

Curricolo di EDUCAZIONE FISICA

dal Profilo olistico di Delebio (estratto) con riferimento all'ambito considerato nello specifico	2
Traguardi di competenze inerenti Profilo olistico di Delebio	3
Primo anno Scuola Secondaria	4
Secondo anno Scuola Secondaria	9
Terzo anno Scuola Secondaria	13

dal Profilo olistico di Delebio (estratto) con riferimento all'ambito considerato nello specifico

18		Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita.
26		Si orienta nello spazio e nel tempo dando espressione a curiosità e ricerca di senso; osserva ed interpreta ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.
27		Riconosce l'esistenza di linguaggi espressivi e beni culturali tipici di un contesto socio culturale di appartenenza.
28		In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.

Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
18. Autonomamente in situazione note e non note ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita	Autonomamente in situazione note e non note ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita	In situazione note talvolta guidato ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita	In situazione note se guidato ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita
26. Autonomamente in situazione note e non note osserva e comprende gesti tecnici motori di una certa complessità	Autonomamente in situazioni note osserva e comprende gesti tecnici motori	In situazioni note talvolta guidato osserva e comprende gesti tecnici motori	In situazioni note, se guidato osserva e comprende semplici gesti tecnici motori
27. Autonomamente in situazioni note e non note comprende l'interdipendenza tra linguaggi espressivi.	Autonomamente e in situazioni note comprende l'interdipendenza tra linguaggi espressivi.	In situazioni note talvolta guidato comprende l'interdipendenza tra linguaggi espressivi.	In situazioni note, se guidato comprende l'interdipendenza tra linguaggi espressivi.
28. Autonomamente in situazioni note e non note si esprime utilizzando il linguaggio motorio applicando soluzioni originali e personali	Autonomamente e in situazioni note si esprime utilizzando il linguaggio motorio applicando soluzioni originali e personali	In situazioni note talvolta guidato si esprime utilizzando il linguaggio motorio	In situazioni note, se guidato si esprime con il linguaggio motorio

Traguardi di competenze inerenti Profilo olistico di Delebio

A	 13	 14	Interazione sociale: Stabilisce relazioni positive con i docenti e con i compagni in qualsiasi situazione	I	 18	Benessere personale: Adotta uno stile di vita funzionale al proprio benessere: attività fisica, alimentazione, ritmi sonno/veglia, dipendenze di vario genere.	
B	 13	 14	Partecipazione e disponibilità all'ascolto: Interviene in una conversazione o in un gruppo di lavoro rispettando il punto di vista altrui.	J	 19	 2	Cittadinanza responsabile: Riconosce sé stesso come membro di un gruppo impegnato, in situazioni pubbliche di vario tipo, in forme di cittadinanza attiva e responsabile
C	 14		Responsabilità e autocontrollo: Rispetta le regole condivise e si assume le proprie responsabilità.	K	 20	 22	Spirito inclusivo: Adotta comportamenti inclusivi nei confronti degli altri.
D	 14	 2	Collaborazione: Collabora con gli altri in modo proficuo, apportando contributi personali.	L	 23		Capacità progettuale: Pianifica e organizza il proprio lavoro, anche con creatività, per elaborare e realizzare progetti.
E1	 15		Interiorizzazione degli apprendimenti: Costruisce connessioni personali tra nuove acquisizioni e sapere pregresso, assume un atteggiamento di costante ricerca e attribuzione di senso	M	 24		Interazione nelle difficoltà: chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede.
E2	 15	 16	Disposizione ad apprendere: manifesta disponibilità curiosità e motivazione intrinseca nelle situazioni di apprendimento anche non formali.	N	 25	 16	Perseveranza: Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme agli altri.
F	 16		Riflessione metacognitiva: Gestisce con consapevolezza strategie cognitive personali, le analizza e le motiva realizza in autonomia ausili e strumenti utili per gestire il suo apprendimento.	AF	 28		Abilità fisica: Padroneggia movimenti complessi con risposte personali.
G	 13	 27	Autovalutazione funzionale: Riconosce e valuta le proprie conoscenze e abilità, collegandole al fine di operare scelte e di porsi obiettivi raggiungibili.	AG	 18		Adozione di un sano stile di vita: Sa adattare autonomamente per sé e per gli altri le norme per mantenere sani stili di vita.
H	 17		Interpretazione dei sistemi simbolici: Attribuisce valore e senso ai sistemi simbolici espressione della società				

Primo anno Scuola Secondaria

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</i></p> <p><i>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</i></p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	1.1 Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione di gesti tecnici dei vari sport (Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva)			
		<p>Riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo efficace le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo proficuo e sicuro le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.</p>	<p>Riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo a volte organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo adeguato le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo corretto le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.</p>	<p>Riconosce traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, a volte organizza il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo semplici le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo basilare le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.</p>	<p>Se guidato riconosce traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, talvolta organizza il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. Se guidato trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo semplici le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo basilare le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.</p>
		1.2 Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali (Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva).			
		<p>Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare e lanciare). Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni nuove e inusuali in forma simultanea e personale.</p>	<p>Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare e lanciare). Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni note e inusuali in forma simultanea e personale.</p>	<p>Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva (correre/saltare, afferrare/lanciare). Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni note.</p>	<p>Se guidato Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva (correre/saltare, afferrare/lanciare). Controlla se guidato il corpo in forma simultanea e utilizza in modo semplice le esperienze motorie acquisite.</p>
		1.3 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.			

		<p>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sa trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Realizza in forma originale e creativa modalità espressive corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza sapendo trasmettere contenuti emozionali.</p>	<p>Utilizza in forma originale modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sa trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Realizza, in forma originale modalità espressive corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza sapendo trasmettere contenuti emozionali.</p>	<p>Utilizza in forma semplice modalità espressive e corporee anche attraverso semplici forme di drammatizzazione e danza.</p> <p>Esegue semplici sequenze di movimento e coreografie individuali e collettive. Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Se guidato utilizza in forma semplice modalità espressive e corporee.</p> <p>Esegue semplici sequenze di movimento e coreografie individuali e collettive. Realizza, se guidato, semplici sequenze di movimento.</p>
--	--	---	--	--	---

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli "Obiettivi d'apprendimento") livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p>L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori dello sport (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</p> <p>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>2.1 Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. (Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti)</p>			
		<p>Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Partecipa e collabora in forma propositiva alle scelte della squadra attuale e realizza strategie di gioco (tattica) in forma originale e creativa proponendo anche varianti.</p>	<p>Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. Partecipa e collabora alle scelte della squadra attuale e realizza strategie di gioco (tattica) in forma originale e creativa.</p>	<p>Partecipa alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, talvolta collabora con gli altri. Partecipa e collabora alle scelte della squadra attuale e talvolta realizza strategie di gioco (tattica).</p>	<p>Partecipa se sollecitato alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, non sempre collabora con gli altri. Partecipa se sollecitato alle scelte della squadra attuale e alle strategie di gioco (tattica).</p>
		<p>2.2 Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. (Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco)</p>			
		<p>Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse</p>	<p>Conosce e applica modalità esecutive di diverse proposte di</p>	<p>Conosce e talvolta applica modalità esecutive di diverse</p>	<p>Se guidato applica modalità esecutive di diverse proposte di</p>

		<p>proposte di <i>giocosport</i>. Sa utilizzare numerosi giochi applicando indicazioni e regole. Conosce applica e decodifica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati, assume in modo completo il ruolo di arbitro Decodifica i gesti dei compagni e degli avversari in modo esemplare durante il gioco.</p>	<p><i>giocosport</i>. Sa utilizzare numerosi giochi applicando indicazioni e regole Conosce applica e decodifica il regolamento tecnico degli sport praticati, assume in modo quasi completo il ruolo di arbitro Decodifica i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>	<p>proposte di <i>giocosport</i>. Utilizza indicazioni e regole in alcuni giochi. Conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati, assume il ruolo di arbitro talvolta decodifica i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>	<p><i>giocosport</i>. Talvolta utilizza indicazioni e regole in alcuni giochi Se guidato conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati, non sempre assume il ruolo di arbitro fatica a decodificare i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>
<p>2.3 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>Rispetta le regole nella competizione sportiva; sa accettare la sconfitta con equilibrio, e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità Sa rispettare le regole nella competizione sportiva accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo .Vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accetta le diversità, manifestando un senso di responsabilità</p>	<p>Rispetta le regole nella competizione sportiva; talvolta accetta la sconfitta con equilibrio, e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità Sa rispettare le regole nella competizione sportiva talvolta accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo .Vive la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti, accetta le diversità,</p>	<p>Non sempre rispetta le regole nella competizione sportiva; talvolta accetta la sconfitta con equilibrio, e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti. Non sempre sa rispettare le regole nella competizione sportiva talvolta accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo non sempre vive la vittoria con rispetto dei perdenti.</p>	<p>Se guidato rispetta le regole nella competizione sportiva; fatica ad accettare la sconfitta con equilibrio. Se guidato e sollecitato sa rispettare le regole nella competizione sportiva non accetta la sconfitta e fatica ad avere autocontrollo.</p>

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli "Obiettivi d'apprendimento") livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p>	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>3.1 Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applica a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p>			
		<p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla</p>	<p>Talvolta riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla</p>	<p>Fatica a riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla</p>	<p>Se guidato riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla</p>

<p><i>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</i></p>	<p>cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare. Assume consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare. Talvolta assume con consapevolezza la propria efficienza fisica cercando di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare. Talvolta assume con consapevolezza la propria efficienza fisica. Cerca di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare. Se guidato cerca di assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, e di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>
	<p>3.2 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 (Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici)</p>			
	<p>Acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport. Sa gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Acquisisce non sempre con consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport. Sa gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Cerca di acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport. Cerca di gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Cerca di acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport. Cerca di gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>
	<p>3.3 Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. (Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.)</p>			
<p>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. Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Conosce e assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari</p>	<p>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. Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Conosce e assume comportamenti per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Dopo</p>	<p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi. Talvolta assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Conosce e talvolta assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Non sempre dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone.</p>	<p>Se guidato agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Conosce i comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti ma fatica a metterli in pratica. Dopo aver utilizzato gli attrezzi se</p>	

		ambienti. Dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone sempre correttamente.	aver utilizzato gli attrezzi li ripone correttamente.		guidato e sollecitato li ripone correttamente
3.4 Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).					
		Riconosce i principi essenziali relativi al proprio benessere psico-fisico e gli effetti nocivi legati all'uso di sostanze che inducono dipendenze. Riconosce con consapevolezza gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Ricerca e applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico e gli effetti nocivi legati all'uso di sostanze che inducono dipendenze. Riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Talvolta riconosce i principi relativi al proprio benessere psico-fisico e gli effetti nocivi legati all'uso di sostanze che inducono dipendenze. Riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Talvolta applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Se guidato riconosce i principi relativi al proprio benessere psico-fisico e gli effetti nocivi legati all'uso di sostanze che inducono dipendenze. Se guidato e sollecitato riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Non sempre applica comportamenti di promozione dello «star bene»

Secondo anno Scuola Secondaria

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</i></p> <p><i>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</i></p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	1.1 Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport (Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva)			
		Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo efficace le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo proficuo e sicuro le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere,	Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo adeguato le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo corretto le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere,	Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo semplici le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo basilare le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.	Se guidato trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo semplici le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo basilare le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.
		1.2 Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali (Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva).			
		Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni nuove e inusuali in forma simultanea e personale.	Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni note e inusuali in forma simultanea e personale.	Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni note.	Controlla se guidato il corpo in forma simultanea e utilizza in modo semplice le esperienze motorie acquisite.
		1.3 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.			
Realizza in forma originale e creativa modalità espressive corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza sapendo trasmettere contenuti emozionali.	Realizza, in forma originale modalità espressive corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza sapendo trasmettere contenuti emozionali.	Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Realizza, se guidato, semplici sequenze di movimento.		

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori dello sport(fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</i></p> <p><i>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</i></p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>2.1 Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. (Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti)</p>			
		<p>Partecipa e collabora in forma propositiva alle scelte della squadra attua e realizza strategie di gioco (tattica) in forma originale e creativa proponendo anche varianti.</p>	<p>Partecipa e collabora alle scelte della squadra attua e realizza strategie di gioco (tattica) in forma originale e creativa.</p>	<p>Partecipa e collabora alle scelte della squadra attua e talvolta realizza strategie di gioco (tattica).</p>	<p>Partecipa se sollecitato alle scelte della squadra attua e alle strategie di gioco (tattica).</p>
		<p>2.2 Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. (Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco)</p>			
		<p>Conosce applica e decodifica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati, assume in modo completo il ruolo di arbitro Decodifica i gesti dei compagni e degli avversari in modo esemplare durante il gioco.</p>	<p>Conosce applica e decodifica il regolamento tecnico degli sport praticati, assume in modo quasi completo il ruolo di arbitro Decodifica i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>	<p>Conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati, assume il ruolo di arbitro talvolta decodifica i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>	<p>Se guidato conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati, non sempre assume il ruolo di arbitro fatica a decodificare i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>
		<p>2.3 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>Sa rispettare le regole nella competizione sportiva accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo .Vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accetta le diversità, manifestando un senso di responsabilità.</p>	<p>Sa rispettare le regole nella competizione sportiva talvolta accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo .Vive la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti, accetta le diversità,</p>	<p>Non sempre sa rispettare le regole nella competizione sportiva talvolta accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo non sempre vive la vittoria con rispetto dei perdenti.</p>	<p>Se guidato e sollecitato sa rispettare le regole nella competizione sportiva non accetta la sconfitta e fatica ad avere autocontrollo.</p>		

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</i></p> <p><i>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</i></p>	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>3.1 Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applica a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p>			
		<p>Assume consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>Talvolta assume con consapevolezza la propria efficienza fisica cercando di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>Fatica ad assumere con consapevolezza la propria efficienza fisica. Cerca di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>Se guidato cerca di assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, e di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>
		<p>3.2 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 (Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici)</p>			
		<p>Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport Sa gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport Sa gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport. Cerca di gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Se guidato ha un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport Non sempre sa gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>
		<p>3.3 Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.(Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.)</p>			
<p>Conosce e assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone sempre correttamente.</p>	<p>Conosce e assume comportamenti per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone correttamente.</p>	<p>Conosce e talvolta assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Non sempre dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone .</p>	<p>Conosce i comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti ma fatica a metterli in pratica. Dopo aver utilizzato gli attrezzi se guidato e sollecitato li ripone correttamente.</p>		

		3.4 Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).			
		Riconosce con consapevolezza gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Ricerca e applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Talvolta applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Se guidato e sollecitato riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite. Non sempre applica comportamenti di promozione dello «star bene».

Terzo anno Scuola Secondaria

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</i></p> <p><i>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</i></p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	1.1 Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport (Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva)			
		Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo efficace le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo proficuo e sicuro le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere,	Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo adeguato le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo corretto le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere,	Trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo semplici le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo basilare le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.	Se guidato trasforma le indicazioni verbali in attività pratiche, utilizzando in modo semplici le proprie capacità motorie per realizzare gesti tecnici particolari, valutando in modo basilare le traiettorie e i relativi spostamenti da compiere per anticipare le posizioni da assumere.
		1.2 Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali (Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva).			
		Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni nuove e inusuali in forma simultanea e personale.	Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni note e inusuali in forma simultanea e personale.	Controlla il corpo e utilizza le esperienze motorie acquisite in situazioni note.	Controlla se guidato il corpo in forma simultanea e utilizza in modo semplice le esperienze motorie acquisite.
		1.3 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.			
Realizza in forma originale e creativa modalità espressive corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza sapendo trasmettere contenuti emozionali.	Realizza, in forma originale modalità espressive corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza sapendo trasmettere contenuti emozionali.	Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Realizza, se guidato, semplici sequenze di movimento.		

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre attivamente i valori dello sport (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</i></p> <p><i>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</i></p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>2.1 Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. (Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti)</p>			
		<p>Partecipa e collabora in forma propositiva alle scelte della squadra attiva e realizza strategie di gioco (tattica) in forma originale e creativa proponendo anche varianti.</p>	<p>Partecipa e collabora alle scelte della squadra attiva e realizza strategie di gioco (tattica) in forma originale e creativa.</p>	<p>Partecipa e collabora alle scelte della squadra attiva e talvolta realizza strategie di gioco (tattica).</p>	<p>Partecipa se sollecitato alle scelte della squadra attiva e alle strategie di gioco (tattica).</p>
		<p>2.2 Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. (Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco)</p>			
		<p>Conosce, applica e decodifica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati, assume in modo completo il ruolo di arbitro Decodifica i gesti dei compagni e degli avversari in modo esemplare durante il gioco.</p>	<p>Conosce applica e decodifica il regolamento tecnico degli sport praticati, assume in modo quasi completo il ruolo di arbitro Decodifica i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>	<p>Conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati, assume il ruolo di arbitro talvolta decodifica i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>	<p>Se guidato conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati, non sempre assume il ruolo di arbitro fatica a decodificare i gesti dei compagni e degli avversari durante il gioco.</p>
		<p>2.3 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>Sa rispettare le regole nella competizione sportiva accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo. Vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accetta le diversità, manifestando un senso di responsabilità</p>	<p>Sa rispettare le regole nella competizione sportiva talvolta accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo. Vive la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti, accetta le diversità,</p>	<p>Non sempre sa rispettare le regole nella competizione sportiva talvolta accetta la sconfitta con equilibrio e autocontrollo non sempre vive la vittoria con rispetto dei perdenti.</p>	<p>Se guidato e sollecitato sa rispettare le regole nella competizione sportiva non accetta la sconfitta e fatica ad avere autocontrollo.</p>		

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Area di competenza	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli “Obiettivi d’apprendimento”) livelli di competenza			
		Avanzato	Intermedio	Base	In via di prima acquisizione
<p><i>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</i></p> <p><i>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri</i></p>	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>3.1 Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applica a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p>			
		<p>Assume consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>Talvolta assume con consapevolezza la propria efficienza fisica cercando di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>Fatica ad assumere con consapevolezza la propria efficienza fisica. Cerca di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>	<p>Se guidato cerca di assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, e di applicare i principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</p>
		<p>3.2 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 (Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici)</p>			
		<p>Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport Sa gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport Sa gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Ha acquisito un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport. Cerca di gestire i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>	<p>Se guidato ha un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport Non sempre sa gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di uno stile di vita sano.</p>
		<p>3.3 Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.(Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.)</p>			
<p>Conosce e assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone sempre correttamente.</p>	<p>Conosce e assume comportamenti per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone correttamente.</p>	<p>Conosce e talvolta assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti. Non sempre dopo aver utilizzato gli attrezzi li ripone .</p>	<p>Conosce i comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza propria e dei compagni nei vari ambienti ma fatica a metterli in pratica. Dopo aver utilizzato gli attrezzi se guidato e sollecitato li ripone correttamente</p>		
<p>3.4 Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>					

		Riconosce con consapevolezza gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite.Ricerca e applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite.Applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita	Riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite.Talvolta applica comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita.	Se guidato e sollecitato riconosce gli effetti nocivi dell'assunzione di sostanze illecite.Non sempre applica comportamenti di promozione dello «star bene»
--	--	---	---	---	---