

PIANI DI STUDIO

AREA DI APPRENDIMENTO: MOTORIA SECONDO BIENNIO

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: Padroneggiare abilità motorie			
COMPETENZA 1 : MOVIMENTO			
ABILITÀ	CONOSCENZE	ATTIVITÀ	BIMESTRE
<p>1.1.Utilizzare una varietà di azioni motorie progressivamente più complesse.</p> <p>1.2.Riconoscere la lateralizzazione su di sé e sugli altri.</p> <p>1.3.Adattare il proprio corpo a situazioni di disequilibrio in relazione a sé, allo spazio, agli altri e agli oggetti.</p>	<p>Conoscere le varie abilità motorie di base nelle azioni e il concetto di lateralizzazione.</p> <p>Conoscere le esperienze vissute di controllo posturale e tonico- muscolare.</p>	<p>Coordinazione dinamica generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - percorsi con capovolte, superamento di ostacoli a varie altezze, alternanza di salti in alto e in lungo, usando attrezzi quali spalliera, materassi, grossi tappeti,ecc. - lanciare e riprendere palle, palloni e oggetti con forme e pesi differenti, palleggiare a terra e al muro; - passare e ricevere dai compagni palloni, piccoli attrezzi, da fermi e in movimento; - percorsi complessi a velocità crescente, con precisione; <p>Equilibrio e controllo del corpo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - corse e arresti in equilibrio, salti in basso e in alto, salto con giri in volo; 	
<p>1.4.Riprodurre azioni motorie adattandole alle strutture ritmiche e viceversa.</p>	<p>Conoscere le relazioni temporali e i ritmi sperimentati, memorizzarli e rappresentarli attraverso il movimento.</p>		
<p>1.5.Organizzare il movimento in forma individuale e in gruppo in relazione agli elementi spaziali, anche in ambiente naturale.</p>	<p>Conoscere relazioni tra movimento e spazio (traiettorie, distanze, punti di riferimento...) e semplici forme anche in rapporto agli oggetti.</p>		

1.6.Dimostrare consapevolezza dei cambiamenti del corpo in età evolutiva in relazione al movimento.	Conoscere le modificazioni fisiologiche e strutturali del corpo (peso, altezza) in rapporto alla crescita e al movimento.		
---	---	--	--

Collegamenti interdisciplinari

Obiettivi minimi

Coordina una varietà di abilità motorie di base in alcune situazioni, controllando globalmente il corpo nelle sue relazioni con spazio e tempo.

Riconosce, se guidato, le sue modificazioni fisiologiche.

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: : Utilizzare l'espressività corporea

COMPETENZA 2 : LINGUAGGIO DEL CORPO

ABILITÀ	CONOSCENZE	ATTIVITÀ	BIMESTRE
2.1.Utilizzare in forma personale il corpo e gli attrezzi di fantasia per esprimere emozioni attraverso segni/segnali non verbali (mimo, danza, drammatizzazione), anche in gruppo.	Conoscere una varietà di segni/segnali ed identificare i contenuti emotivi.	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare il corpo e attrezzi vari per esprimere sensazioni ed emozioni scelte liberamente (sciarpe, foulard, funicelle, ecc..) individualmente, a coppie, in gruppo; - esprimere sentimenti e stati d'animo suscitati dall'ascolto di brani musicali (ritmati, melodici, ...) individualmente , a coppie e in piccoli gruppi utilizzando anche piccoli attrezzi e oggetti di fortuna (stoffe, nastri, palloncini, fogli di carta,...). 	
2.2.Interpretare modalità di espressione corporea utilizzate e contenuti comunicativi propri ed altrui.	Creare, eseguire, individualmente e in gruppo, semplici combinazioni/ coreografie per esprimere sentimenti e contenuti musicali.		

2.3. Conoscere il ritmo e riconoscere le sequenze temporali nelle azioni proprie e dei compagni.	Realizzare e interpretare sequenze ritmiche, di movimento, e di danza.		
--	--	--	--

Collegamenti interdisciplinari

Obiettivi minimi

Utilizza modalità espressive per cominciare con il linguaggio non verbale.

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: Partecipare al gioco e gioco - sport

COMPETENZA 3 : GIOCO E SPORT

ABILITÀ	CONOSCENZE	ATTIVITÀ	PERIODO
3.1. Utilizzare schemi motori combinati per differenti proposte di gioco- sport anche proponendo varianti..	Conoscere strutture e regole di giochi motori e gioco- sport sperimentati.	Attività e giochi pre- sportivi e sportivi individuali e di squadra: <ul style="list-style-type: none"> - minivolley, minibasket, calcetto, ... - corsa, salti, lanci,... - giochi nei quali si ricoprono vari ruoli (giocatori, arbitri, segnapunti, tifosi,...); Organizzazione di piccoli tornei fra compagni e classi diverse.	
3.2. Partecipare e contribuire alle scelte nel gioco con interventi personali nei vari ruoli (problem solving)	Conoscere diverse modalità di soluzioni motorie nel realizzare il gioco.		
3.3. Collaborare accettando le diversità e i vari ruoli (peer education) e dare il proprio contributo per la cooperazione (cooperative learning).	Conoscere modalità diverse di relazione nel rispetto dell'altro e riconoscere i vari ruoli nel gioco.		

3.4.Riconoscere e rispettare regole, regolamenti, sanzioni e accettare la sconfitta.	Conoscere le regole, il regolamento e i comportamenti da tenere nel gioco.		
--	--	--	--

Collegamenti interdisciplinari

Obiettivi minimi

Partecipa al gioco con contributi personali comprendendo il senso delle regole.

Collabora con i compagni, accettando gli esiti (successi e sconfitte).

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: : Riconoscere il benessere che deriva dall'attività motoria

COMPETENZA 4 : SALUTE E BENESSERE

ABILITÀ	CONOSCENZE	ATTIVITÀ	BIMESTRE
4.1.Assumere comportamenti controllati, finalizzati alla prevenzione degli infortuni e alla sicurezza nei vari ambienti in presenza di persone e attrezzature varie.	Conoscere i pericoli presenti nei vari ambienti e i criteri idonei per muoversi in sicurezza anche in presenza di persone e attrezzature.	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzo degli attrezzi della palestra osservando le modalità suggerite dall'insegnante per l'uso in sicurezza; - sperimentare e controllare il ritmo respiratorio nel movimento con fasi intense, fasi di recupero e rilassamento; - scegliere gli indumenti adatti per l'attività che si svolge (palestra, classe, cortile); 	
4.2.Saper applicare in modo autonomo le principali regole alimentari e d'igiene.	Conoscere le regole fondamentali per una corretta alimentazione e d'igiene che contribuiscono al benessere e alla salute personale.	<ul style="list-style-type: none"> - riflessione sul sudore come reazione fisiologica al movimento, sul calore corporeo e sulle sensazioni di fatica; - scegliere un'alimentazione sana in rapporto alle attività della giornata e al dispendio energetico. 	

Essere consapevoli che l'attività motoria, lo sport e il gioco inducono benessere.	Conoscere il rapporto tra attività ludico-motoria e le sensazioni di benessere psicofisico che ne derivano.		
--	---	--	--

Collegamenti interdisciplinari

Obiettivi minimi
 Assume i principali comportamenti rispetto alla sicurezza e alla salute.
 Vive con benessere le attività motorie.