

**ISTITUTO COMPRENSIVO DI STRIGNO E TESINO****COMPETENZE DISCIPLINARI****SCIENZE MOTORIE: competenza 1 alla fine del IV biennio**

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
1. Avere consapevolezza dei cambiamenti funzionali e morfologici ed essere in grado di rielaborare le informazioni percettive.	<ul style="list-style-type: none"> - Saper controllare i segmenti corporei in situazioni complesse; - riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento; - saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali (forza – rapidità – resistenza – mobilità articolare); 	<ul style="list-style-type: none"> - Modificazioni strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo; - sistema cardio-respiratorio; - informazioni teorico-pratiche principali sulle procedure utilizzate nell'attività per il miglioramento delle capacità condizionali;

SCIENZE MOTORIE: competenza 2 alla fine del IV biennio

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
2. Sapersi destreggiare nelle diverse attività motorie utilizzando e trasferendo efficacemente le abilità coordinative acquisite, applicando schemi ed azioni di movimento, per la realizzazione di gesti tecnici efficaci nella risoluzione di	<ul style="list-style-type: none"> - utilizzare i principali schemi motori, combinati con diverse variabili: spaziali - temporali e senso- percettive, di equilibrio e ritmo; - utilizzare con disinvoltura i principali attrezzi, in forma codificata e non; - utilizzare gli schemi motori di base (correre 	<ul style="list-style-type: none"> - informazioni relative alle capacità coordinative sviluppare nelle abilità; - componenti spazio-temporali in ogni situazione motorio-sportiva. - modalità di utilizzo degli attrezzi;



problemi motori.	saltare lanciare) anche in situazione di gara – atletica;	
-------------------------	---	--

SCIENZE MOTORIE: competenza 3 alla fine del IV biennio

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
3. Conoscere e applicare regole, tecniche e semplici tattiche dei giochi praticati, mettendo in atto comportamenti leali.	<ul style="list-style-type: none">- rispettare le regole dei giochi di squadra;- svolgere un ruolo attivo utilizzando le proprie abilità tecnico-tattiche- stabilire corretti rapporti interpersonali;- arbitrare una partita;	<ul style="list-style-type: none">- tecniche, tattiche e principali regole dei giochi sportivi proposti;- modalità cooperative che valorizzano la diversità di ciascuno nelle attività sportive;- regole del fair-play;

SCIENZE MOTORIE: competenza 4 alla fine del IV biennio

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
4. Essere in grado di comunicare ed esprimere idee ed emozioni attraverso il corpo e l'utilizzo degli oggetti;	<ul style="list-style-type: none">- utilizzare alcune modalità dell'espressione non verbale;- ideare e realizzare semplici situazioni di movimento danzate e di espressione corporea	<ul style="list-style-type: none">- differenze fra il movimento funzionale e il movimento espressivo;

SCIENZE MOTORIE: competenza 5 alla fine del IV biennio

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
5. Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza proprie e	<ul style="list-style-type: none">- assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti;	<ul style="list-style-type: none">- nozioni di igiene corporea , alimentare e comportamentale;- pericoli connessi alle attività motorie ed



altri.	- assumere comportamenti finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.	atteggiamenti di prevenzione per l'incolumità propria e dei compagni.
---------------	--	---