericoli connessi all’attività motoria e comportamenti corretti per evitarli | * Attività, esercitazioni, giochi volti a promuovere e sviluppare corretti comportamenti relazionali per rendere gli alunni consapevoli delle conseguenze delle proprie azioni. |
| **Competenza 5 al termine della scuola secondaria di primo grado**  Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui. | * Lo studente è in grado di: * Prevedere correttamente le conseguenze di un’azione motoria. * Svolgere operazioni di primo intervento in caso di piccoli infortuni. * Distribuire in modo adeguato il carico motorio-sportivo e rispettare le pause di recupero. * Utilizzare in modo corretto spazi e attrezzature sia individualmente che in gruppo. * Riconoscere il corretto rapporto tra alimentazione, attività motoria e sportiva e benessere psico-fisico. | * Lo studente è in grado di: * Prevedere correttamente le conseguenze di un’azione motoria. * Svolgere operazioni di primo intervento in caso di piccoli infortuni. * Distribuire in modo adeguato il carico motorio-sportivo e rispettare le pause di recupero. * Utilizzare in modo corretto spazi e attrezzature sia individualmente che in gruppo. * Riconoscere il corretto rapporto tra alimentazione, attività motoria e sportiva e benessere psico-fisico. | * Lo studente conosce: * Pericoli connessi alle attività motorie ed atteggiamenti di prevenzione per l’incolumità di sé e dei compagni. * Pericoli connessi a comportamenti stereotipati appresi attraverso i media e potenziali esperienze trasgressive. * Nozioni di igiene corporea, alimentare e comportamentale. * Il concetto di sicurezza e di integrità fisica. * Il concetto di salute. | * Lo studente conosce: * Pericoli connessi alle attività motorie ed atteggiamenti di prevenzione per l’incolumità di sé e dei compagni. * Pericoli connessi a comportamenti stereotipati appresi attraverso i media e potenziali esperienze trasgressive. * Nozioni di igiene corporea, alimentare e comportamentale. * Il concetto di sicurezza e di integrità fisica. * Il concetto di salute. | * Attività ed esercitazioni pratiche e teoriche volte ad * assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui. |