

SCUOLA PRIMARIA
ISTITUTO COMPRENSIVO TRENTO 6
PIANI DI STUDIO **CORPO MOVIMENTO SPORT**
ANNO SCOLASTICO 2018/2019

CLASSE PRIMA

| COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE |
|--|--|--|
| 1. CONOSCERE E PADRONEGGIARE IL PROPRIO CORPO | 1.a Essere in grado di riconoscere le proprie parti del corpo e le loro possibilità di movimento 1.b Riuscire a controllare le posizioni statiche e dinamiche del corpo 1.c Controllare il proprio corpo in situazione di disequilibrio | Conoscere il proprio corpo e quello degli altri. Conoscere, individuare e denominare le principali parti che lo costituiscono |
| 2. COORDINAZIONE DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE | 2.a Essere in grado di eseguire semplici movimenti con la parte del corpo indicata 2.b Padroneggiare, in rapporto allo sviluppo, varie azioni motorie 2.c Combinare azioni motorie diverse, globali e segmentarie 2.d Individuare e utilizzare semplici riferimenti spaziali e temporali 2.e Organizzare la propria posizione e muoversi nello spazio in rapporto agli oggetti e alle persone 2.f Adottare soluzioni personali, discriminando i movimenti più utili e produttivi per risolvere semplici problemi motori | Conoscere gli schemi motori e le loro possibilità di applicazione (camminare, correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare, ecc) Conoscere i concetti spaziali e topologici (sopra sotto, dentro, fuori) Conoscere alcune sequenze temporali (prima, dopo, contemporaneamente) |

| | | |
|--|---|---|
| <p>3. ESPRESSIVITÀ CORPOREA</p> | <p>3.a Essere in grado di assumere alcune posture e compiere gesti e azioni con finalità espressive e comunicative</p> | <p>Elementi del linguaggio del corpo e del linguaggio dei gesti. Il rapporto tra parola, corpo, musica, arte, ecc.</p> |
| <p>4. GIOCO- GIOCO SPORT (aspetto relazionale e cognitivo)</p> | <p>4.a Memorizzare azioni e rispettare le regole del gioco</p> <p>4.b Cooperare con i compagni assumendo un atteggiamento positivo</p> <p>4.c Avere fiducia nelle proprie capacità e muoversi con piacere</p> <p>4.d Accettare e rispettare le diversità (debolezze e eccellenze) nelle prestazioni sportive dei compagni</p> | <p>Conoscere le principali regole dei giochi proposti</p> |
| <p>5. SICUREZZA</p> | <p>5.a Utilizzare in modo corretto le attrezzature</p> | <p>Conoscere alcune norme generali di prevenzione e di sicurezza nell'uso delle attrezzature</p> |

BIENNIO – SECONDA E TERZA

| COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE |
|--|--|--|
| 1. CONOSCERE E PADRONEGGIARE IL PROPRIO CORPO | 1.a Essere in grado di riconoscere le proprie parti del corpo e le loro possibilità di movimento 1.b Riuscire a controllare le posizioni statiche e dinamiche del corpo 1.c Controllare il proprio corpo in situazione di disequilibrio 1.d Controllare la capacità di rilassare il corpo | Conoscere il proprio corpo e quello degli altri Conoscere, individuare e denominare le parti che lo costituiscono. |
| 2. COORDINAZIONE DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE | 2.a Essere in grado di eseguire semplici movimenti con la parte del corpo indicata 2.b Padroneggiare, in rapporto allo sviluppo, varie azioni motorie 2.c Combinare azioni motorie diverse, globali e segmentarie 2.d Individuare e utilizzare semplici riferimenti spaziali e temporali 2.e Organizzare la propria posizione e muoversi nello spazio in rapporto agli oggetti e alle persone 2.f Adottare soluzioni personali, discriminando i movimenti più utili e produttivi per risolvere semplici problemi motori | Conoscere gli schemi motori e le loro possibilità di applicazione (camminare, correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare, ecc) Conoscere i concetti spaziali e topologici (sopra sotto, dentro, fuori) Conoscere alcune sequenze temporali (prima, dopo, contemporaneamente) |
| 3. ESPRESSIVITÀ CORPOREA | 3.a Essere in grado di assumere alcune posture e compiere gesti e azioni con finalità espressive e comunicative | Elementi del linguaggio del corpo e del linguaggio dei gesti. |

| | | |
|---|--|---|
| | | Il rapporto tra parola, corpo, musica, arte, ecc. |
| 4. GIOCO- GIOCO SPORT (aspetto relazionale e cognitivo) | <p>4.a Memorizzare azioni e rispettare le regole del gioco</p> <p>4.b Cooperare con i compagni assumendo un atteggiamento positivo</p> <p>4.c Avere fiducia nelle proprie capacità e muoversi con piacere</p> <p>4.d Accettare e rispettare le diversità (debolezze e eccellenze) nelle prestazioni sportive dei compagni</p> <p>4.e Gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria</p> | Conoscere le principali regole dei giochi proposti |
| 5. SICUREZZA | 5.a Utilizzare in modo corretto le attrezzature | Conoscere alcune norme generali di prevenzione e di sicurezza nell'uso delle attrezzature |

BIENNIO – QUARTA E QUINTA

| COMPETENZE | ABILITÀ | CONOSCENZE |
|--|---|--|
| 1. CONOSCERE E PADRONEGGIARE IL PROPRIO CORPO | 1.a Riuscire a controllare le posizioni statiche e dinamiche del corpo 1.b Controllare il proprio corpo in situazione di disequilibrio 1.c Riconoscere le modifiche cardiorespiratorie durante il movimento 1.d Controllare la respirazione e la capacità di rilassare il corpo | Conoscere il proprio corpo e quello degli altri Riconoscere le attività volte al miglioramento delle proprie capacità motorie Conoscere nozioni che riguardano la crescita personale (maturazione fisica e sviluppo delle capacità motorie). Conoscere le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione alle attività fisiche. |
| 2. COORDINAZIONE DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE | 2.a Coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon autocontrollo 2.b Combinare azioni motorie diverse, globali e segmentarie 2.c Individuare e utilizzare riferimenti spaziali e temporali 2.d Organizzare la propria posizione e muoversi nello spazio in rapporto agli oggetti e alle persone 2.e Adottare soluzioni personali, discriminando i movimenti più utili per risolvere situazioni-problema di natura motoria 2.f Inventare e progettare movimenti o percorsi, anche con l'utilizzo degli attrezzi ginnici | Conoscere schemi motori anche complessi e le loro possibilità di applicazione (camminare, correre, saltare, arrampicarsi, rotolare, lanciare, ecc) |
| 3. ESPRESSIVITÀ CORPOREA | 3.a Essere in grado di assumere alcune posture e compiere gesti e azioni | Elementi del linguaggio del corpo e del linguaggio dei |

| | | |
|---|--|--|
| | con finalità espressive e comunicative | gesti. Il rapporto tra parola, corpo, musica, arte, ecc. |
| 4. GIOCO- GIOCO SPORT (aspetto relazionale e cognitivo) | <p>4.a Memorizzare azioni e rispettare le regole del gioco</p> <p>4.b Cooperare con i compagni assumendo un atteggiamento positivo</p> <p>4.c Avere fiducia nelle proprie capacità e muoversi con piacere</p> <p>4.d Accettare e rispettare le diversità (debolezze e eccellenze) nelle prestazioni sportive dei compagni</p> <p>4.e Gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria</p> <p>4.f Collaborare e accettare i vari ruoli nei giochi di squadra</p> | <p>Conoscere le regole degli sport proposti</p> <p>Conoscere gli elementi del gioco-sport e delle principali discipline sportive</p> |
| 5. SICUREZZA | <p>5.a Utilizzare in modo appropriato gli attrezzi ginnici</p> <p>5.b Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui</p> | <p>Conoscere alcune norme generali di prevenzione e di sicurezza nell'uso delle attrezzature</p> |