



## 6.13 SCIENZE MOTORIE

COMPETENZE	CAPACITA'	CONOSCENZE
Elaborare organizzazione delle informazioni propriocettive ed esteroceettive	Dare risposte motorie organizzate in risposta a percezioni e obiettivi	Funzionamento del proprio corpo sul piano fisiologico ed energetico
Esprimere motivazione intrinseca all'apprendimento motorio e percezione del livello di autoefficacia	Sviluppare percorsi motori organizzati finalizzati all'incremento delle prestazioni	Movimenti semplici e complessi, catene cinetiche specifiche per ambito motorio
Eseguire un compito motorio secondo un determinato livello di difficoltà, intensità, durata, varietà esecutiva ( rapporti tra abilità motorie, capacità coordinative e condizionali )	Riprodurre un gesto motorio semplice o complesso a ritmi, intensità, durata relazionandoli all'obiettivo prefissato	Misurazione e rappresentazione del tempo, dello spazio. Il movimento nel tempo e nello spazio: il ritmo, la frequenza, l'intensità, il carico, gli strumenti, le attrezzature
Essere consapevole del processo compiuto, autovalutazione delle esperienze in funzione dell'apprendimento di ulteriori abilità e conoscenze motorie	Eseguire un percorso motorio autogestito finalizzato al raggiungimento di un obiettivo modificato nel tempo e nello spazio	Vocabolario degli esercizi, delle progressioni ginnastiche e sportive ( fondamentali grandi giochi e delle discipline individuali)
Interagire e cooperare con gli altri per scopo comune	Utilizzare gli elementi tecnici in eventi collettivi di gioco-sport	Regole tecniche e tattiche di giochi strutturati ( discipline sportive, giochi tradiz.li ecc. )
Trasferire i saperi appresi in altri contesti della vita di relazione o sportiva ( prevenzione, primo soccorso )	Adeguare la disciplina individuale della vita di relazione e dei comportamenti sociali	L'adattamento, il risparmio energetico, il concetto benessere, la sicurezza individuale e sociale