

SCHEMA PER LA PROGRAMMAZIONE ANNUALE - SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

DISCIPLINA: **SCIENZE MOTORIE**

In base alle Linee guida per la gestione in sicurezza di opportunità organizzate di socialità e pratica di attività sportive per adolescenti riguardo l'emergenza COVID-19 – espresse dai vari DPCM, si richiama l'attenzione al giusto bilanciamento tra il diritto alla socialità e la necessità di garantire condizioni di tutela della loro salute.

Per tali motivi, la programmazione per l'a.s. 2020-2021 verrà svolta in modo parziale fino a nuove disposizioni degli organi competenti.

Competenza europea: competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare

Competenza di cittadinanza: collaborare e partecipare

Ambito: linguistico-artistico-espressivo

Dimensioni di competenza: il corpo, lo spazio e il tempo

Traguardi per lo sviluppo delle competenze (Indicazioni Nazionali per il curriculum)	Campi di osservazione e atteggiamenti attesi in uscita (stabiliti nelle rubriche di valutazione)	Obiettivi di apprendimento
<ul style="list-style-type: none"> • <i>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.</i> • <i>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</i> 	<p><i>Conoscenza delle parti del corpo e utilizzo di schemi motori diversi.</i></p> <p style="text-align: center;">Atteggiamento atteso:</p> <p>L'alunno conosce e denomina correttamente le parti del corpo; padroneggia gli schemi motori e posturali e li sa adattare alle variabili spaziali e temporali.</p>	<p>Classe prima</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper utilizzare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari giochi presportivi • Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali • Utilizzare le variabili spazio-temporali • Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiali
		<p>Classe Seconda</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Saper utilizzare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport • Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali • Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico • Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiali anche attraverso ausili specifici (mappe e bussole)
		<p>Classe terza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport • Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali • Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva • Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiali anche attraverso ausili specifici (mappe e bussole)

Conoscenze	Abilità	Contenuti essenziali	Metodologia
------------	---------	----------------------	-------------

CLASSE PRIMA

<ul style="list-style-type: none"> • le modifiche strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo • principali procedure per utilizzate per conoscere e migliorare le capacità coordinative e condizionali • componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo. • Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative e condizionali acquisite per la realizzazione di gesti complessi. • Saper mettere in pratica le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità coordinative e 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> schema motorio, equilibrio, organizzazione spazio – temporale, lateralizzazione 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
--	---	---	--

	condizionali.	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Schemi motori di base –</u> <u>Abilità motorie di base</u> 	
CLASSE SECONDA			
<p>- Le modifiche strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo.</p> <p>- Il sistema cardio-respiratorio in relazione al movimento.</p> <p>- Consolidamento delle capacità coordinative e condizionali.</p> <p>-Componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo.</p>	<p>-Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo.</p> <p>- Riconoscere e valutare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento.</p> <p>-Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative e condizionali per la realizzazione dei gesti tecnici nei vari sport.</p> <p>- Saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere un determinato problema motorio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> • _schemi motori, equilibrio, organizzazione spazio – temporale, lateralizzazione • <u>Atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, tennis tavolo:</u> fondamentali individuali, gli schemi di gioco, le tattiche di gioco 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
CLASSE TERZA			
<p>-Il rapporto tra l'attività motoria e i cambiamenti fisici e psicologici tipici della pre-adolescenza.</p> <p>-Potenziamento delle capacità coordinative e condizionali</p> <p>- Componenti spazio-temporali nelle situazioni sportive</p>	<p>Essere consapevole dei principali cambiamenti morfologici del corpo</p> <p>-Saper controllare i segmenti del corpo in situazioni complesse adattandoli ai cambiamenti morfologici del corpo.</p> <p>- Saper utilizzare le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali(forza, resistenza, rapidità, mobilità articolare)</p> <p>- Acquisizione di gesti tecnici</p> <p>- Saper utilizzare e trasferire le abilità acquisite in contesti diversi.</p> <p>- Saper utilizzare le variabili spazio-tempo funzionali alle realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> schemi motori, equilibrio, organizzazione spazio – temporale. • <u>Atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, tennis tavolo:</u> fondamentali individuali, gli schemi di gioco, le tattiche di gioco 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico

- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale.

Dimensioni di competenza:

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

Traguardi per lo sviluppo delle competenze (Indicazioni Nazionali per il curriculum)	Campi di osservazione e atteggiamenti attesi in uscita (stabiliti nelle rubriche di valutazione)	Obiettivi di apprendimento
<i>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</i>	<i>Comunicazione, espressione e decodifica di idee, emozioni, messaggi attraverso il corpo e gli attrezzi.</i> <i>Atteggiamento atteso</i> L'alunno utilizza gli aspetti comunicativi e relazionali del linguaggio motorio e sportivo per entrare in relazione con gli altri. Riconosce e decodifica i gesti dei compagni, degli avversari e degli adulti nelle diverse situazioni di gioco, sport, movimento.	Classe prima Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale. Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco. Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
		Classe Seconda Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.
		Classe terza Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture

		<p>svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>
--	--	---

Conoscenze	Abilità	Contenuti essenziali	Metodologia
------------	---------	----------------------	-------------

CLASSE PRIMA

<ul style="list-style-type: none"> - Le tecniche di espressione corporea. 	<ul style="list-style-type: none"> - Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi. 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> schema motorio, equilibrio, organizzazione spazio – temporale, lateralizzazione <ul style="list-style-type: none"> • <u>Schemi motori di base –</u> <u>Abilità motorie di base</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
--	---	--	--

CLASSE SECONDA

<ul style="list-style-type: none"> - Le tecniche di espressione corporea. 	<ul style="list-style-type: none"> -- Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi - Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità. 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> _schemi motorii, equilibrio, organizzazione spazio – temporale, lateralizzazione • <u>Atletica leggera, pallavolo,</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
--	--	---	--

		<u>pallacanestro, pallamano, tennis tavolo</u> : fondamentali individuali, gli schemi di gioco, le tattiche di gioco	
CLASSE TERZA			
<p>- L'espressione corporea e la comunicazione efficace</p> <p>- I gesti arbitrali delle principali discipline sportive praticate</p>	<p>-Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi</p> <p>- Risolvere in modo personale problemi motori sportivi</p> <p>- Saper decodificare i gesti arbitrali con sicurezza in relazione all'applicazione del regolamento di gioco</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali</u>: forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative</u>: schemi motori, equilibrio, organizzazione spazio – temporale. • <u>Atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, tennis tavolo</u>: fondamentali individuali, gli schemi di gioco, le tattiche di gioco 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico

Dimensioni di competenza: Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

Traguardi per lo sviluppo delle competenze (Indicazioni Nazionali per il curriculum)	Campi di osservazione e atteggiamenti attesi in uscita (stabiliti nelle rubriche di valutazione)	Obiettivi di apprendimento
<p>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p><i>Partecipazione, conoscenza e rispetto delle regole; correttezza nel comportamento durante il gioco.</i></p> <p style="text-align: center;">Atteggiamento atteso</p> <p>L'alunno partecipa, collabora con gli altri e rispetta le regole del gioco e dello sport, praticando attivamente il fair play come modalità di relazione e di rispetto dei compagni, degli avversari, delle figure arbitrali.</p>	<p>Classe prima</p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco.</p> <p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi praticati</p> <p>Saper gestire in modo consapevole le situazioni</p>

		<p>competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>
		<p>Classe Seconda Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa.</p> <p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>
		<p>Classe terza Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in</p>

		caso di sconfitta.	
Conoscenze	Abilità	Contenuti essenziali	Metodologia
CLASSE PRIMA			
<p>- Elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport.</p> <p>- Adattare le capacità coordinative alle situazioni richieste dal gioco.</p> <p>- Regole del fair play</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente le regole principali dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro .</p> <p>-Saper gestire gli eventi della gara con autocontrollo e rispetto dell'altro, accettando la sconfitta.</p> <p>- Rispettare le regole del fair –play.</p> <p>- Saper gestire gli eventi della gara con autocontrollo e rispetto dell'altro, accettando la “sconfitta”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> schema motorio, equilibrio, organizzazione spazio – temporale, lateralizzazione • <u>Schemi motori di base – Abilità motorie di base</u> • <u>Atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallapugno</u> il gioco, fondamentali individuali e di squadra 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
CLASSE SECONDA			
<p>- Elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport.</p> <p>- Elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco.</p>	<p>-- Gestire in modo consapevole le abilità specifiche negli sport individuali e di squadra.</p> <p>- Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione mettendo in atto comportamenti collaborativi.</p> <p>- Rispettare le regole del fair play e</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le capacità condizionali:</u> forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano • <u>Le capacità coordinative:</u> • <u>schemi motori, equilibrio, organizzazione spazio – temporale, lateralizzazione</u> • <u>Atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, tennis</u> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico

- Regole del fair play	saper gestire gli eventi di una gara con autocontrollo e rispetto dell'altro, accettando la sconfitta. - Inventare nuove forme di attività ludico-sportive	<u>tavolo</u> : fondamentali individuali, gli schemi di gioco, le tattiche di gioco	
------------------------	---	---	--

CLASSE TERZA

<p>- Le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi</p> <p>- Il concetto di anticipazione motoria</p> <p>- I gesti arbitrali delle discipline sportive praticate</p> <p>- Regolamento delle discipline sportive praticate.</p> <p>- Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione</p>	<p>- Svolgere un ruolo attivo nei giochi sportivi utilizzando le proprie abilità tecniche e tattiche.</p> <p>- Prevedere correttamente l'andamento e il risultato di un'azione motoria</p> <p>- Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro o giudice</p> <p>- Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto dei giudici e degli avversari</p> <p>- Rispettare il codice deontologico dello sportivo</p>	<p>• <u>Le capacità condizionali</u>: forza, resistenza, velocità, mobilità articolare, cosa sono e come si allenano</p> <p>• <u>Le capacità coordinative</u>: schemi motori, equilibrio, organizzazione spazio – temporale.</p> <p>• <u>Atletica leggera, pallavolo, pallacanestro, pallamano, tennis tavolo</u>: fondamentali individuali, gli schemi di gioco, le tattiche di gioco</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
--	---	--	--

Dimensioni di competenza: Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

Traguardi per lo sviluppo delle competenze (Indicazioni Nazionali per il curriculum)	Campi di osservazione e atteggiamenti attesi in uscita (stabiliti nelle rubriche di valutazione)	Obiettivi di apprendimento
--	--	-----------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Riconosce ricerca e applica a se stesso comportamento di sviluppo dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</i> • <i>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</i> 	<p>Conoscenza e consapevolezza di comportamenti funzionali alla sicurezza. Conoscenza dei principi utili a mantenere uno stato di benessere.</p> <p style="text-align: center;"><i>Atteggiamenti attesi</i></p> <p>L’alunno è in grado di adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni.</p> <p>L’alunno è in grado di riconoscere i benefici dell’attività motoria per mantenere un buono stato di salute</p>	<p>Classe prima</p> <p>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica.</p> <hr/> <p>Classe Seconda</p> <p>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p>
---	--	--

		<p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Classe terza Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).</p>
--	--	---

Conoscenze	Abilità	Contenuti essenziali	Metodologia
------------	---------	----------------------	-------------

CLASSE PRIMA

- Le norme generali di prevenzione degli infortuni	- Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature, sia individualmente sia in gruppo.	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Educazione alla salute:</u> • benessere fisico, mentale, sociale, sport e dieta 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività
- Effetti delle attività motorie per il	- Assumere consapevolezza della		

<p>benessere della persona e prevenzione delle malattie</p> <p>- Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione</p>	<p>propria efficienza fisica, sapendo applicare principi utili per mantenere uno stato di benessere</p> <p>-Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze precedenti, le caratteristiche personali</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Guidato • Globale • Analitico
--	--	--	---

CLASSE SECONDA

<p>- Le norme generali di prevenzione degli infortuni.</p> <p>- Effetti delle attività motorie per il benessere della persona e prevenzione delle malattie.</p> <p>- Efficienza fisica e auto-valutazione delle proprie capacità e performance.</p> <p>- Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione</p>	<p>-- Mettere in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza.</p> <p>- Sapere applicare i principi metodologici utilizzati per mantenere un buono stato di salute</p> <p>- Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica</p> <p>- Mettere in atto comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo e cognitivo</p> <p>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'apparato scheletrico e muscolare. L'apparato cardiocircolatorio. L'apparato respiratorio. Benefici dell'attività fisica sui vari apparati. • Salute, informazione e prevenzione • Alimentazione e sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
--	---	---	--

CLASSE TERZA

<p>- Le norme generali di prevenzione degli infortuni.</p> <p>- Effetti delle attività motorie per il benessere della persona e prevenzione delle malattie.</p> <p>- Efficienza fisica e auto-</p>	<p>- Mettere in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza</p> <p>- Sapere applicare i principi metodologici utilizzati per mantenere un buono stato di salute</p> <p>- Mettere in atto comportamenti</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sport per tutti • Sport e salute • Il doping • Le dipendenze da droga e alcol 	<ul style="list-style-type: none"> • Dell'esperienza • Della comunicazione • Dell'interattività • Della libera espressività • Guidato • Globale • Analitico
--	--	--	--

valutazione delle proprie capacità e performance	equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo e cognitivo		
--	--	--	--