

EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

Perché si studia EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

L'educazione motoria nella scuola primaria e l'educazione fisica nella scuola secondaria di primo grado rappresentano la declinazione educativa delle scienze motorie e sportive: un ambito scientifico interdisciplinare che studia il corpo e il movimento umano nelle sue complesse interazioni fisiche, cognitive, emotive e sociali. I saperi chinesiológicos (legati allo studio del movimento) si coniugano con quelli delle scienze umane, biomediche e sociali, trovando connessioni naturali con numerosi altri ambiti disciplinari.

Le Indicazioni propongono un percorso di apprendimento continuo articolato in cinque dimensioni interconnesse, che accompagnano longitudinalmente l'intero curriculum:

- **la dimensione degli stili di vita attivi e sani, orientata alla prevenzione** della sedentarietà, del sovrappeso e dell'abbandono precoce delle pratiche motorie;
- **la dimensione motoria**, centrata sull'alfabetizzazione fisico-motoria e sullo sviluppo delle abilità fondamentali locomotorie, posturali ed espressive;
- **la dimensione cognitiva**, che valorizza le funzioni esecutive (flessibilità cognitiva, memoria di lavoro, capacità di adattamento) e le competenze metacognitive;
- **la dimensione sociale**, che promuove inclusione, cittadinanza attiva, gestione dei conflitti e sviluppo delle soft skills;
- **la dimensione emotivo-relazionale**, che sostiene la regolazione emotiva, la resilienza e l'autoefficacia attraverso il movimento.

La disciplina si configura come veicolo naturale di inclusione e formazione integrale della persona: offre a ciascun discente (indipendentemente dalle proprie abilità o dalla partecipazione ad attività extrascolastiche) l'opportunità di acquisire competenze motorie, di apprendere muovendosi e di strutturare la propria identità corporea in relazione agli altri e all'ambiente. Il piacere del movimento, la percezione di efficacia e la variabilità delle esperienze motorie e sportive sono la premessa imprescindibile di un agire didattico pienamente inclusivo.

Le Indicazioni valorizzano la corporeità anche al di fuori delle ore disciplinari, attraverso pause attive, intervalli all'aperto, mobilità attiva casa-scuola e outdoor education in ambienti urbani e naturali.

SCUOLA PRIMARIA - CLASSE PRIMA

EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE (Raccomandazione del Consiglio UE del 22 maggio 2018)	COMPETENZE ATTESE	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (OSA)	CONOSCENZE
Dimensione degli stili di vita attivi e sani	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Assumere atteggiamenti rispettosi dell'ambiente e dei beni comuni sulla base dei principi di sostenibilità e salvaguardia	• Avere cura di sé.	• Partecipare alle attività motorie proposte. • Utilizzare i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi.	• Giochi di esplorazione. • Esercizi e percorsi a corpo libero e con piccoli attrezzi. • Attività in ambiente naturale finalizzate ad apprendimenti motori.
Dimensione motoria	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Assumersi le proprie responsabilità, dimostrare impegno e laboriosità • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti • Orientare le proprie scelte in modo consapevole.	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo.	• Acquisire le abilità motorie fondamentali.	• Attività legate alla motricità fine. • Esercizi che stimolino la lateralità. • Abilità motorie fondamentali locomotorie e posturali.

Dimensione cognitiva	COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA • Utilizzare il pensiero logico-scientifico per affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi COMPETENZA DIGITALE • Utilizzare con consapevolezza le tecnologie digitali per ricercare dati e informazioni COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Organizzare nuove conoscenze pianificando il modo in cui apprenderle con atteggiamento funzionale all'obiettivo di interesse COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Dimostrare spirito di iniziativa, produrre idee e progetti creativi	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo e delle possibilità motorie.	• Comprendere semplici regole delle attività proposte. • Strutturare una relazione positiva con l'ambiente di apprendimento.	• Giochi di regole.
Dimensione sociale	COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Comprendere la necessità di una convivenza civile, pacifica e solidale per la costruzione del bene comune e agire in modo coerente • Esprimere le proprie personali opinioni e sensibilità nel rispetto degli altri • Partecipare nelle forme possibili alla vita civica e sociale • Riconoscere e rispettare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose in un'ottica di dialogo COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri	• Avere rispetto degli altri. • Rispetta semplici regole.	• Interagire positivamente con i compagni nelle attività proposte.	• Giochi di regole.

Dimensione emotivo- relazionale	COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE • Creare, esprimere e interpretare concetti, sentimenti, fatti e opinioni in forma orale • Interagire adeguatamente e in modo creativo utilizzando materiali visivi, sonori e digitali e in vari contesti culturali e sociali COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI • Apprezzare la diversità dei modi di comunicazione delle idee • Maturare la consapevolezza dell'identità personale e del patrimonio storico, culturale e paesaggistico	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo.	• Manifestare le proprie emozioni durante le attività proposte.	• Esperienze di comunicazione non verbale. • Attività di percezione corporea.
--	--	--	---	--

SCUOLA PRIMARIA - CLASSE SECONDA

EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE (Raccomandazione del Consiglio UE del 22 maggio 2018)	COMPETENZE ATTESE	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (OSA)	CONOSCENZE
Dimensione degli stili di vita attivi e sani	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Assumere atteggiamenti rispettosi dell'ambiente e dei beni comuni sulla base dei principi di sostenibilità e salvaguardia	• Avere cura di sé. • Avere rispetto degli altri.	• Partecipare alle differenti tipologie di attività motoria proposte. • Utilizzare in modo attivo i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi.	• Giochi di esplorazione e coordinazione. • Esercizi e percorsi a corpo libero e con piccoli attrezzi. • Attività in ambiente naturale finalizzate ad apprendimenti motori.
Dimensione motoria	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Assumersi le proprie responsabilità, dimostrare impegno e laboriosità • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti • Orientare le proprie scelte in modo consapevole	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo e delle possibilità motorie.	• Acquisire le abilità motorie fondamentali. • Esercitare abilità praticabili nelle attività di gioco. • Assumere progressiva consapevolezza delle modalità espressive e comunicative del corpo.	• Attività legate alla motricità fine. • Esercizi che stimolino la lateralità e la coordinazione. • Abilità motorie fondamentali locomotorie, posturali ed espressive.

Dimensione cognitiva	COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA • Utilizzare le conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per analizzare dati e fatti della realtà • Utilizzare il pensiero logico-scientifico per affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi • Avere consapevolezza dei limiti delle affermazioni che riguardano differenti situazioni COMPETENZA DIGITALE • Utilizzare con consapevolezza e responsabilità le tecnologie digitali per ricercare e produrre dati e informazioni COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Organizzare nuove conoscenze pianificando il modo in cui apprenderle con atteggiamento funzionale all'obiettivo di interesse COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Dimostrare spirito di iniziativa, produrre idee e progetti creativi	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	• Comprendere, ricordare e rispettare le regole delle attività proposte. • Strutturare una relazione positiva con l'ambiente di apprendimento. • Mettere in pratica semplici principi di una sana alimentazione.	• Giochi di regole. • Giochi di esplorazione e coordinazione.
Dimensione sociale	COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Comprendere la necessità di una convivenza civile, pacifica e solidale per la costruzione del bene comune e agire in modo coerente • Esprimere le proprie personali opinioni nel rispetto degli altri • Partecipare nelle forme possibili alla vita civica e sociale, grazie alla comprensione delle strutture e dei concetti sociali • Riconoscere e rispettare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose in un'ottica di dialogo COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri	• Avere rispetto degli altri. • Partecipare al gioco utilizzando le abilità motorie richieste. • Rispettare semplici regole.	• Interagire in maniera collaborativa con tutti i compagni.	• Giochi di esplorazione e coordinazione. • Giochi di regole.

	COMPETENZA DIGITALE • Interagire con gli altri sapendo scegliere i mezzi di comunicazione digitali adeguati a un determinato contesto			
Dimensione emotivo-relazionale	COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE • Creare, esprimere e interpretare concetti, sentimenti, fatti e opinioni in forma orale • Interagire adeguatamente e in modo creativo utilizzando materiali visivi, sonori e digitali e in vari contesti culturali e sociali COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI • Apprezzare la diversità dei modi di comunicazione delle idee - testi scritti (stampati e digitali), teatro, cinema, danza, giochi, arte e design, musica, riti, architettura e loro forme ibride • Maturare la consapevolezza dell'identità personale e del patrimonio storico, culturale e paesaggistico	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo e dei suoi linguaggi.	• Manifestare e modulare le proprie emozioni. • Mostrare attenzione verso compagne e compagni.	• Esperienze di comunicazione non verbale. • Attività di percezione corporea. • Movimenti coreografici.

SCUOLA PRIMARIA - CLASSE TERZA

EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE (Raccomandazione del Consiglio UE del 22 maggio 2018)	COMPETENZE ATTESE	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (OSA)	CONOSCENZE
Dimensione degli stili di vita attivi e sani	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Assumere atteggiamenti rispettosi dell'ambiente e dei beni comuni sulla base dei principi di sostenibilità e salvaguardia	• Avere cura di sé. • Avere rispetto degli altri. • Avere rispetto dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano.	• Partecipare alle differenti tipologie di attività motoria proposte. • Utilizzare in modo attivo i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi.	• Giochi di esplorazione, coordinazione e collaborazione. • Esercizi e percorsi a corpo libero, con piccoli attrezzi. • Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori.
Dimensione motoria	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Assumersi le proprie responsabilità, dimostrare impegno e laboriosità • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti • Orientare le proprie scelte in modo consapevole	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	• Acquisire le abilità motorie fondamentali. • Esercitare abilità ed elementari tattiche praticabili nelle attività di gioco. • Assumere progressiva consapevolezza delle modalità espressive e comunicative del corpo.	• Attività legate alla motricità fine. • Esercizi che stimolino la lateralità, la coordinazione e l'equilibrio. • Abilità motorie fondamentali locomotorie, posturali, espressive e relative al rapporto con gli oggetti.

Dimensione cognitiva	COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA • Utilizzare le conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per analizzare dati e fatti della realtà e per verificare l'attendibilità di analisi quantitative proposte da altri • Utilizzare il pensiero logico-scientifico per affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi • Avere consapevolezza dei limiti delle affermazioni che riguardano situazioni complesse COMPETENZA DIGITALE • Utilizzare con consapevolezza e responsabilità le tecnologie digitali per ricercare dati e informazioni COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Organizzare nuove conoscenze pianificando il modo in cui apprenderle con atteggiamento funzionale all'obiettivo di interesse COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Dimostrare spirito di iniziativa, produrre idee e progetti creativi	• Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	• Comprendere, ricordare e rispettare le regole delle attività proposte. • Strutturare una relazione positiva con l'ambiente di apprendimento. • Mettere in pratica i principi di una sana alimentazione.	• Giochi di regole. • Giochi di esplorazione, coordinazione e collaborazione. • Abilità motorie fondamentali con particolare riferimento alla coordinazione spaziale, temporale e intersegmentaria.
Dimensione sociale	COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Comprendere la necessità di una convivenza civile, pacifica e solidale per la costruzione del bene comune e agire in modo coerente • Esprimere le proprie personali opinioni e sensibilità nel rispetto degli altri • Partecipare nelle forme possibili alla vita civica e sociale, grazie alla comprensione delle strutture e dei concetti sociali • Riconoscere e rispettare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose in un'ottica di dialogo COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri	• Avere rispetto degli altri. • Partecipare al gioco utilizzando le abilità motorie richieste. • Rispettare semplici regole.	• Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni.	• Giochi di esplorazione, coordinazione e collaborazione. • Giochi di regole.

	COMPETENZA DIGITALE • Interagire con gli altri sapendo scegliere i mezzi di comunicazione digitali adeguati a un determinato contesto			
Dimensione emotivo-relazionale	COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE • Creare, esprimere e interpretare concetti, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale che scritta • Interagire adeguatamente e in modo creativo utilizzando materiali visivi, sonori e digitali e in vari contesti culturali e sociali COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI • Apprezzare la diversità dei modi di comunicazione delle idee - testi scritti (stampati e digitali), teatro, cinema, danza, giochi, arte e design, musica, riti, architettura e loro forme ibride • Maturare la consapevolezza dell'identità personale e del patrimonio storico, culturale e paesaggistico	• Essere consapevole di sé attraverso la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	• Manifestare e modulare le proprie emozioni. • Mostrare empatia per compagne e compagni.	• Esperienze di comunicazione non verbale. • Attività di percezione corporea. • Movimenti coreografici. • Drammatizzazioni con il corpo e parti di esso.

SCUOLA PRIMARIA - CLASSE QUARTA

EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE (Raccomandazione del Consiglio UE del 22 maggio 2018)	COMPETENZE ATTESE	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (OSA)	CONOSCENZE
Dimensione degli stili di vita attivi e sani	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Assumere atteggiamenti rispettosi dell'ambiente e dei beni comuni sulla base dei principi di sostenibilità e salvaguardia	• Avere cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano. • Mettere in pratica alcuni criteri di base di sicurezza per sé, per gli altri e per la tutela dell'ambiente. • Conoscere i principi dell'igiene e di una sana alimentazione.	• Partecipare attivamente alle differenti tipologie di attività motorie e sportive proposte. • Utilizzare in modo attivo i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi.	• Giochi di esplorazione, coordinazione, collaborazione, di complessità crescente, con e senza attrezzi. • Esercizi e percorsi a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi. • Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori.
Dimensione motoria	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Assumersi le proprie responsabilità, dimostrare impegno e laboriosità • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti	• Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	• Organizzare movimenti finalizzati. • Esercitare specifiche abilità praticabili nelle attività di gioco e sportive. • Affinare le modalità espressive e comunicative del corpo.	• Attività legate alla motricità fine. • Esercizi che stimolino la lateralità, la coordinazione, l'equilibrio e la destrezza. • Abilità motorie fondamentali locomotorie, posturali,

	• Orientare le proprie scelte in modo consapevole	• Utilizza semplici linguaggi non verbali.		espressive, relative al rapporto con gli oggetti e con l'ambiente.
Dimensione cognitiva	COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA • Utilizzare le conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per analizzare dati e fatti della realtà e per verificare l'attendibilità di analisi quantitative proposte da altri • Utilizzare il pensiero logico-scientifico per affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi • Avere consapevolezza dei limiti delle affermazioni che riguardano situazioni complesse COMPETENZA DIGITALE • Utilizzare con consapevolezza e responsabilità le tecnologie digitali per ricercare, produrre ed elaborare dati e informazioni COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Organizzare nuove conoscenze pianificando il modo in cui apprenderle con atteggiamento funzionale all'obiettivo di interesse COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Dimostrare spirito di iniziativa, produrre idee e progetti creativi	• Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie. • Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri.	• Comprendere le regole e le tattiche di base delle attività proposte. • Riconoscere problemi nelle situazioni di gioco. • Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento. • Conoscere gli elementi base della sicurezza nel corso delle attività.	• Giochi di regole. • Giochi di esplorazione, coordinazione, collaborazione, di complessità crescente, con e senza attrezzi. • Abilità motorie fondamentali con particolare riferimento alla coordinazione spaziale, temporale e intersegmentaria.
Dimensione sociale	COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Comprendere la necessità di una convivenza civile, pacifica e solidale per la costruzione del bene comune e agire in modo coerente • Esprimere le proprie personali opinioni e sensibilità nel rispetto degli altri • Partecipare nelle forme possibili alla vita civica e sociale, grazie alla comprensione delle strutture e dei concetti sociali, economici, giuridici e politici di base • Riconoscere e rispettare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose in un'ottica di dialogo	• Avere cura e rispetto degli altri. • Partecipare al gioco utilizzando le abilità motorie richieste. • Rispettare semplici regole e alcuni principi del fair play.	• Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni.	• Giochi di regole. • Abilità motorie fondamentali: locomotorie, posturali, espressive, relative al rapporto con gli altri, con l'ambiente e con gli oggetti.

	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri COMPETENZA DIGITALE • Interagire con gli altri sapendo scegliere i mezzi di comunicazione digitali adeguati a un determinato contesto			
Dimensione emotivo-relazionale	COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE • Creare, esprimere e interpretare concetti, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale che scritta • Interagire adeguatamente e in modo creativo utilizzando materiali visivi, sonori e digitali e in vari contesti culturali e sociali COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI • Apprezzare la diversità dei modi di comunicazione delle idee - testi scritti (stampati e digitali), teatro, cinema, danza, giochi, arte e design, musica, riti, architettura e loro forme ibride • Maturare la consapevolezza dell'identità personale e del patrimonio storico, culturale e paesaggistico	• Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi. • Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.	• Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco. • Affrontare le eventuali difficoltà negli apprendimenti.	• Esperienze di comunicazione non verbale. • Attività di percezione corporea, movimenti coreografici, drammatizzazioni con il corpo e parti di esso. • Posture e azioni mediate dalla musica.

SCUOLA PRIMARIA - CLASSE QUINTA

EDUCAZIONE MOTORIA e FISICA

NUCLEI FONDANTI	COMPETENZE CHIAVE EUROPEE (Raccomandazione del Consiglio UE del 22 maggio 2018)	COMPETENZE ATTESE	OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (OSA)	CONOSCENZE
Dimensione degli stili di vita attivi e sani	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Assumere atteggiamenti rispettosi dell'ambiente e dei beni comuni sulla base dei principi di sostenibilità e salvaguardia	• Avere cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano. • Mettere in pratica alcuni criteri di base di sicurezza per sé, per gli altri e per la tutela dell'ambiente. • Conoscere i principi dell'igiene, di una sana alimentazione in relazione con l'attività motoria. • Conoscere principi di igiene e di una sana alimentazione. • Essere consapevole che il movimento e il gioco possono migliorare il benessere psicofisico.	• Partecipare attivamente alle differenti tipologie di attività motorie e sportive proposte. • Utilizzare in modo attivo e costante i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi anche nel percorso casa-scuola-casa.	• Esercizi e percorsi a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi. • Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori.

Dimensione motoria	COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri. COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Assumersi le proprie responsabilità, dimostrare impegno e laboriosità. • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti. • Orientare le proprie scelte in modo consapevole.	• Conseguire una sufficiente consapevolezza della propria corporeità in relazione allo spazio e al tempo e utilizzare linguaggi non verbali. • Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.	• Organizzare movimenti finalizzati e precisi. • Esercitare specifiche abilità e tattiche motorie praticabili nelle attività di gioco e sportive. • Affinare le modalità espressive e comunicative del corpo.	• Attività legate alla motricità fine. • Esercizi che stimolino la lateralità, la coordinazione, l'equilibrio e la destrezza. • Abilità motorie fondamentali, locomotorie, posturali, espressive.
Dimensione cognitiva	COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA • Utilizzare le conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per analizzare dati e fatti della realtà e per verificare l'attendibilità di analisi quantitative proposte da altri • Utilizzare il pensiero logico-scientifico per affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi • Avere consapevolezza dei limiti delle affermazioni che riguardano situazioni complesse COMPETENZA DIGITALE • Utilizzare con consapevolezza e responsabilità le tecnologie digitali per ricercare, produrre ed elaborare dati e informazioni COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Organizzare nuove conoscenze pianificando il modo in cui apprenderle con atteggiamento funzionale all'obiettivo di interesse COMPETENZA IMPRENDITORIALE	• Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie. • Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.	• Comprendere e applicare le regole e le tattiche di base delle attività proposte. • Riconoscere ed essere in grado di affrontare problemi nelle situazioni di gioco. • Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento. • Conoscere gli elementi base della sicurezza e dell'assistenza nel corso delle attività.	• Giochi di esplorazione, coordinazione, collaborazione, di complessità crescente, con e senza attrezzi.

	• Dimostrare spirito di iniziativa, produrre idee e progetti creativi			
Dimensione sociale	COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA • Comprendere la necessità di una convivenza civile, pacifica e solidale per la costruzione del bene comune e agire in modo coerente. • Esprimere le proprie personali opinioni e sensibilità nel rispetto degli altri. • Partecipare nelle forme possibili alla vita civica e sociale, grazie alla comprensione delle strutture e dei concetti sociali, economici, giuridici e politici di base. • Riconoscere e rispettare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose in un'ottica di dialogo. COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Portare a compimento il lavoro iniziato, da soli o insieme ad altri. COMPETENZA DIGITALE • Interagire con gli altri sapendo scegliere i mezzi di comunicazione digitali adeguati a un determinato contesto.	• Partecipa al gioco utilizzando le abilità motorie richieste, rispetta semplici regole e alcuni principi del fair play. • Avere cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano. • Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri.	• Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni valorizzando le diversità.	• Giochi di regole. • Abilità motorie fondamentali: locomotorie, posturali, espressive, relative al rapporto con gli altri, con l'ambiente e con gli oggetti.
Dimensione emotivo-relazionale	COMPETENZA ALFABETICA FUNZIONALE • Creare, esprimere e interpretare concetti, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale che scritta. • Interagire adeguatamente e in modo creativo utilizzando materiali visivi, sonori e digitali e in vari contesti culturali e sociali. COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE • Avere cura e rispetto di sé, degli altri, dei beni pubblici e privati, dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. COMPETENZA IMPRENDITORIALE • Riflettere su sé stessi e misurarsi con le novità e gli imprevisti.	• Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi. • Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità. • Conseguire una sufficiente	• Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco. • Affrontare le eventuali difficoltà negli apprendimenti.	• Esperienze di comunicazione non verbale. • Attività di percezione corporea, movimenti coreografici, drammatizzazioni con il corpo e parti di esso, posture e azioni mediate dalla musica.

	COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI • Apprezzare la diversità dei modi di comunicazione delle idee - testi scritti (stampati e digitali), teatro, cinema, danza, giochi, arte e design, musica, riti, architettura e loro forme ibride. • Maturare la consapevolezza dell'identità personale e del patrimonio storico, culturale e paesaggistico.	consapevolezza della propria corporeità in relazione allo spazio e al tempo e utilizzare semplici linguaggi non verbali.		
--	--	---	--	--