



Istituto Comprensivo n. 4 "C.Collodi-L.Marini"

Via Fucino, 3- 67051- Avezzano (AQ)

Tel. e Fax 0863/413764 – cod. mecc. AQIC843008 – cod. Fisc.90041410664

e-mail: agic843008@istruzione.it - pec: agic843008@pec.istruzione.it
sito web: www.istitutocomprensivocollodimarini.it

CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE MOTORIA

SCUOLA DELL'INFANZIA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze (educazione fisica) al termine della scuola dell'infanzia

Campo di esperienza: il corpo e il movimento

Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.

Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.

Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.

Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.

Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.

Obiettivi di apprendimento Scuola dell'infanzia

3 anni	4 anni	5 anni
<ul style="list-style-type: none">- Partecipare ad esperienze motorie;- Esercitare e sviluppare abilità motorie primarie- Iniziare a sviluppare la coordinazione oculo- manuale- Percepire, conoscere, rappresentare l'io corporeo a livello globale;- Riconoscere, denominare, rappresentare le parti del corpo;- Ricomporre e creare l'immagine di un corpo/di un viso;- Utilizzare le modalità percettive del corpo per conoscere le caratteristiche degli oggetti (esperienze sensoriali: vista, udito, olfatto, gusto, tatto)- Partecipare a giochi e ad attività di gruppo;- Interagire con i compagni attraverso il confronto verbale;- Collaborare alla realizzazione di un lavoro di gruppo	<ul style="list-style-type: none">- Sviluppare la coordinazione oculo-manuale;- Esercitare la motricità fine- Partecipare ad esperienze motorie;- Esercitare e sviluppare abilità motorie primarie.- Percepire, conoscere, rappresentare l'io corporeo a livello globale;- Riconoscere, denominare, rappresentare le parti del corpo;- Ricomporre e creare l'immagine di un corpo/di un viso;- Utilizzare le modalità percettive del corpo per conoscere le caratteristiche degli oggetti (esperienze sensoriali: vista, udito, olfatto, gusto, tatto)- Partecipare a giochi e ad attività di gruppo;- Interagire con i compagni attraverso il confronto verbale;- Collaborare alla realizzazione di un lavoro di gruppo	<ul style="list-style-type: none">- Sviluppare la motricità fine e la coordinazione oculo manuale mediante l'esercizio di competenze/abilità quali:<ul style="list-style-type: none">- usare adeguatamente strumenti per ricalcare, contornare, ritagliare; tracciare a mano libera segni, linee e forme di vario tipo;- riprodurre segni, linee e forme utilizzando materiale duttile (es. plastilina);- utilizzare lo "spazio-foglio", rispettandone la struttura e le regole convenzionali (es. scrittura sulle righe; orientamento destra/sinistra, dall'alto/al basso)- Partecipare ad esperienze motorie;- Muoversi, seguendo percorsi ed indicazioni spaziali

SCUOLA PRIMARIA

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria

L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.

Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.

Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di *giocosport* anche come orientamento alla futura pratica sportiva.

Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.

Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.

Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.

Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE PRIMA

Obiettivi di Apprendimento

I QUADRIMESTRE

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

II QUADRIMESTRE

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE SECONDA**Obiettivi di Apprendimento****I QUADRIMESTRE****Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Collocarsi, in posizioni diverse, in rapporto allo spazio, ad altri e/o ad oggetti.
- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere ed applicare correttamente semplici modalità esecutive di giochi individuali e di squadra, cooperando e interagendo positivamente con gli altri.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

II QUADRIMESTRE**Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Collocarsi, in posizioni diverse, in rapporto allo spazio, ad altri e/o ad oggetti.
- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.
- Assumere in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere ed applicare correttamente semplici modalità esecutive di giochi individuali e di squadra, cooperando e interagendo positivamente con gli altri.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE TERZA**Obiettivi di Apprendimento****I QUADRIMESTRE****Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

II QUADRIMESTRE**Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.
- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.
- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e a strutture ritmiche.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.
- Assumere in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE QUARTA**Obiettivi di Apprendimento****I QUADRIMESTRE****Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

II QUADRIMESTRE**Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.
- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.
- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e a strutture ritmiche.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.
- Assumere in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e pre-sportivi, individuali e di squadra cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE QUINTA**Obiettivi di Apprendimento****I QUADRIMESTRE****Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di *giocosport*.
- Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.
- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.

II QUADRIMESTRE**Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di *giocosport*.
- Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.
- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.

SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO

Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado

L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.

Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (*fair – play*) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.

Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.

Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.

È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE I

Obiettivi di Apprendimento

I QUADRIMESTRE	II QUADRIMESTRE
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le parti del proprio corpo • Iniziare a conoscere le proprie possibilità di movimento attraverso i test motori • Imparare a comprendere il significato di impegno per raggiungere un traguardo • Conoscere gli schemi motori di base • Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico • Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione. <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare gli elementi e i fondamentali tecnici di diverse discipline sportive • Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori • Accogliere nella propria squadra tutti i compagni • Rispettare le regole delle discipline sportive praticate. <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi della palestra • Conoscere le principali norme di igiene • Capire l'importanza delle attività motorie come corretto stile di vita 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere le parti del proprio corpo • Iniziare a conoscere le proprie possibilità di movimento attraverso i test motori • Imparare a comprendere il significato di impegno per raggiungere un traguardo • Conoscere gli schemi motori di base • Controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico • Gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione. <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare gli elementi e i fondamentali tecnici di diverse discipline sportive • Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori • Accogliere nella propria squadra tutti i compagni • Rispettare le regole delle discipline sportive praticate. <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare correttamente gli spazi e gli attrezzi della palestra • Conoscere le principali norme di igiene • Capire l'importanza delle attività motorie come corretto stile di vita

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE II**Obiettivi di Apprendimento****I QUADRIMESTRE****Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Conoscere i principali cambiamenti fisiologici e morfologici e conoscere i principi base dell'allenamento
- Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardiorespiratorie e muscolari

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport
- Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio
- Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-temporali di un'azione complessa

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare gli elementi e i fondamentali tecnici di diverse discipline sportive
- Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni
- Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per i più comuni infortuni che possono accadere durante l'attività motoria
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici

II QUADRIMESTRE**Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Conoscere i principali cambiamenti fisiologici e morfologici e conoscere i principi base dell'allenamento
- Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardiorespiratorie e muscolari

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport
- Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio
- Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-temporali di un'azione complessa

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare gli elementi e i fondamentali tecnici di diverse discipline sportive
- Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni
- Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per i più comuni infortuni che possono accadere durante l'attività motoria
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici

EDUCAZIONE FISICA - CLASSE III**Obiettivi di Apprendimento****I QUADRIMESTRE****Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Conoscere i principali cambiamenti fisiologici e morfologici e conoscere i principi base dell'allenamento
- Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardiorespiratorie e muscolari

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport
- Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio
- Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-temporali di un'azione complessa

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare gli elementi e i fondamentali tecnici di diverse discipline sportive
- Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni
- Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per i più comuni infortuni che possono accadere durante l'attività motoria
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici

II QUADRIMESTRE**Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo**

- Conoscere i principali cambiamenti fisiologici e morfologici e conoscere i principi base dell'allenamento
- Dosare l'impegno motorio al fine di prolungare nel tempo l'attività rispettando le proprie capacità cardiorespiratorie e muscolari

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Potenziare gli schemi motori di base e trasferire le abilità coordinative acquisite in relazione ai gesti tecnici dei vari sport
- Applicare schemi motori per risolvere un problema motorio
- Gestire in modo soddisfacente le variabili spazio-temporali di un'azione complessa

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare gli elementi e i fondamentali tecnici di diverse discipline sportive
- Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni
- Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Intervenire con le prime norme di pronto soccorso per i più comuni infortuni che possono accadere durante l'attività motoria
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici