

**Traguardo**

(Indicazioni nazionali 2012)

**TS-I**

L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.

**TS-II**

Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.

**TS-V**

Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.

**TS-VI**

È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

<b>Obiettivo generale</b> (Indicazioni nazionali 2012)		
<b>Ob8-1</b>  Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.		
<b>Obiettivi specifici (primo anno)</b> - esercizi per la conoscenza delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco - giochi con la musica - giochi con la palla modificando traiettorie, tempi di contatto e di relazione tra se stessi e l'oggetto - giochi e percorsi di orientamento	<b>Obiettivi specifici (secondo anno)</b> - esercitazioni per il consolidamento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco e situazionale - giochi e sport con la palla inserendo un obiettivo sempre diversificato - percorsi di orientamento	<b>Obiettivi specifici (terzo anno)</b> - esercitazioni e circuiti per il miglioramento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco, in chiave tecnica e sportiva - sport con la palla - introduzione all'orienteeering - percorsi ad ostacoli
<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - <i>scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili</i> - <i>selezionare le metodologie, le conoscenze e le strategie da applicare</i>
<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio con le varianti proposte - <i>organizzare percorsi</i>	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio con le varianti proposte - <i>organizzare percorsi</i> - <i>ideare nuove esercitazioni, percorsi e situazioni</i>

<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> </ul>	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>-</li> </ul>	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>- <i>difendere il proprio operato e quello dei compagni</i></li> <li>- <i>motivare i compagni in difficoltà e l'aspetto agonistico</i></li> </ul>
<b>Obiettivo generale</b> (Indicazioni nazionali 2012)  <b>Ob8-2</b>  Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.		
<b>Obiettivi specifici (primo anno)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- giochi con la musica</li> <li>- giochi con la palla modificando traiettorie, tempi di contatto e di relazione tra se stessi e l'oggetto</li> <li>- giochi e percorsi di orientamento</li> </ul>	<b>Obiettivi specifici (secondo anno)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- giochi e sport con la palla inserendo un obiettivo sempre diversificato</li> <li>- percorsi di orientamento</li> </ul>	<b>Obiettivi specifici (terzo anno)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- introduzione all'orienteeering</li> <li>- percorsi ad ostacoli</li> </ul>
<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se</li> <li>- riconoscere le nuove ed insolite situazioni proposte che variano le situazioni conosciute</li> </ul>	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se</li> <li>- riconoscere le nuove ed insolite situazioni proposte che variano le situazioni conosciute</li> <li>- scegliere quale nuova situazione affrontare tra le proposte</li> </ul>	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se</li> <li>- riconoscere le nuove ed insolite situazioni proposte che variano le situazioni conosciute</li> <li>- <i>scegliere quale nuova situazione affrontare tra le proposte</i></li> <li>- <i>selezionare le possibilità motorie in funzione dell'obiettivo</i></li> </ul>

<b>STRUTTURE DI AZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere</li> <li>- dimostrare di aver capito la consegna ed eseguire l'esercizio</li> </ul>	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere</li> <li>- dimostrare di aver capito la consegna ed eseguire l'esercizio con le varianti proposte</li> <li>- organizzare percorsi</li> </ul>	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere</li> <li>- dimostrare di aver capito la consegna</li> <li>- eseguire l'esercizio con le varianti proposte</li> <li>- <i>organizzare percorsi</i></li> <li>- <i>ideare nuove esercitazioni, percorsi e situazioni</i></li> </ul>
<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> </ul>	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> </ul>	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>- <i>difendere il proprio operato e quello dei compagni</i></li> <li>- <i>motivare i compagni in difficoltà</i></li> </ul>

<b>Obiettivo generale</b> (Indicazioni nazionali 2012)		
<b>Ob8-8</b>  Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.		
<b>Obiettivi specifici (primo anno)</b>  - esercizi per la conoscenza delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco - giochi con la musica - giochi con la palla modificando traiettorie, tempi di contatto e di relazione tra se stessi e l'oggetto	<b>Obiettivi specifici (secondo anno)</b>  - esercitazioni per il consolidamento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco e situazionale - giochi e sport con la palla inserendo un obiettivo sempre diversificato	<b>Obiettivi specifici (terzo anno)</b>  - esercitazioni e circuiti per il miglioramento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco, in chiave tecnica e sportiva - sport con la palla
<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - <i>scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili</i> - <i>selezionare le metodologie, le conoscenze e le strategie da applicare</i>
<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna ed eseguire l'esercizio	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna ed eseguire l'esercizio con le varianti proposte	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - <i>dimostrare di aver capito la consegna ed eseguire l'esercizio con le varianti proposte</i> - <i>ideare nuove esercitazioni</i>
<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b>	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b>	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b>

trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna	<ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>- <i>difendere il proprio operato e quello dei compagni</i></li> <li>- <i>motivare i compagni in difficoltà</i></li> </ul>
--	---	--

<b>Obiettivo generale</b> (Indicazioni nazionali 2012)		
<b>Ob8-13</b>		
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.		
<b>Obiettivi specifici (primo anno)</b>  esercizi per la conoscenza delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco - giochi e percorsi di orientamento	<b>Obiettivi specifici (secondo anno)</b>  - esercitazioni per il consolidamento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco e situazionale - percorsi di orientamento	<b>Obiettivi specifici (terzo anno)</b>  - esercitazioni e circuiti per il miglioramento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco, in chiave tecnica e sportiva - introduzione all'orienteeering - percorsi ad ostacoli
<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea, del ritmo e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - <i>scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili</i> - <i>selezionare le metodologie, le conoscenze e le strategie da applicar</i>
<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio con le varianti proposte - <i>organizzare percorsi</i>	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio con le varianti proposte - <i>organizzare percorsi</i> - <i>ideare nuove esercitazioni, percorsi e situazioni</i>

<p><i>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> </ul>	<p><i>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>-</li> </ul>	<p><i>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna</li> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>- <i>difendere il proprio operato e quello dei compagni</i></li> <li>- <i>motivare i compagni in difficoltà e l'aspetto agonistico</i></li> </ul>
---	---	--



<b>Obiettivo generale</b> (Indicazioni nazionali 2012)  <b>Ob8-16</b>  Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.		
<b>Obiettivi specifici (primo anno)</b>  - esercitazioni e circuiti per il miglioramento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco	<b>Obiettivi specifici (secondo anno)</b>  - esercitazioni e circuiti per il miglioramento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco e situazionale	<b>Obiettivi specifici (terzo anno)</b>  - esercitazioni e circuiti per il miglioramento delle capacità organiche, della coordinazione , dell'equilibrio e dei movimenti di base in chiave gioco, in chiave tecnica e sportiva
<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili	<b>STRUTTURE INTERPRETAZIONE</b>  - cogliere gli obiettivi di consapevolezza corporea e dello spazio intorno a se - individuare il “terreno di gioco” e le posizioni di svolgimento - <i>scegliere le risorse fisiche e strutturali disponibili</i> - <i>selezionare le metodologie, le conoscenze e le strategie da applicare</i>
<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio con le varianti proposte - <i>organizzare percorsi</i>	<b>STRUTTURE DI AZIONE</b>  - classificare gli obiettivi e le azioni motorie da intraprendere - dimostrare di aver capito la consegna - eseguire l'esercizio con le varianti proposte - <i>organizzare percorsi</i> - <i>ideare nuove esercitazioni, percorsi e situazioni</i>
<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b>  - trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b>  - trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna	<b>STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE</b>  - trovare errori nell'esecuzione dell'esercizio o della consegna

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- argomentare le strategie scelte nel raggiungere l'obiettivo</li> <li>- <i>difendere il proprio operato e quello dei compagni</i></li> <li>- <i>motivare i compagni in difficoltà</i></li> </ul>
--	---	--