

AREA DI APPRENDIMENTO : **MOTORIA**

COMPETENZE AL TERMINE DEL QUARTO BIENNIO

COMPETENZA	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>CONOSCERE E PADRONEGGIARE IL PROPRIO CORPO</p> <p>Consapevolezza di se e dei cambiamenti psico-fisici dell'età evolutiva.</p> <p>CONOSCE IN FORMA PIU' APPROFONDATA GLI APPARATI E SA ADEGUARE LA PROPRIA ATTIVITA' MOTORIA IN FUNZIONE DELLE VARIAZIONI FISILOGICHE E MOFOLOGICHE</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Elaborare risposte motorie efficaci in situazioni complesse.2. Saper coordinare la respirazione alle esigenze del movimento.3. Utilizzare in maniera appropriata semplici mezzi allenanti per il miglioramento delle capacità condizionali.	<ol style="list-style-type: none">1. Conoscere i cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.2. Conoscere qualche elemento di base, tra i mezzi allenanti, per il miglioramento delle capacità condizionali.
<p>PERCEZIONE SENSORIALE</p> <p>Riconoscere, discriminare, utilizzare, elaborare le percezioni sensoriali. (tatto vista udito/ritmo)</p> <p>UTILIZZA GLI STIMOLI PERCETTIVI PER MODIFICARE CON EFFICACIA E RAPIDITA' LE PROPRIE AZIONI MOTORIE</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Utilizzare e rielaborare le informazioni percettive per scegliere risposte motorie funzionali ai contesti.2. Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni tecniche sportive.	<ol style="list-style-type: none">1. Conoscere i principali ritmi delle azioni sportive (terzo tempo, stacco nei salti, palleggio nel basket, salti, giri, rotazioni e rotolamenti...ecc).
<p>COORDINAZIONE GENERALE E SPECIFICA</p> <p>schemi motori e loro sinergie; equilibrio; orientamento spazio-</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Inizio della consapevolezza e dell'anticipazione motoria con utilizzo delle capacità coordinative sperimentate in altre esperienze motorie (transfer).	<ol style="list-style-type: none">1. Approfondimento delle conoscenze relative alle capacità coordinative utilizzate nelle abilità.2. Approfondimento delle precedenti conoscenze relative all'equilibrio per delineare strategie idonee ad affrontare situazioni di

<p>tempo</p> <p>REALIZZA IN MODO IDONEO ED EFFICACE L'AZIONE MOTORIA RICHIESTA SENZA DOVER APPORTARE ECCESSIVE MODIFICHE CORRETTIVE</p>		<p>particolare complessità.</p> <p>3. Riconoscere con esattezza le variabili spazio/temporali in ogni situazione motoria.</p>
<p>ESPRESSIVITA' CORPOREA</p> <p>Linguaggio verbale e non verbale; interazione tra movimento e processi affettivi e cognitivi.</p> <p>ESPRIME EFFICACEMENTE CON IL CORPO E IL MOVIMENTO IDEE, SENTIMENTI, EMOZIONI RELAZIONANDOSI POSITIVAMENTE CON GLI ALTRI</p>	<p>1. Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture individualmente, in coppia, in gruppo.</p>	<p>1. Conoscere le differenti modalità di espressione delle emozioni attraverso il movimento e le posture.</p>
<p>GIOCO, GIOCO SPORT, SPORT</p> <p>Aspetti relazionali, cognitivi, tecnici e tattici</p> <p>CONOSCE E APPLICA A VARI LIVELLI DI COMPETENZA LE TECNICHE E LE TATTICHE DEI GIOCHI SPORTIVI PRATICATI ATTUANDO COMPORTAMENTI LEALI</p>	<p>1. Rispettare tutte le regole dei giochi di squadra utilizzando nel migliore dei modi le abilità tecniche-tattiche acquisite in precedenza.</p> <p>2. Saper arbitrare con buona competenza una partita dei giochi sportivi affrontati nel curriculum.</p> <p>3. Saper attuare comportamenti operativi, collaborativi ed organizzativi all'interno del gruppo di gioco.</p>	<p>1. Approfondire le conoscenze delle tecniche fondamentali e delle tattiche dei giochi sportivi.</p> <p>2. Acquisire il lessico specifico relativo al regolamento dei giochi sportivi più comunemente praticati.</p>