ISTITUTO COMPRENSIVO
DI MARMIROLO

CURRICOLO SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

PROGRAMMAZIONE PER COMPETENZE DI SCIENZE MOTORIE

con riferimento alle Competenze chiave europee e alle Indicazioni Nazionali 2012

RACCORDO TRA LA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA E INIZIO DELLA SECONDARIA
ABILITA'
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo
• Controllare i segmenti corporei e il loro movimento
• Sviluppare l'indipendenza segmentaria
• Consolidare nel movimento la lateralità su di sé e sugli altri
• Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi simultanea
• Riconoscere e valutare traiettorie,distanze,ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie,organizzando il proprio movimento nello spazio
• Sperimentare attrezzi occasionali
• Muoversi a tempo e a ritmo

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo - espressiva
• Essere in grado di utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee
• Riuscire a trasmettere contenuti emozionali attraverso i gesti in forma personale
• Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie collettive

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play
• Rispettare le principali regole di gioco, comprenderle e proporre varianti
• Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport
• 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
• Nella competizione rispettare le regole; saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti degli sconfitti, manifestando senso di responsabilità

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza
• Utilizzare in modo sicuro per sé e per gli altri le attrezzature sportive e saperle riporre al loro posto
• Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza
• Prendere coscienza delle sensazioni di benessere legate al movimento
• Saper affrontare con tranquillità le esperienze proposte ed acquisire atteggiamenti di sicurezza e fiducia nelle proprie capacità
• Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico attraverso osservazioni sulla propria esperienza, guidate dall'insegnante.

Competenze specifiche, conoscenze, abilità.		
Competenze specifiche	Conoscenze	Abilità
Applicare le abilità motorie di base in situazioni diverse, in relazione agli elementi spazio-temporali.	Conoscere gli schemi motori di base e il loro utilizzo in ambito sportivo. Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e di volo.	Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche progressivamente complesse. Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazioni di equilibrio.
	Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria.	Utilizzare e correlare le strutture temporali e ritmiche nelle azioni motorie, delle varie situzioni sportive.
	Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria.	Utilizzare le abilità acquisite (schemi motori di base), per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio.
		Sapersi orientare nell'ambiente artificiale e naturale.
Utilizzare gli aspetti comunicativo - relazionali del messaggio corporeo.	Valutare in modo tempestivo tramite l'esperienza in campo, le intenzioni di gioco di compagni e avversari.	Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari e insegnanti.
	Conoscere gli schemi ritmici e rispettare i segnali gestuali spiegati.	Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento.
Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole.	Conoscere i gesti fondamentali e le regole di gioco degli sport individuali e di squadra.	Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale, in forma originale e proponendo varianti.
Praticare inoltre, i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana.	Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione, al fine di raggiungere un obiettivo comune.	Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi, per raggiungere l'obiettivo comune.
		Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, persone, risultati.

Competenze specifiche	Conoscenze	Abilità
		Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive e non, con autocontrollo, sia in caso di vittoria che di sconfitta.
Riconoscere, ricercare e applicare le conoscenze relative alla salute e alla sicurezza.	Conoscere e attuare i principi della corretta alimentazione e igiene.	Curare l'alimentazione e l'igiene personale.
	Conoscere le modalità, mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere.	Per mantenere la propria efficienza, essere attivi fisicamente, in grado di dosare lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta
	Spiegazione e simulazione della prova di evacuazione in palestra.	Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche in situazioni pericolose.

Istituto Comprensivo di Marmirolo: scuola secondaria di primo grado

Competenze di Scienze Motorie Classi seconde

Competenze specifiche, conoscenze, abilità		
Competenze specifiche	Conoscenze	Abilità
Utilizzare le abilità motorie di base in situazioni diverse, con una certa padronanza.	Conoscere gli schemi motori di base, anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo. Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e di volo.	Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche progressivamente complesse. Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazioni di equilibrio.
	Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria.	Utilizzare e correlare le strutture temporali e ritmiche nelle azioni motorie.
	Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria.	Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi di base anche combinati), per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio.
		Sapersi orientare nell'ambito naturale e artificiale.
Utilizzare gli aspetti comunicativi relazionali del messaggio corporeo.	Valutare in modo tempestivo, in campo, le intenzioni dei compagni ed avversari.	Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari e insegnanti, in situazioni di gioco e di sport.
	Conoscere gli schemi ritmici applicati al movimento e rispettare i segnali gestuali spiegati.	Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento.
Partecipare alle attività di gioco e di sport rispettandone le regole, assumere le responsabilità delle proprie azioni, per il bene comune.	Conoscere i gesti fondamentali di gioco degli sport individuali e di squadra.	Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale, in forma originale, proponendo varianti.
Praticare i valori sportivi come modalità di relazione quotidiana (fair play).	Conoscere il concetto di strategia, tattica e le regole per la realizzazione del gioco e/o sport.	Mettere in atto strategie di gioco e tattiche sperimentate.
	Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione, al fine di raggiungere un obiettivo comune.	Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi, per raggiungere l'obiettivo comune.
		Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, persone e risultati.

Competenze specifiche	Conoscenze	Abilità
		Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive e non, con autocontrollo sia in caso di vittoria che di sconfitta.
Riconoscere, ricercare e applicare le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza e ai corretti stili di vita.	Conoscere i principi della corretta alimentazione e igiene.	Curare l'alimentazione e l'igiene personale.
	Conoscere le modalità mediante le quali l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere.	Per mantenere la propria efficienza, essere attivi fisicamente in molteplici contesti, capaci di dosare lo sforzo e applicare tecniche di riscaldamento e di defaticamento.
	Spiegazione e simulazione della prova di evacuazione in palestra.	Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche in situazioni pericolose.

Istituto comprensivo di Marmirolo: scuola secondaria di primo grado

Competenze di Scienze Motorie – Sport Classi terze

Competenze specifiche, conoscenze, abilità		
Competenze specifiche	Conoscenze	Abilità
Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse	Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo. Conoscere gli elementi che caratterizzano l'equilibrio statico, dinamico e di volo.	Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche progressivamente complesse. Adattare l'azione dei diversi segmenti corporei in situazioni di equilibrio.
	Conoscere gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell'azione motoria.	Utilizzare le strutture temporali e ritmiche in ogni situazione sportiva.
	Conoscere gli elementi relativi all'orientamento nello spazio dell'azione motoria.	Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi motori di base anche combinati), per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio.
	Conoscere gli obiettivi e le procedure del piano di lavoro proposto, con riferimento a funzioni fisiologiche, cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.	Utilizzare i piani di lavoro proposti per migliorare le proprie abilità motorie riconoscendo la relazione tra l'intensità dell'attività e i cambiamenti fisiologici, morfologici anche, rispetto all'età.
Utilizzare gli aspetti comunicativi relazionali del messaggio corporeo.	Conoscere e decodificare il linguaggio specifico motorio e sportivo.	Decodificare i linguaggi specifici di compagni, avversari e insegnanti.
	Valutare tempestivamente le intenzioni di compagni e avversari.	
	Conoscere gli schemi ritmici applicati al movimento e rispettare i segnali gestuali spiegati.	Ideare e realizzare semplici sequenze di movimento.
Partecipare alle attività di gioco e di sport rispettandone le regole, assumere la responsabilità delle proprie azioni .	Conoscere i gesti fondamentali di gioco degli sport individuali e di squadra.	Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale e creativo, proponendo varianti.
Praticare i valori sportivi come modalità di relazione quotidiana (fair play)	Conoscere il concetto di strategia, tattica e le regole per la realizzazione del gioco e/o sport.	Mettere in atto strategie di gioco e tattiche sperimentate.

Competenze specifiche	Conoscenze	Abilità
	Conoscere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione, al fine di raggiungere un obiettivo comune.	Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi, per raggiungere l'obiettivo comune.
		Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di regole, ruoli, persone e risultati.
		Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive e non, con autocontrollo, sia in caso di vittoria che di sconfitta.
Riconoscere, ricercare e applicare le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita.	Conoscere le norme generali per la prevenzione degli infortuni.	Ai fini della sicurezza sapersi rapportare con le persone e con l'ambiente, anche applicando alcune tecniche di assistenza.
	Conoscere i principi della corretta alimentazione, igiene e le prime informazioni sugli aspetti negativi delle sostanze illecite (fumo, droghe, alcool)	Nella salvaguardia della propria salute evitare l'assunzione di sostanze che inducono dipendenza, curare l'alimentazione e l'igiene personale.
	Conoscere le modalità mediante le quali, l'attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere.	Per mantenere la propria efficienza, essere attivi fisicamente in molteplici contesti, essere in grado di dosare lo sforzo e applicare tecniche di riscaldamento.
	Spiegazione e simulazione della prova di evacuazione in palestra.	Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche in situazioni pericolose.