

asse	competenze	conoscenze	abilità	raccordi con le competenze
<b>Scienze motorie e sportive</b>	<b>Conoscere il proprio corpo e padroneggiarlo</b>	Riconoscere il ruolo dell'apparato cardio-circolatorio abbinato al movimento	Controllare la respirazione e la capacità di rilassare il corpo: - <i>Yoga</i> - <i>test di Cooper</i> - <i>corsa campestre</i> , - <i>giochi mot. di squadra outdoor, step</i>	G: 9-11 P:X E:X
		Conoscere i metodi per il miglioramento delle capacità condizionali	-organizzare e applicare percorsi di allenamento -autovalutare il lavoro svolto ed i risultati	
		Educazione posturale	- agire l'espressività motoria -assumere posture corrette con attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute	
	<b>Coordinazione</b> -Schemi motori -Equilibrio -Orientamento spazio-tempo -Coord.intersegmentaria Coord. Oculo-segmentaria	Riconoscere il ruolo del ritmo in ogni azione individuale o collettiva	Praticare l'espressività corporea in modo creativo - <i>Danze popolari</i> - <i>Arrampicata</i> - <i>Acro-sport</i>	G: 4-6-9 P:3 E:X
		Riconoscere le componenti spazio-temporali negli sport (schemi)	Esercitare la pratica sportiva di gruppo sulla base di situazioni soggette a cambiamenti - <i>sport con la</i>	

			<p><i>palla</i></p> <p><i>-Coreografie</i></p> <p><i>-giochi di movimento</i></p>	
	<b>sport e aspetto relazionale-co gnitivo</b>	Aspetto educativo e sociale dello sport <i>-fair play</i> <i>-Soft skills</i> <i>-Valori olimpici</i> <i>- Paraolimpiadi</i> <i>ed valori</i> <i>inclusivo dello</i> <i>sport</i>	-Cooperare in équipe valorizzando le attitudini individuali -Mettere in atto comportamenti organizzativi e tattici all'interno della squadra -Collaborare all'attività di pianificazione realizzazione marketing dei Tornei sportivi d'Istituto ed uscita sulla neve	G:1-7-9-10 P:X E:5-6-7
		Conoscere la struttura e dei giochi e degli sport individuali e collettivi affrontati	-Pallavolo -Pallamano -Basket -Calcio -Badminton -Ultimate	
	<b>Sicurezza (prevenzione e primo soccorso) Salute (corretti stili di vita)</b>	Conoscere le norme fondamentali di prevenzione legate all'attività fisica	Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra e negli spazi aperti	G:1-9-11 P:6 E:5-6
		Conoscere gli effetti dell'attività motorie e sportive per il benessere della persona e prevenzione delle malattie	Programmare ed Esercitare l'allenamento motorio in modo autonomo e responsabile	
		Principi generali di una sana alimentazione e relativa	Curare l'alimentazione relativa al fabbisogno	

		importanza nell'attività fisica	quotidiano	
	<b>Ambiente naturale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Conoscere alcune attività motorie in ambiente naturale</li> <li>- Riconoscere il valore della sostenibilità ambientale</li> <li>-Comprendere nel settore sportivo eventi ed iniziative eco-sostenibili, di prossimità, anche con riferimento al patrimonio ambientale e artistico-cultural e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Interagire con l'ambiente attraverso specifiche esperienze motorie</li> </ul>	G:1-3-7-9 P: 4-5 E: 8
	<b>Espressività corporea</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-agire l'espressività corporea</li> <li>-conoscere le tecniche mimiche-gestuali e di interazione corporea e le interazioni con altri linguaggi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-padroneggiare gli aspetti non verbali della comunicazione</li> <li>-<i>Mimo</i></li> <li>-praticare l'espressività corporea in modo creativo</li> <li>- Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento utilizzando basi musicali:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Flash mob</i></li> <li>- <i>Danze etniche</i></li> </ul> </li> </ul>	G: 4-9 P:X E:8