CURRICOLO DI SCIENZE MOTORIE

	AL TERMINE DELLA PRIMA CLASSE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO	AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO	AL TERMINE DEL PRIMO CICLO DI ISTRUZIONE
COMPETENZA Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	**Utilizzare le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alle diverse situazioni.**	**- Padroneggiare le abilità motorie e sportive acquisite, adattando il movimento per risolvere problemi e affrontare situazioni nuove.** **- Orientarsi in ambiente noto attraverso ausili specifici.**	Utilizzare consapevolmente le abilità motorie acquisite per risolvere situazioni complesse e per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale, anche sconosciuto, attraverso ausili specifici.
Abilità	- Controllare il proprio corpo e i suoi spostamenti - Mantenere l'equilibrio e il controllo della postura - Controllare la lateralizzazione - Possedere coordinazione occhio-mano / occhio-piede - Utilizzare con sufficiente sicurezza gli schemi motori - Riconoscere e valutare traiettorie, tempi, distanze e ritmi	- Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione delle azioni - Utilizzare le proprie capacità durante le attività proposte (accoppiamento, combinazione, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo, reazione, trasformazione) - Utilizzare ausili specifici di orientamento sul territorio	• Percepire correttamente le variabili spazio-tempo • Controllare il movimento • Effettuare combinazioni di coordinazioni dinamiche complesse • Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali in ogni situazione sportiva • Essere consapevoli delle proprie abilità motorie sia nei punti di forza sia nei limiti • Utilizzare ausili specifici di orientamento sul territorio
Conoscenze	- Combinazione di schemi motori e posturali - Traiettorie, distanze, ritmi	- Variabili spazio-temporali e schemi motori - Lateralizzazione	• Schemi motori diversificati • Tecniche finalizzate all'acquisizione di nuovi gesti

	esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie	- Orientamento in ambiente naturale	• Orientamento in ambiente naturale
COMPETENZA Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo/ espressiva.	**Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.**	**Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.**	Utilizzare gli aspetti comunicativo- relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, assumendo il ruolo di leader.
Abilità	-Esprimere idee, stati d'animo e storie mediante semplici gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo -Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport	-Esprimere idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale - Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport -Decodificare i gesti arbitrali	• Esprimere idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture in forma individuale, a coppie, in gruppo • Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport • Anticipare le intenzioni di gioco • Decodificare i gesti arbitrali
Conoscenze	-Espressività corporea -Sequenze di movimento -Coreografie individuali o di gruppo	-Uso espressivo del corpo -Comunicazione di emozioni attraverso la mimica facciale	• Espressività corporea • Sequenze di movimento
COMPETENZA Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.	**Partecipare in modo corretto alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole, assumendosi responsabilità e impegnandosi per il bene comune.**	**Realizzare strategie di gioco e gestire le situazioni competitive, rispettando i valori sportivi (fair play) anche come modalità di relazione quotidiana.**	Padroneggiare strategie di gioco adattandole alle situazioni richieste in forma originale e creativa, proponendo anche varianti e gestendo in modo consapevole le situazioni competitive.
Abilità e comportamenti	- Applicare il regolamento tecnico degli sport - Assumere il ruolo di arbitro o di giudice - Collaborare per il bene della	- Applicare il regolamento tecnico degli sport - Assumere il ruolo di arbitro o di giudice - Collaborare e partecipare alle	• Integrarsi nel gruppo • Collaborare e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra • Assumersi responsabilità e

	squadra	scelte della squadra - Mostrare, in gara e non, autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta	impegnarsi per il fine comune • Mostrare, in gara e non, autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta
Conoscenze	- Le regole del gioco e i fondamentali dei principali sport: pallavolo, pallacanestro, atletica, calcio	- I fondamentali individuali della disciplina praticata - Organizzazione delle attività ed utilizzo degli attrezzi - Tecniche per svolgere funzioni di arbitraggio	• I fondamentali individuali e di squadra della disciplina praticata • Tecniche per svolgere funzioni di arbitraggio
COMPETENZA Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.	**Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita.**	**Riconoscere e adottare comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.**	Riconoscere, applicare e condividere comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.
Abilità e comportamenti	- Riconoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età - Disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la sicurezza altrui e propria - Rispettare le norme per la sicurezza stabilite dal gruppo	- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica - Riconoscere i benefici dell'attività motoria - Riconoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età - Seguire un piano di lavoro consigliato - Distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni	• Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica • Riconoscere i benefici dell'attività motoria • Predisporre un piano di lavoro in vista del miglioramento delle prestazioni • Valutare le proprie capacità confrontandole con dati di riferimento • Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo

Conoscenze	- Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) - Comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza in palestra	- Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico - Comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita	• Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico • Comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita • Assistenza ai compagni • Effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono la dipendenza (doping, droghe, alcool)