

SCIENZE MOTORIE

COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE: quadro di riferimento europeo

Le competenze sono definite come una combinazione di: **conoscenze, abilità e atteggiamenti**, in cui:

- la **conoscenza** si compone di fatti e cifre, concetti, idee e teorie che sono già stabiliti e che forniscono le basi per comprendere un certo settore o argomento;
- per **abilità** si intende sapere ed essere capaci di eseguire processi ed applicare le conoscenze esistenti al fine di ottenere risultati;
- gli **atteggiamenti** descrivono la disposizione e la mentalità per agire o reagire a idee, persone o situazioni.

La disciplina coinvolge tutte le otto competenze europee

● **competenza alfabetica funzionale**

E' la capacità di individuare, comprendere, esprimere creare e interpretare concetti, sentimenti, fatti e opinioni, in forma sia orale sia scritta, utilizzando materiali visivi, sonori e digitali attingendo a varie discipline e vari contesti. Essa implica l'abilità di comunicare e relazionarsi efficacemente con gli altri in modo opportuno e creativo

● **competenza multi linguistica**

E' la capacità di utilizzare diverse lingue in modo appropriato ed efficace allo scopo di comunicare. In linea di massima essa condivide le abilità principali con la competenza alfabetica: si basa sulla capacità di comprendere, esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale sia scritta (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) in una gamma appropriata di contesti sociali e culturali a seconda dei desideri o delle esigenze individuali. Le competenze linguistiche comprendono una dimensione storica e competenze interculturali.

● **competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria**

Si riferisce alla capacità di spiegare il mondo che ci circonda usando l'insieme delle conoscenze e delle metodologie, comprese l'osservazione e la sperimentazione, per identificare le problematiche e trarre conclusioni che siano basate su fatti empirici, e alla disponibilità a farlo. Le competenze in tecnologie e ingegneria sono applicazioni di tali conoscenze e metodologie per dare risposta ai desideri o ai bisogni avvertiti dagli esseri umani. La competenza in scienze, tecnologie e ingegneria implica la comprensione dei cambiamenti determinati dall'attività umana e della responsabilità individuale del cittadino.

● **competenza digitale**

presuppone l'interesse per le tecnologie digitali e il loro utilizzo con dimestichezza e spirito critico e responsabile per apprendere, lavorare e partecipare alla società.

Essa comprende l'alfabetizzazione informatica e digitale, la comunicazione e la collaborazione, l'alfabetizzazione mediatica, la creazione di contenuti digitali (inclusa la programmazione), la sicurezza (compreso l'essere a proprio agio nel mondo digitale e possedere competenze relative alla cibersecurity), le questioni legate alla proprietà intellettuale, la risoluzione di problemi e il pensiero critico.

● **competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare**

Consiste nella capacità di riflettere su sé stessi, di gestire efficacemente il tempo e le informazioni, di lavorare con gli altri in maniera costruttiva, di mantenersi resilienti e di gestire il proprio apprendimento e la propria carriera. Comprende la capacità di far fronte all'incertezza e alla complessità, di imparare a imparare, di favorire il proprio benessere fisico ed emotivo, di mantenere la salute fisica e mentale, nonché di essere in grado di condurre una vita attenta alla salute e orientata al futuro, di empatizzare e di gestire il conflitto in un contesto favorevole e inclusivo

● **competenza in materia di cittadinanza**

E' la capacità di agire da cittadini responsabili e di partecipare pienamente alla vita civica e sociale, in base alla comprensione delle strutture e dei contesti sociali, economici, giuridici e politici oltre che dell'evoluzione a livello globale e della sostenibilità

● **competenza imprenditoriale**

La competenza imprenditoriale si riferisce alla capacità di agire sulla base di idee e opportunità e di trasformarle in valori per gli altri. Si fonda sulla creatività, sul pensiero critico e sulla risoluzione di problemi, sull'iniziativa e sulla perseveranza, nonché sulla capacità di lavorare in modalità collaborativa al fine di programmare e gestire progetti che hanno un valore culturale, sociale o finanziario .

In particolare si soffermerà sulla

● **competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali**

Comprensione e rispetto di come le idee e i significati vengono espressi creativamente e comunicati in diverse culture e tramite tutta una serie di arti e altre forme culturali. Presuppone l'impegno di capire, sviluppare ed esprimere le proprie idee e il senso della propria funzione o del proprio ruolo nella società in una serie di modi e contesti

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

SCUOLA PRIMARIA

Classe V

- 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.
- Sperimentare in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa diverse gestualità tecniche.
- 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.
- L'alunno sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
- Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- L'alunno 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.

SCUOLA SECONDARIA

Classe III

- 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.

Competenza 1: Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

Obiettivi di apprendimento classe I Primaria	Obiettivi di apprendimento classe II Primaria	Obiettivi di apprendimento classe III Primaria	Obiettivi di apprendimento classe IV Primaria	Obiettivi di apprendimento classe V Primaria	Obiettivi di apprendimento classe I Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe II Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe III Secondaria
<p>Eeguire semplici sequenze motorie Camminare, lanciare, afferrare, correre, strisciare, rotolare, saltare</p> <p>Eeguire semplici sequenze motorie Camminare, lanciare, afferrare, correre, strisciare, rotolare, saltare</p>	<p>Orientarsi utilizzando il proprio corpo in riferimento ai rapporti topologici</p> <p>Controllare l'equilibrio statico e dinamico del proprio corpo</p>	<p>Gestire l'equilibrio statico e dinamico</p> <p>Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p> <p>Padroneggiare la lateralità</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro</p> <p>Controllare traiettorie di oggetti in movimento.</p> <p>Consolidare/ affinare il controllo dell'equilibrio in situazioni precarie.</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro sia in forma successiva che in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc</p> <p>Riconoscere e valutare 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.</p> <p>Riflettere sulla propria modalità di esecuzione</p>	<p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p>	<p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>

Competenza 2: Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

Obiettivi di apprendimento classe I Primaria	Obiettivi di apprendimento classe II Primaria	Obiettivi di apprendimento classe III Primaria	Obiettivi di apprendimento classe IV Primaria	Obiettivi di apprendimento - classe V Primaria	Obiettivi di apprendimento classe I Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe II Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe III Secondaria
Utilizzare il corpo e il movimento in rapporto allo spazio e agli altri per rappresentare situazioni comunicative Utilizzare la lateralità	Padroneggiare diverse posture del corpo con finalità comunicativo-espressive.	Esprimere e comunicare individualmente e collettivamente utilizzando il linguaggio gestuale e motorio..	Esprimere attraverso il corpo il proprio contenuto emozionale utilizzando semplici coreografie individuali o collettive.	Applicare ed elaborare semplici sequenze di movimento e coreografie individuali o collettive muovendosi ritmicamente nello spazio	Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.	Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco	Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.

Competenza 3: Il gioco , lo sport , le regole e il fair play

Obiettivi di apprendimento classe I Primaria	Obiettivi di apprendimento classe II Primaria	Obiettivi di apprendimento classe III Primaria	Obiettivi di apprendimento classe IV Primaria	Obiettivi di apprendimento classe V Primaria	Obiettivi di apprendimento classe I Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe II Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe III Secondaria
Partecipare ad un gioco collettivo comprendendo e rispettando le regole essenziali.	Riconoscere e rispettare le regole di un gioco e saper individuare i diversi ruoli.	Conoscere differenti giochi individuali e di squadra rispettando le regole Interagire e cooperare positivamente con gli altri prendendo consapevolezza delle proprie capacità	Comprendere l'obiettivo del gioco ,rispettare le regole e trovare una soluzione tattica Accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria in modo opportuno.	Partecipare attivamente ai giochi motori interagendo e cooperando nel gruppo, confrontandosi lealmente con gli altri. Manifestare senso di responsabilità accettando le diversità e vivendo in modo adeguato le situazioni di sconfitta e vittoria.	Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale creativa, proponendo anche varianti. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati.	Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non con autocontrollo e rispetto con l'altro sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non con autocontrollo e rispetto con l'altro sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.

Competenza 4: Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

Obiettivi di apprendimento classe I Primaria	Obiettivi di apprendimento classe II Primaria	Obiettivi di apprendimento classe III Primaria	Obiettivi di apprendimento classe IV Primaria	Obiettivi di apprendimento classe V Primaria	Obiettivi di apprendimento classe I Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe II Secondaria	Obiettivi di apprendimento classe III Secondaria
<p>Conoscere ed utilizzare gli spazi di attività , gli attrezzi e le norme igieniche</p> <p>Individuare ed esprimere i vissuti e le sensazioni positive derivanti dall'attività motoria</p>	<p>Utilizzare gli attrezzi in modo sicuro per sé e per gli altri rispettando le norme igienico-sanitarie</p> <p>Individuare ed esprimere i vissuti e le sensazioni positive derivanti dall'attività motoria</p>	<p>Utilizzare gli attrezzi in modo sicuro per sé e per gli altri rispettando le norme igienico-sanitarie</p> <p>Prendere coscienza delle sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motori</p>	<p>Assumere atteggiamenti consapevoli e corretti per la sicurezza propria e altrui.</p>	<p>Assumere comportamenti adeguati rispettando le regole per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti</p> <p>Applicare e collegare comportamenti igienici e salutistici nella vita quotidiana legati al benessere e alla cura del proprio corpo</p>	<p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>	<p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p> <p>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.</p>	<p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p> <p>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.</p>