

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA dell'INFANZIA

Traguardi formativi				
COMPETENZA CHIAVE EUROPEA <i>da Raccomandazioni Europee 2018</i>	Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali			
PROFILO IN USCITA <i>da Indicazioni Nazionali</i>	Ha un positivo rapporto con la propria corporeità			
CAMPO DI ESPERIENZA <i>da Indicazioni Nazionali</i>	Il Corpo e il Movimento			
Esiti Formativi				
TRAGUARDO PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE <i>da Indicazioni Nazionali</i>	<i>Obiettivi di apprendimento e relativi Livelli di competenza/padronanza</i>			
1. Vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.	<i>Iniziale</i>	<i>Base</i>	<i>Intermedio</i>	<i>Avanzato</i>
	1.1 Sperimentare potenzialità e limiti comunicativi ed espressivi del proprio corpo			
	Il bambino solo in situazioni note prova a sperimentare potenzialità e limiti comunicativi ed espressivi del proprio corpo.	Il bambino in situazioni note inizia a sperimentare potenzialità e limiti comunicativi ed espressivi del proprio corpo.	Il bambino in situazioni note, prevalentemente in autonomia, sperimentare potenzialità e limiti comunicativi ed espressivi del proprio corpo.	Il bambino in situazioni note, in autonomia, sperimentare potenzialità e limiti comunicativi ed espressivi del proprio corpo.
	1.2 Maturare condotte che consentano una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola			
	Il bambino solo in situazioni note prova a maturare condotte che consentano una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.	Il bambino in situazioni note inizia a maturare condotte che consentano una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.	Il bambino in situazioni note, prevalentemente in autonomia, inizia a maturare condotte che consentano una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.	Il bambino in situazioni note, in autonomia, maturare condotte che consentano una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.
2. Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.	<i>Iniziale</i>	<i>Base</i>	<i>Intermedio</i>	<i>Avanzato</i>
	2.1 Interpretare messaggi provenienti dal proprio corpo			
	Il bambino solo in situazioni note e guidato, inizia a cogliere i segnali del proprio corpo.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia a cogliere i segnali del proprio corpo.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia, inizia a cogliere i segnali del proprio corpo.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, inizia a cogliere i segnali del proprio corpo.
	2.2 Mettere in atto pratiche di tutela della propria salute			
	L'alunno solo in situazioni note e guidato, inizia a mettere in pratica atteggiamenti di tutela della propria salute.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia a mettere in pratica atteggiamenti di tutela della propria salute.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia inizia a mettere in pratica atteggiamenti di tutela della propria salute.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, inizia a mettere in pratica atteggiamenti di tutela della propria salute.
1.1 Adottare pratiche igieniche per la cura di sé				
L'alunno solo in situazioni note e guidato, inizia a utilizzare gli oggetti di igiene personale e i servizi igienici.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia a utilizzare gli oggetti di igiene personale e i servizi igienici.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia riconosce e inizia a utilizzare gli oggetti di igiene personale e i servizi igienici.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, inizia a utilizzare gli oggetti di igiene personale e i servizi igienici.	

3. Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.	Iniziale	Base	Intermedio	Avanzato
	3.1 Sperimentare/Controllare/Utilizzare schemi posturali e motori di base			
	L'alunno solo in situazioni note e guidato, inizia a sperimentare / controllare / utilizzare gli schemi motori di base.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia a sperimentare / controllare / utilizzare gli schemi motori di base.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia a sperimenta / controlla / utilizza gli schemi motori di base.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, sperimenta / controlla / utilizza gli schemi motori di base.
4. Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.	Iniziale	Base	Intermedio	Avanzato
	3.2 Utilizzare semplici riferimenti spaziali negli spostamenti			
	L'alunno solo in situazioni note e guidato inizia a utilizzare semplici riferimenti spaziali negli spostamenti	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, esegue spostamenti seguendo indicazioni con riferimenti spaziali.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia esegue spostamenti seguendo indicazioni spaziali.	L'alunno in autonomia effettua spostamenti sulla base delle indicazioni spaziali date.
4.1 Sviluppare la manualità necessaria all'utilizzo degli strumenti didattici e non presenti a scuola	Iniziale	Base	Intermedio	Avanzato
	4.1 Sviluppare la manualità necessaria all'utilizzo degli strumenti didattici e non presenti a scuola			
	Il bambino solo in situazioni note e guidato, inizia a sviluppare la manualità necessaria all'utilizzo degli strumenti didattici e non presenti a scuola.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia a sviluppare la manualità necessaria all'utilizzo degli strumenti didattici e non presenti a scuola.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia, inizia a sviluppare la manualità necessaria all'utilizzo degli strumenti didattici e non presenti a scuola.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, inizia a sviluppare la manualità necessaria all'utilizzo degli strumenti didattici e non presenti a scuola.
	4.2 Acquisire consapevolezza dei rischi causati da movimenti incontrollati			
	L'alunno solo in situazioni note e guidato, inizia ad acquisire consapevolezza dei rischi causati da movimenti incontrollati.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia ad acquisire consapevolezza dei rischi causati da movimenti incontrollati.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia inizia ad acquisire consapevolezza dei rischi causati da movimenti incontrollati.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, inizia ad acquisire consapevolezza dei rischi causati da movimenti incontrollati.
4.3 Interagisce con gli altri nei giochi di movimento	Iniziale	Base	Intermedio	Avanzato
	4.3 Interagisce con gli altri nei giochi di movimento			
	L'alunno solo in situazioni note e guidato, inizia ad interagisce con gli altri nei giochi di movimento.	L'alunno in situazioni note e guidato, se necessario, inizia ad interagisce con gli altri nei giochi di movimento.	L'alunno, in situazioni note, prevalentemente in autonomia riconosce e inizia ad interagisce con gli altri nei giochi di movimento.	L'alunno anche in situazioni non note, in autonomia, inizia ad interagisce con gli altri nei giochi di movimento..
5. Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento	Iniziale	Base	Intermedio	Avanzato
	5.1 Riconoscere le parti del proprio corpo e denominarle			
	L'alunno solo in situazioni note e guidato, inizia a controllare il movimento del proprio corpo in situazioni strutturate.	Su richiesta controlla il movimento del proprio corpo sia in situazioni libere che strutturate.	Controlla il movimento del proprio corpo in situazioni strutturate e se stimolato in quelle libere.	Controlla il movimento del proprio corpo sia in situazioni strutturate che libere.
5.2 Conoscere a saper rappresentare il proprio corpo				
L'alunno guidato, inizia a rappresentare il proprio corpo in modo incerto, e ne conosce le parti essenziali.	L'alunno guidato, se necessario, inizia a rappresentare il proprio corpo, e ne conosce le parti principali.	L'alunno, prevalentemente in autonomia, rappresenta il proprio corpo, e ne conosce alcune parti.	L'alunno, in completa autonomia, rappresenta il proprio corpo e ne conosce ogni parte.	

PRIMO CICLO

Traguardi formativi

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA <i>da Raccomandazioni Europee 2018</i>	Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale Competenza personale e sociale e capacità di imparare ad imparare
PROFILO IN USCITA <i>da Indicazioni Nazionali</i>	In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali. È disposto ad analizzare sé stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.

Esiti Formativi

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE <i>da Indicazioni Nazionali</i>	Acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti. È consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.
--	--

NUCLEO TEMATICO	<i>Obiettivi di apprendimento e relativi Livelli di competenza/padronanza</i>			
	<i>Iniziale</i>	<i>Base</i>	<i>Intermedio</i>	<i>Avanzato</i>
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	SP - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).			
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, esegue coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario è in grado di coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note ma in autonomia è in grado di coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma simultanea.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, è in grado di coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro in forma simultanea..
	SP - Classe QUARTA / QUINTA - Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio e in relazione a sé, agli oggetti, agli altri			
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio e in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio e in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio e in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio e in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.
	SSI - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.			
	Lo studente, solo in situazioni note e guidato, si avvia a utilizzare e a correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in poche situazioni sportive.	Lo studente, in situazioni note e guidato, se necessario, utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in alcune situazioni sportive.	Lo studente, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in molte situazioni sportive.	Lo studente, anche in situazioni non note e in completa autonomia, utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.

Esiti Formativi

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

da Indicazioni Nazionali

Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche

Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.

NUCLEO TEMATICO	<i>Obiettivi di apprendimento e relativi Livelli di competenza/padronanza</i>			
	<i>Iniziale</i>	<i>Base</i>	<i>Intermedio</i>	<i>Avanzato</i>
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva	SP - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive			
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.
	SP - Classe QUARTA / QUINTA - Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.			
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato è in grado di utilizzare in forma modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, è in grado di utilizzare in forma creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note ma in autonomia è in grado di utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, è in grado di utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.
	SSI - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.			
	Lo studente, solo in situazioni note e guidato si avvia a decodificare i gesti di compagni e avversari in poche situazioni di gioco e di sport.	Lo studente, in situazioni note e guidato, se necessario, decodifica sufficientemente i gesti di compagni e avversari in alcune situazioni e di gioco e di sport.	Lo studente, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, sa decodificare i gesti di compagni e avversari in molte situazioni di gioco e di sport.	Lo studente, anche in situazioni non note e in completa autonomia, sa decodificare i gesti di compagni e avversari in ogni situazione di gioco e di sport.

Esiti Formativi

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE <small>da Indicazioni Nazionali</small>	Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. Pratica attivamente i valori sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.
--	--

NUCLEO TEMATICO	Obiettivi di apprendimento e relativi Livelli di competenza/padronanza
------------------------	---

	<i>Iniziale</i>	<i>Base</i>	<i>Intermedio</i>	<i>Avanzato</i>
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	SP - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri			
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
	SP - Classe QUARTA / QUINTA - Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.			
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, rispetta le regole nella competizione sportiva; sa accettare la sconfitta con equilibrio e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, rispetta le regole nella competizione sportiva; sa accettare la sconfitta con equilibrio e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, rispetta le regole nella competizione sportiva; sa accettare la sconfitta con equilibrio e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, rispetta le regole nella competizione sportiva; sa accettare la sconfitta con equilibrio e vive la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.
	SP - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - 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.			
	Lo studente, solo in situazioni note e guidato sa gestire con difficoltà le situazioni competitive, in gara e non, con poco autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	Lo studente, in situazioni note e guidato, se necessario, sa gestire in modo ancora poco consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con sufficiente autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.	Lo studente, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, sa 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.	Lo studente, anche in situazioni non note e in completa autonomia, sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con pieno autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.

Esiti Formativi

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

da Indicazioni Nazionali

Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.

Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.

NUCLEO TEMATICO	<i>Obiettivi di apprendimento e relativi Livelli di competenza/padronanza</i>				
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<i>Iniziale</i>	<i>Base</i>	<i>Intermedio</i>	<i>Avanzato</i>	
	SP - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA / QUARTA / QUINTA - Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.				
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, riconosce il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, riconosce il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita..	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, riconosce il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita..	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, riconosce il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita..	
	SP - Classe QUARTA / QUINTA – Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.				
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.	
	SP - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA / QUARTA / QUINTA - Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita				
	L'alunno, solo in situazioni note e guidato, assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	L'alunno, in situazioni note e guidato, se necessario, assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	L'alunno, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	L'alunno, anche in situazioni non note e in completa autonomia, assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	
	SSI - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - 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				
	Lo studente, solo in situazioni note e guidato è 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.	Lo studente, in situazioni note e guidato, se necessario, è 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.	Lo studente, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, è 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.	Lo studente, anche in situazioni non note e in completa autonomia, è 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.	
	SSI - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo				
Lo studente, solo in situazioni note e guidato sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.	Lo studente, in situazioni note e guidato, se necessario, sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.	Lo studente, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.	Lo studente, anche in situazioni non note e in completa autonomia, sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.		
SSI - Classe PRIMA / SECONDA / TERZA - Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).					
Lo studente, solo in situazioni note e guidato conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).	Lo studente, in situazioni note e guidato, se necessario, conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).	Lo studente, prevalentemente in situazioni note, ma in autonomia, conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).	Lo studente, anche in situazioni non note e in completa autonomia, conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).		

