

MODULI	CONTENUTI	RISULTATI DI APPRENDIMENTO (competenze)	CONOSCENZE	ABILITA' (capacità)	TEMPI
1 IL MOVIMENTO	Giochi di movimento, attività con piccoli e grandi attrezzi, attività in ambiente esterno (area adiacente alla scuola e ambiente naturale)	Il corpo e la sua conoscenza; la coordinazione e l'adattamento allo spazio e al tempo; l'attività in ambiente naturale; sviluppo delle abilità motorie in relazione alle modificazioni fisiologiche	Conoscere il proprio corpo e la sua funzionalità. Capacità motorie (coordinative e funzionali). Conoscenze di base del ritmo delle azioni motorie. Posture e funzioni fisiologiche	Avere consapevolezza delle proprie attitudini nella attività motoria e sportiva. Realizzare personalizzazioni efficaci	20 ore
2 LINGUAGGI DEL CORPO	Attività con la musica, giochi di movimento ed imitativi, esercizi di espressione corporea, creatività e ideazione motoria	Componente emozionale e comunicativa; dimensione del ritmo. Espressione corporea e altri linguaggi	Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali e paraverbali	Padroneggiare gli aspetti comunicativi e relazionali nell'ambito dei percorsi interdisciplinari	10 ore
3 SPORT REGOLE E FAIR PLAY	Attività propedeutica ai vari sport; giochi sportivi di squadra e individuali; argomenti teorici	Aspetti cognitivi, partecipativi, relazionali, sociali, del fair play e del rispetto delle regole.	Conoscere il regolamento di base e il fair play anche in funzione dell'arbitraggio. Conoscere le tecniche di base dei giochi e degli sport individuali e di squadra proposti. Conoscere i principali elementi tecnici e tattici	Trasferire autonomamente tecniche sportive proponendo varianti	10 ore
4 SALUTE E BENESSERE	Elementi di traumatologia e primo soccorso; prevenzione; nozioni di educazione alimentare	Ambito della prevenzione degli infortuni e della sicurezza, della salute, del benessere e degli stili di vita. Elementi di base di primo soccorso	Conoscere i principi fondamentali per la sicurezza. Approfondire le informazioni della corretta alimentazione. Conoscere le problematiche legate alla sedentarietà dal punto di vista fisico e sociale	Scegliere autonomamente di adottare corretti stili di vita: long life learning. Prevenire autonomamente gli infortuni e saper applicare i protocolli di primo soccorso	20 ore