

CURRICOLO DISCIPLINARE PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE – SCIENZE MOTORIE - Classe prima secondaria

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento		Indicatori di competenza per la valutazione
	Conoscenze	Abilità	
<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alla situazione.</p> <p>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.</p> <p>Pratica attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p>	<p>- Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia</p> <p>- Schemi motori di base</p> <p>- Semplici combinazioni di movimento</p> <p>Tecniche di espressione corporea</p> <p>- Regole fondamentali di alcune discipline sportive</p> <p>- Gestione responsabile di spazi e attrezzature sia individualmente, sia in gruppo</p>	<p align="center">Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>-Utilizzare schemi motori di base e posturali, anche in situazioni complesse</p> <p>-Saper controllare e combinare le abilità motorie nelle diverse situazioni proposte</p> <p align="center">Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo - espressiva</p> <p>Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture, individualmente, a coppie, in gruppo</p> <p align="center">Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>- Saper utilizzare i piccoli attrezzi (palla, cerchi, funicella, ecc.).</p> <p>- Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport</p>	<p>- Utilizzare le capacità coordinative per i gesti tecnici</p> <p>- Migliorare le capacità condizionali per i gesti di gioco sport</p> <p>- Coordinare in modo preciso schemi motori diversi</p> <p>- Consolidare le proprie capacità fisiche</p> <p>- Utilizzare l'attività motoria come linguaggio del proprio mondo interiore e di comunicazione con gli altri</p> <p>- Conoscere le regole dei principali sport</p> <p>- Conoscere ed applicare diverse modalità di gioco sport</p> <p>- Rispettare le regole nella competizione</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>	<ul style="list-style-type: none"> - Norme basilari di prevenzione degli infortuni - Alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita 	<p style="text-align: center;">Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Praticare attività di movimento per migliorare il proprio benessere fisico - Adottare norme per mantenere corretti stili di vita 	<ul style="list-style-type: none"> - Assumere comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri - Riconoscere il rapporto fra attività motoria e benessere - Riconoscere il rapporto fra alimentazione e salute
---	--	---	---

