

**CURRICOLO SECONDARIA DI PRIMO GRADO I.C. Asolo**  
con riferimento  
alle Indicazioni Nazionali 2012  
alle Competenze chiave europee (22 maggio 2018)

**Disciplina di riferimento: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FISSATI DALLE INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO D.P.R.11-03-2010  
AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

- 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 sé 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.

<b>PRINCIPALE COMPETENZA CHIAVE EUROPEA COINVOLTA NEL CURRICOLO:</b>	Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale–espressione corporea.
<b>ALTRE COMPETENZE CHIAVE EUROPEA COINVOLTE NEL CURRICOLO:</b>	Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare; competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale.
<b>Fonti di legittimazione:</b>	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012
<b>CERTIFICAZIONE AL TERMINE DEL PRIMO CICLO</b>	Competenze in ambito artistico e motorio

**FINE CLASSE PRIMA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

<b>NUCLEI TEMATICI</b>	<b>CONOSCENZE</b>	<b>ABILITA'</b>	<b>MICRO ABILITA'</b>
<b><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere gli schemi motori di base.</li> <li>- Conoscere in maniera elementare le capacità coordinative e condizionali (resistenza e velocità).</li> <li>- Conoscere le modalità di utilizzo delle varie attrezzature e degli spazi.</li> <li>- Conoscere le finalità ed i criteri di esecuzione degli esercizi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport praticati.</li> <li>- Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni semplici e nuove con e senza attrezzi.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in alcune situazioni sportive.</li> <li>- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi.</li> <li>- Coordinare i movimenti del corpo e le sensazioni estero-proprioceptive per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc.</li> <li>- Allenare gli schemi motori statici e dinamici, anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.</li> <li>- Coordinare diversi schemi motori di base (camminare palleggiando e lanciando, correre e lanciare un attrezzo, ecc.).</li> <li>- Eseguire correttamente, effettuare esercizi ginnici a corpo libero (es. capovolta).</li> </ul>

<p><b><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere il significato del linguaggio non verbale.</li> <li>- Conoscere semplici tecniche di espressione corporea.</li> <li>- Conoscere i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sperimentare 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.</li> <li>- Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</li> <li>- Saper decodificare i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interpretare con il corpo brani musicali nell'ambito di eventuali spettacoli e/o di sport (ginnastica, danza, etc).</li> <li>- Eseguire semplici combinazioni seguendo il ritmo musicale.</li> <li>- Sperimentare i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>
<p><b><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le regole degli sport praticati (es: pallamano, ultimate frisbee, etc).</li> <li>- Conoscere i principali fondamentali individuali e di squadra e la tattica di gioco degli sport praticati.</li> <li>- Conoscere i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma creativa, proponendo anche semplici varianti.</li> <li>- Realizzare semplici strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</li> <li>- Conoscere e rispettare il regolamento tecnico degli sport praticati sperimentando occasionalmente anche il ruolo di arbitro (o di giudice).</li> <li>- Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partecipare al gioco conoscendo le regole e rispettandole.</li> <li>- Riconoscere e spiegare l'utilità e l'importanza delle regole.</li> <li>- Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti.</li> <li>- Partecipare ai giochi e sport a squadre accettando vittorie e sconfitte.</li> </ul>

<p><b><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le norme di sicurezza a scuola, in palestra e in ambiente naturale.</li> <li>- Conoscere le regole di convivenza civile.</li> <li>- Conoscere le funzioni e le modalità di sviluppo delle diverse capacità coordinative e condizionali (resistenza e velocità).</li> <li>- Conoscere i comportamenti adeguati alla sicurezza.</li> </ul>	<p>l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</li> <li>- Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</li> <li>- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica sperimentandone i benefici.</li> <li>- Praticare attività fisica rispettando le regole del vivere civile.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni.</li> <li>- Rispettare le regole della convivenza civile.</li> <li>- Seguire autonomamente le regole dell'igiene personale e corretti stili di vita.</li> </ul>
------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

NUCLEI TEMATICI	CONOSCENZE	ABILITA'	MICRO ABILITA'
<p><b><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le capacità coordinative e condizionali (resistenza, velocità e flessibilità).</li> <li>- Conoscere le modalità di utilizzo delle varie attrezzature e degli spazi.</li> <li>- Conoscere le finalità ed i criteri di esecuzione degli esercizi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport praticati.</li> <li>- Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</li> <li>- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi.</li> <li>- Coordinare i movimenti del corpo e le sensazioni estero-proprioceptive per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc.</li> <li>- Affinare gli schemi motori statici e dinamici, anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.</li> <li>- Coordinare diversi schemi motori di base (camminare palleggiando e lanciando, correre e lanciare un attrezzo, ecc.).</li> <li>- Eseguire correttamente esercizi ginnici a corpo libero (es. ruota).</li> </ul>
<p><b><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere il significato del linguaggio non verbale.</li> <li>- Conoscere alcune tecniche di espressione corporea.</li> <li>- Conoscere le modalità della comunicazione corporea.</li> <li>- Conoscere i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare alcune tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</li> <li>- Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interpretare con il corpo brani musicali nell'ambito di eventuali spettacoli e/o di sport (ginnastica, danza, etc).</li> <li>- Eseguire esercizi seguendo il ritmo musicale.</li> <li>- Sperimentare i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>

***Il gioco, lo sport, le regole e il fair play***

- Conoscere alcuni giochi tradizionali e/o pre-sportivi, sport di squadra e individuali.
- Conoscere le regole degli sport praticati (es pallacanestro, badminton, etc).
- Conoscere i principali fondamentali individuali e di squadra e la tattica di gioco degli sport praticati.
- Conoscere i principali segni arbitrali degli sport praticati.

- situazione di gioco e di sport.
- Saper decodificare i principali gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
  - Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma creativa, proponendo anche varianti.
  - 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 sperimentando occasionalmente anche il ruolo di arbitro (o di giudice).
  - 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.

- Partecipare al gioco e allo sport conoscendo le regole e rispettandole.
- Riconoscere e spiegare l'utilità e l'importanza delle regole.
- Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti.
- Partecipare ai giochi e sport a squadre accettando vittorie e sconfitte.

<p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le norme di sicurezza in palestra e in ambiente naturale.</li> <li>- Conoscere le regole della convivenza civile.</li> <li>- Conoscere i fisiologici cambiamenti legati alla crescita.</li> <li>- Conoscere le funzioni e le modalità di sviluppo delle diverse capacità coordinative e condizionali.</li> <li>- Conoscere le fasi di una seduta di allenamento: riscaldamento, fase centrale e defaticamento.</li> <li>- Conoscere il concetto di salute dinamica e gli effetti positivi della pratica fisica su di essa.</li> <li>- Conoscere le nozioni di base per una sana alimentazione.</li> <li>- Conoscere le alterazioni scheletriche e i vizi del portamento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</li> <li>- Riconoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e impegnarsi nel perseguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</li> <li>- Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</li> <li>- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</li> <li>- Adottare stili di vita per la promozione della salute.</li> <li>- Praticare attività fisica rispettando le regole del vivere civile.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni.</li> <li>- Seguire autonomamente le regole dell'igiene personale e corretti stili di vita.</li> <li>- Rispettare le regole della convivenza civile.</li> </ul>
-----------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

NUCLEI TEMATICI	CONOSCENZE	ABILITA'	MICRO ABILITA'
<b><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le capacità coordinative e condizionali (resistenza, velocità e forza).</li> <li>- Conoscere le modalità di utilizzo delle varie attrezzature e degli spazi.</li> <li>- Conoscere le finalità ed i criteri di esecuzione degli esercizi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport praticati.</li> <li>- Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove e complesse.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</li> <li>- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi.</li> <li>- Affinare gli schemi motori statici e dinamici, anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.</li> <li>- Coordinare i movimenti del corpo e le sensazioni estero-proprioceptive per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc.</li> <li>- Coordinare diversi schemi motori di base (camminare palleggiando e lanciando, correre e lanciare un attrezzo, ecc.).</li> <li>- Effettuare esercizi ginnici a corpo libero (es. verticale).</li> </ul>
<b><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere il significato del linguaggio non verbale.</li> <li>- Conoscere tecniche di espressione corporea.</li> <li>- Conoscere le modalità della comunicazione corporea.</li> <li>- Conoscere i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</li> <li>- Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</li> <li>- Saper decodificare i principali</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interpretare con il corpo brani musicali nell'ambito di eventuali spettacoli e/o di sport (ginnastica, danza, etc).</li> <li>- Eseguire esercizi seguendo il ritmo musicale.</li> <li>- Sperimentare i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>

<p><b><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere alcuni giochi tradizionali e/o pre-sportivi, sport di squadra e individuali.</li> <li>- Conoscere le regole degli sport praticati (es. pallavolo e calcio a 5 etc.).</li> <li>- Conoscere i principali fondamentali individuali e di squadra e la tattica di gioco degli sport praticati.</li> <li>- Conoscere i principali segni arbitrali degli sport praticati.</li> </ul>	<p>gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</li> <li>- Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</li> <li>- Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati sperimentando occasionalmente anche il ruolo di arbitro (o di giudice).</li> <li>- 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partecipare al gioco e allo sport conoscendo le regole e rispettandole.</li> <li>- Riconoscere e spiegare l'utilità e l'importanza delle regole.</li> <li>- Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti.</li> <li>- Partecipare ai giochi e sport a squadre accettando vittorie e sconfitte.</li> </ul>
<p><b><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le norme di sicurezza della palestra, della strada e in ambiente naturale.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impegnarsi nel perseguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni.</li> <li>- Seguire autonomamente le</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere le regole della convivenza civile.</li> <li>- Conoscere le funzioni e le modalità di sviluppo delle diverse capacità coordinative e condizionali.</li> <li>- Conoscere le fasi di una seduta di allenamento: riscaldamento, fase centrale e defaticamento.</li> <li>- Conoscere il concetto di salute e gli effetti negativi delle sostanze che inducono dipendenza.</li> <li>- Conoscere i comportamenti legati alla sicurezza e le nozioni di base relative al primo soccorso.</li> <li>- Conoscere le alterazioni scheletriche e i vizi del portamento.</li> </ul>	<p>prestazioni e/o del mantenimento di un corretto stile di vita.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.</li> <li>- Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</li> <li>- Essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool, fumo).</li> <li>- Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</li> </ul>	<p>regole dell'igiene personale e corretti stili di come viene.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispettare le regole della convivenza civile.</li> <li>- Saper intervenire e/o mantenere un atteggiamento adeguato in caso di infortuni o situazioni di emergenza.</li> </ul>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------