

COMPETENZE	TRAGUARDI	ABILITÀ	CONOSCENZE
<p>Essere consapevole del proprio processo di crescita e di sviluppo corporeo; riconoscere inoltre le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie.</p>	<p>L'alunno/a costruisce la propria identità personale attraverso la consapevolezza delle competenze motorie e dei propri limiti</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata. • Dimostrare un buon feedback propriocettivo negli apprendimenti a carattere motorio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Informazioni che riguardano la crescita personale, relativamente al corpo poligico.
<p>Destreggiarsi nella motricità finalizzata dimostrando:</p> <ul style="list-style-type: none"> • di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo; • di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata; • di utilizzare conoscenze a abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria. 	<p>L'alunno/a acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare principali schemi motori. • Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici; applicarsi su alcuni grandi attrezzi della palestra. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività che esercitano capacità con (forza, rapidità, resistenza) e coordinative speciali (equilibrio, ritmo, orientamento spaziale e temporale...). • Potenzialità del proprio corpo nello spazio e nel tempo e possibilità di utilizzo di diversi materiali e attrezzi codificati e non.

<p>Partecipare ai 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 dei compagni ed avversari.</p>	<p>L'alunno/a sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive; è capace di rispettare le regole e di assumere responsabilità.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra. • Organizzarsi autonomamente e con gli altri nelle diverse esperienze motorie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attività ludiche individuali e di squadra. • Offerte ed opportunità sportive sul territorio
<p>Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d'animo</p>	<p>L'alunno/a utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio corporeo motorio e sportivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare alcune modalità dell'espressione non verbale (espressione corporea e mimica). 	<ul style="list-style-type: none"> • Successione di movimenti semplici e complessi seguendo tempi ritmici propri e/o definiti.
<p>Assume comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza propria e altrui</p>	<p>L'alunno/a conosce i principi dell'educazione alla salute, alla prevenzione delle malattie e alla promozione di corretti stili di vita; rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Svolgere semplici operazioni di primo intervento in caso di piccoli infortuni 	<ul style="list-style-type: none"> • Nozioni di igiene corporea, alimentare e comportamentale. • Pericoli connessi a comportamenti stereotipati appresi attraverso i media.