

DISCIPLINA : SCIENZE MOTORIE

CLASSE PRIMA

Nuclei	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento al termine della classe prima	Obiettivi minimi	Contenuti
Il corpo e le funzioni senso percettive	A. L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo.	A1. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e saperle rappresentare graficamente. A2. Riconoscere semplici informazioni provenienti dagli organi di senso.	A1. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e saperle rappresentare graficamente. A2. Riconoscere semplici informazioni provenienti dagli organi di senso.	A1. Conoscenza dello schema corporeo. A2. Percezione e analisi delle informazioni sensoriali.
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	B. Acquisisce padronanza degli schemi motori e posturali.	B1. Coordinare e utilizzare schemi motori di base (correre / saltare / strisciare / rotolarsi ecc.). B2. Sviluppare capacità di coordinazione globale e segmentaria. B3. Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali. B4. Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche.	B1. Utilizzare schemi motori di base. B2. Sviluppare capacità di coordinazione globale. B3. Gestire l'orientamento del proprio corpo.	B1. Conoscenza della corporeità e degli schemi motori statici e dinamici. B2. Conoscenza della coordinazione. B3. Conoscenza dell'orientamento spazio temporale. B4. Esecuzione di semplici coreografie di gruppo basate sull'imitazione gestuale.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva	C. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare.	C1. Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche.	C1. Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare.	C1. Esecuzione di movimenti corporei con finalità comunicative.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	D. Sperimenta esperienze che gli permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. E. Sperimenta, in forma semplificata, diverse gestualità tecniche.	D1. Cooperare nel gioco nel rispetto delle regole stabilite. E1. Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento.	D1. Cooperare nel gioco nel rispetto delle regole stabilite. E1. Applicare correttamente modalità esecutive di giochi di movimento.	D1. Conoscenza del valore di sconfitta e vittoria nel gioco. E1. Partecipazione a giochi rispettando le regole e gli altri.
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	F. Si muove nell'ambiente scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri. G. Riconosce alcuni principi relativi al proprio benessere legati alla cura del proprio corpo.	F1. Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli spazi e i piccoli attrezzi. F2. Interagire con gli altri rispettando le regole stabilite. G1. Comprendere l'importanza della cura del proprio corpo attraverso l'igiene personale.	F1. Conoscere e utilizzare in modo appropriato gli spazi e i piccoli attrezzi. F2. Interagire con gli altri rispettando le regole stabilite. G1. Comprendere l'importanza della cura del proprio corpo attraverso l'igiene personale.	F1. Coordinazione dei movimenti con l'utilizzo di piccoli attrezzi. G1. Conoscenza di fondamentali regole riguardanti l'igiene personale.

CLASSE SECONDA

Nuclei	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento al termine della classe seconda	Obiettivi minimi	Contenuti
Il corpo e le funzioni senso - percettive	A. L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo.	A1. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo anche nei loro segmenti.	A1. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo.	A1. Ricostruzione della figura umana.
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	B. Acquisisce padronanza degli schemi motori e posturali.	B1. Consolidare alcune forme di movimento (camminata, corsa, lancio ecc.). B2. Discriminare e utilizzare le parti destra e sinistra del corpo. B3. Percepire il contrasto movimento – immobilità. B4. Muoversi globalmente nello spazio a disposizione, adattandosi al gruppo. B5. Riprodurre semplici ritmi con il corpo e con gli attrezzi.	B1. Consolidare alcune forme di movimento (camminata, corsa, lancio ecc.). B3. Percepire il contrasto movimento – immobilità. B4. Muoversi globalmente nello spazio a disposizione, adattandosi al gruppo. B5. Riprodurre semplici ritmi con il corpo e con gli attrezzi.	B1. Esecuzione di alcuni movimenti in serie. B2,3. Assunzione di posizioni in uno spazio assegnato tenendo conto di coordinate spaziali. B4. Esecuzione di alcuni movimenti ritmici in serie.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva	C. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare.	C1. Riprodurre posture, gestualità e movimenti con finalità espressive.	C1. Riprodurre posture, gestualità e movimenti con finalità espressive.	C1. Esecuzione di semplici coreografie di gruppo con finalità espressiva.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>D. Sperimenta esperienze che gli permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive.</p> <p>E. Sperimenta, in forma semplificata, diverse gestualità tecniche.</p> <p>F. Comprende l'importanza di rispettare le regole nelle varie occasioni di gioco e di sport.</p>	<p>D1. Utilizzare gli schemi motori di base nei giochi proposti.</p> <p>E1. Attivare un iniziale controllo delle proprie prestazioni in relazione all'attività proposta.</p> <p>F1. Individuare e rispettare le regole per giocare in sintonia con gli altri.</p>	<p>D1. Utilizzare gli schemi motori di base nei giochi proposti.</p> <p>F1. Rispettare le regole per giocare in sintonia con gli altri.</p>	<p>D1. Applicazione delle tecniche apprese nell'attività ludica.</p> <p>E1. Utilizzo consapevole delle abilità motorie richieste dal gioco.</p> <p>F1. Rispetto delle regole per cooperare all'interno di un gruppo.</p>
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>G. Si muove nell'ambiente di vita e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>H. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo.</p>	<p>G1. Riflettere sul benessere prodotto dalle attività motorie e di gioco.</p> <p>G2. Mantenere un tono rilassato in una attività guidata.</p> <p>H1. Individuare e rispettare le regole di comportamento per l'utilizzo corretto e sicuro di spazi e attrezzature.</p>	<p>G1. Comprendere il benessere prodotto dalle attività motorie e di gioco.</p> <p>G2. Mantenere un tono rilassato in una attività guidata.</p> <p>H1. Rispettare regole di comportamento per l'utilizzo corretto e sicuro di spazi e attrezzature.</p>	<p>G1. Comprensione dei benefici dello sport.</p> <p>G2. Comprensione dell'importanza dell'autocontrollo nell'attività ludica.</p> <p>H1. Individuazione di comportamenti pericolosi e scorretti nelle situazioni ludiche e assunzione di comportamenti adeguati.</p>

CLASSE TERZA

Nuclei	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza	Obiettivi minimi	Contenuti
Il corpo e le funzioni senso percettive	A. L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo.	A1. Esplorare e riconoscere immagini, forme e oggetti attraverso i cinque sensi.	A1. Esplorare e riconoscere immagini, forme e oggetti attraverso i cinque sensi.	A1. Utilizzo delle percezioni sensoriali.
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	B. Acquisisce padronanza degli schemi motori e posturali.	B1. Utilizzare le condotte motorie di base in diverse situazioni. B2. Ideare e sperimentare forme di equilibrio statico e dinamico. B3. Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione agli oggetti e agli altri. B4. Riprodurre ritmi con il corpo e con gli attrezzi.	B1. Utilizzare le condotte motorie di base in diverse situazioni. B2. Applicare forme di equilibrio statico e dinamico. B4. Riprodurre ritmi con il corpo e con gli attrezzi.	B1,2,3,4. Esecuzione disinvolta di movimenti dei vari segmenti corporei valutando lo spazio a disposizione.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva	C. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare.	C1. Conoscere le possibilità espressive del proprio corpo. C2. Alternare in modo armonico posture, gesti e movimenti adeguandoli a un ritmo.	C1. Conoscere le possibilità espressive del proprio corpo. C2. Alternare posture, gesti e movimenti.	C1. Collegamento della motricità alla drammaturgia. C2. Coordinazione posturale generale e plasticità corporea.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>D. Sperimenta esperienze che gli permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive.</p> <p>E. Sperimenta, in forma semplificata, diverse gestualità tecniche.</p> <p>F. Comprende l'importanza di rispettare le regole nelle varie occasioni di gioco e di sport, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto sono aspetti irrinunciabili di ogni esperienza ludico – sportiva.</p>	<p>D1. Utilizzare gli schemi motori di base nei giochi proposti.</p> <p>E1. Controllare in modo consapevole le proprie prestazioni, accettando i propri limiti.</p> <p>F1. Partecipare attivamente ai giochi nel rispetto delle indicazioni e delle regole.</p> <p>F2. Collaborare nei giochi riconoscendo e accettando le diversità.</p>	<p>D1. Utilizzare gli schemi motori di base nei giochi proposti.</p> <p>E1. Controllare le proprie prestazioni, accettando i propri limiti.</p> <p>F1. Partecipare attivamente ai giochi nel rispetto delle indicazioni e delle regole.</p> <p>F2. Collaborare nei giochi riconoscendo e accettando le diversità.</p>	<p>D,E,F. Considerazione delle proprie abilità in funzione della squadra, nel rispetto delle regole.</p>
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>G. Si muove nell'ambiente di vita e scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>H. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo.</p>	<p>G1. Riflettere sul benessere prodotto dalle attività motorie e di gioco.</p> <p>G2. Eseguire movimenti in rilassamento migliorando concentrazione e autocontrollo.</p> <p>H1. Adottare comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.</p>	<p>G1. Comprendere il benessere prodotto dalle attività motorie e di gioco.</p> <p>G2. Eseguire movimenti in rilassamento.</p> <p>H1. Adottare comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.</p>	<p>G1,2. Comprensione degli effetti positivi dell'attività fisica sia sul proprio corpo che sullo stato mentale.</p> <p>H1. Individuazione di comportamenti pericolosi e scorretti nelle situazioni ludiche e assunzione di comportamenti adeguati.</p>

CLASSE QUARTA

Nuclei	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento al termine della classe quarta	Obiettivi minimi	Contenuti
Il corpo e le funzioni senso percettive	A. L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo.	A1. Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare.	A1. Essere consapevole delle modifiche di respirazione, frequenza cardiaca e tono muscolare durante l'attività fisica.	A1. Ascolto del proprio corpo.
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	B. Acquisisce padronanza degli schemi motori e posturali.	B1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori in successione e simultaneità. B2. Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	B1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori. B2. Orientare il proprio corpo in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	B1,2. Utilizzo di più movimenti in successione, in relazione allo spazio, al tempo e agli altri.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva	C. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare.	C1. Utilizzare in modo personale e creativo il corpo e il movimento per esprimersi trasmettendo, nel contempo, contenuti emozionali.	C1. Utilizzare in modo creativo il corpo e il movimento per esprimersi.	C1. Impiego del proprio corpo per dare libero sfogo alla propria espressività.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	D. Sperimenta esperienze che gli permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive.	D1. Conoscere e applicare semplici elementi tecnici di attività sportive proposte.	D1. Applicare semplici elementi tecnici di attività sportive proposte.	D1,2-E1-F1. Partecipazione attiva ai giochi proposti collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità e

	<p>E. Sperimenta, in forma semplificata, diverse gestualità tecniche.</p> <p>F. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>D2. Saper utilizzare giochi popolari, applicandone le regole.</p> <p>E1. Controllare in modo consapevole le proprie prestazioni per migliorarle accettando i propri limiti.</p> <p>F1. Partecipare attivamente a giochi competitivi e non collaborando con gli altri, accettando le diversità, rispettando le regole, accettando la sconfitta e manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>D2. Saper utilizzare giochi popolari, applicandone le regole.</p> <p>E1. Riconoscere una personale possibilità di migliorare le proprie prestazioni accettando i propri limiti.</p> <p>F1. Partecipare a giochi competitivi e non collaborando con gli altri, accettando le diversità, rispettando le regole e accettando la sconfitta.</p>	manifestando senso di responsabilità.
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>G. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo.</p> <p>H. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p>	<p>G1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, movimento e benessere fisico in relazione a comportamenti e stili di vita salutistici.</p> <p>H1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei diversi ambienti di vita.</p>	<p>G1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, movimento e benessere fisico.</p> <p>H1. Assumere comportamenti adeguati per la sicurezza nei diversi ambienti di vita.</p>	<p>G1. Riconoscimento dell'importanza di una corretta alimentazione, del rapporto tra esercizio fisico e salute assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutari.</p>

CLASSE QUINTA

Nuclei	Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta	Obiettivi minimi	Contenuti
Il corpo e le funzioni senso percettive	A. L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo.	A1. Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare. A2. Modulare e controllare l'impiego delle capacità relative a forza/resistenza/velocità nelle diverse attività motorie.	A1. Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare. A2. Controllare l'impiego delle capacità relative a forza/resistenza/velocità nelle diverse attività motorie.	A1. Capacità di padroneggiare la propria dimensione corporea in rapporto allo spazio e al tempo.
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	B. Acquisisce padronanza degli schemi motori e posturali.	B1. Coordinare e utilizzare diversi schemi motori in successione e in simultaneità. B2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi e successioni, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri.	B1. Utilizzare diversi schemi motori in successione. B2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi sia singolarmente che in successione.	B1. Utilizzo di più movimenti combinati tra loro inizialmente in forma successiva, poi in forma simultanea. B2. Capacità di controllare e coordinare i movimenti mantenendo e affinando il controllo posturale.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva	C. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.	C1. Utilizzare in modo personale e creativo il corpo e il movimento per esprimersi, trasmettendo contenuti emozionali.	C1. Utilizzare in modo creativo il corpo e il movimento per esprimersi.	C1. Capacità di comunicare emozioni anche con i gesti e con le espressioni.

		C2. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	C2. Eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive.	C2. Capacità di scegliere movimenti opportuni da abbinare a particolari situazioni espressive.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>D. Sperimenta esperienze che gli permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive.</p> <p>E. Sperimenta, in forma semplificata, diverse gestualità tecniche.</p> <p>F. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>D1. Conoscere e applicare semplici elementi tecnici di attività sportive proposte.</p> <p>D2. Saper utilizzare giochi popolari, applicandone le regole.</p> <p>E1. Scegliere azioni e soluzioni efficaci per migliorare le proprie prestazioni motorie.</p> <p>F1. Partecipare attivamente a giochi competitivi e non collaborando con gli altri, accettando le diversità, rispettando le regole, accettando la sconfitta e manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>D1. Applicare semplici elementi tecnici di attività sportive proposte.</p> <p>D2. Saper utilizzare giochi popolari, applicandone le regole.</p> <p>E1. Sperimentare diverse soluzioni per migliorare le proprie prestazioni motorie.</p> <p>F1. Partecipare a giochi competitivi e non collaborando con gli altri, accettando le diversità, rispettando le regole, accettando la sconfitta e manifestando senso di responsabilità.</p>	<p>D1. Conoscenza e rielaborazione personale di esercizi appresi.</p> <p>D2. Conoscenza ed esecuzione di giochi ripresi dalla tradizione popolare.</p> <p>E1. Impiego delle proprie abilità motorie per il successo comune.</p> <p>F1. Controllo delle proprie emozioni (egocentrismo, esuberanza...) per vivere la competitività in modo positivo.</p>

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>G. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.</p> <p>H. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p>	<p>G1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, movimento e benessere fisico in relazione a comportamenti e stili di vita salutistici.</p> <p>H1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei diversi ambienti di vita.</p>	<p>G1. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, movimento e benessere fisico.</p> <p>H1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei diversi ambienti di vita.</p>	<p>G1. Riconoscimento dell'importanza di una corretta alimentazione, del rapporto tra esercizio fisico e salute assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutari.</p> <p>H1. Controllo della propria esuberanza e forza fisica per evitare comportamenti pericolosi e scorretti nelle situazioni ludiche.</p>
--	--	---	--	--