

COMPETENZA	CONOSCENZE	ABILITÀ	VALUTAZIONE
<p>1. <i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</i></p> <p>Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse</p>	<p>1. Le capacità coordinative e condizionali. 2. I principi dell'allenamento sportivo. 3. La terminologia ginnica. 4. Nozioni di anatomia e fisiologia.</p>	<p>1. Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. 2. Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. 3. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. 4. Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</p>	<p>10. Padroneggia azioni motorie complesse in situazioni variabili con soluzioni personali e in forma corretta. 9. Esegue azioni complesse in situazioni variabili con soluzioni personali . 8. Utilizza azioni motorie in situazioni combinate 7. Utilizza azioni motorie in situazioni semplici 6. Controlla in modo parziale le azioni motorie in semplici situazioni di gioco. 5. Esegue azioni motorie semplici con estrema difficoltà. 4. Non ancora acquisiti gli schemi motori di base e assenza di controllo di semplici azioni motorie.</p>
<p>2. <i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva.</i></p> <p>Utilizzare gli aspetti comunicativi o relazionali del messaggio corporeo.</p>	<p>Il significato dei gesti e dell'atteggiamento del corpo nel linguaggio non verbale.</p>	<p>1. Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. 2. Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. 3. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>10. Padroneggia molteplici linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi trasmettendo anche contenuti emozionali 9. Utilizza il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d' animo, idee in modo originale e creativo trasmettendo contenuti emozionali. 8. Utilizza i linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo personale 7. Utilizza il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d' animo, idee in modo non sempre originale e creativo . 6. Utilizza il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d' animo, idee in modo semplice e con difficoltà 5. Guidato utilizza alcuni linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo codificato 4. Non è in grado di utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d' animo e idee.</p>
<p>3. <i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.</i></p>	<p>Le regole, i fondamentali individuali e di squadra di alcuni giochi sportivi.</p>	<p>1. Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p>	<p>10. Padroneggia abilità tecniche e sceglie nella cooperazione soluzioni tattiche in modo personale, dimostrando Fair-play 9. Utilizza abilità tecniche rispettando le regole e collabora, mettendo in atto comportamenti corretti</p>

<p>Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune.</p>		<p>2. Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. 3. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. 4. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>8. Rispetta le regole dei giochi, delle gare e delle attività. Collabora e partecipa con autocontrollo 7. Utilizza alcune abilità tecniche e collabora rispettando le regole principali. 6. Non sempre rispetta le regole dei giochi, delle gare e delle attività. Collabora e partecipa in modo incostante. 5. Raramente rispetta le regole delle attività. Collabora e partecipa con molta difficoltà. 4. Non rispetta le regole delle attività. Non collabora e non partecipa.</p>
<p><i>4. Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.</i></p> <p>Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita.</p>	<p>1. Sport e benessere della persona. 2. Norme di sicurezza sull'uso corretto degli attrezzi per la sicurezza propria e dei compagni. 3. La corretta postura e i vizi posturali. 4. La corretta alimentazione. 4. Il doping.</p>	<p>1. Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. 2. Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. 3. Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. 4. Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. 5. Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. 6. Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>	<p>10. Applica autonomamente comportamenti che tutelano la salute e la sicurezza personale ed è consapevole del benessere legato alla pratica motoria 9. Assume comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita e riconosce il benessere legato alla pratica motoria 8. Applica comportamenti che tutelano la salute e il benessere personale 7. Applica i comportamenti essenziali per la salvaguardia della salute personale 6. Assume comportamenti accettabili per la sicurezza nei vari ambienti di vita e, guidato, riconosce il rapporto tra attività motoria e benessere fisico. 5. Non sempre applica comportamenti che tutelano la salute e il benessere personale 4. Non assume comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita e non sa riconoscere il rapporto tra pratica motoria e benessere fisico.</p>