

ABILITA' E CONOSCENZE IN RELAZIONE AI TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

Competenza europea di riferimento: **CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE**

Disciplina: **Educazione Fisica**

ABILITÀ	CONOSCENZE
<b>Fine della scuola Secondaria di primo grado</b>	
<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport</li> <li>• Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni complesse e nuove</li> <li>• Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva</li> </ul> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport</li> <li>• Saper decodificare i gesti arbitrali e saper applicare il regolamento di gioco</li> </ul> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco</li> <li>• Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra</li> <li>• Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro</li> </ul> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper applicare le regole dello star bene con un corretto stile di vita e idonee prevenzioni</li> <li>• Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere le caratteristiche delle qualità motorie (coordinazione, equilibrio, forza, velocità, resistenza, mobilità)</li> <li>• Regole fondamentali di alcune discipline sportive</li> <li>• Tecniche di esecuzione e tattiche degli sport trattati</li> <li>• Regole comportamentali in situazioni di gioco</li> <li>• Elementi di igiene</li> <li>• Nozioni essenziali di anatomia</li> <li>• Regole di prevenzione per attuare la sicurezza personale a scuola e in ambienti esterni</li> </ul>