



INDICAZIONI NAZIONALI 2025 - EDUCAZIONE MOTORIA

COMPETENZA ATTESA (al termine della classe V)

1. CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEI MOVIMENTI

Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

- 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.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

- 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.

2. MODALITÀ ESECUTIVE A DIFFERENTI PROPOSTE MOTORIE

Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

Prendere consapevolezza del proprio corpo e modificare il movimento in base a input esterni semplici (spazio, tempo, attrezzi).

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

Rielaborare i propri schemi motori in modo rapido e autonomo, inserendoli in contesti più complessi e strategici, come le attività di pre-sport o contesti espressivi.

3. ESPRESSIONE NELL'AMBITO MOTORIO VALORIZZANDO LE PROPRIE POTENZIALITÀ

Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

Sintonizzare il proprio mondo interno (emozioni, idee) e il corpo, utilizzando il movimento e la mimica in modo prevalentemente guidato o spontaneo

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

Progettare applicando combinazione intenzionale dei linguaggi (corporeo, musicale, spaziale) e la valorizzazione dello stile espressivo unico di ciascun alunno.

4. CURA E RISPETTO DI SÉ, DEGLI ALTRI E DELL'AMBIENTE

Avere cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano.

•OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

- 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.
- Comprendere, ricordare e rispettare le regole delle attività proposte.
- Strutturare una relazione positiva con l'ambiente di apprendimento.
- Conoscere i principi di una sana alimentazione.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

- 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.
- 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.

5. RISPETTO DEI CRITERI DI BASE DI SICUREZZA

Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

- Riconoscere i confini dello spazio operativo (palestra, cortile) e la presenza di eventuali elementi di rischio statici (colonne, spigoli, pareti, attrezzi riposti) adeguando la traiettoria e la velocità dei propri movimenti per evitare impatti.
- Curare l'abbigliamento e la sicurezza personale: Dimostrare autonomia nel prepararsi all'attività motoria comprendendo l'importanza di un abbigliamento idoneo alla sicurezza.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

- Conoscere gli elementi base della sicurezza e dell'assistenza nel corso delle attività.
- Conoscere i principi dell'igiene, di una sana alimentazione e la relazione con l'attività motoria

6. DIMENSIONE SOCIALE

Al termine della classe quinta lo studente partecipa al gioco utilizzando le abilità motorie richieste, rispetta semplici regole e alcuni principi del fair play.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

- Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

- Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni valorizzando le diversità

7. DIMENSIONE EMOTIVO-RELAZIONALE

Al termine della classe quinta lo studente sviluppa l'autocontrollo, la resilienza di fronte alle sfide motorie e lo spirito di collaborazione e inclusione reciproca nel contesto del gruppo classe.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe III)

- Manifestare e modulare le proprie emozioni.
- Mostrare empatia per compagne e compagni.

OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO (al termine della classe V)

- Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco.
- Affrontare le eventuali difficoltà negli apprendimenti.

COMPETENZA ATTESA (al termine della classe V)	CLASSE I Obiettivi del Curricolo d'istituto	CLASSE II Obiettivi del Curricolo d'istituto	CLASSE III Obiettivi del Curricolo d'istituto	CLASSE IV Obiettivi del Curricolo d'istituto	CLASSE V Obiettivi del Curricolo d'istituto
1. CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEI MOVIMENTI	Riconoscere, nominare e localizzare le principali parti del corpo su di sé e sugli altri. Assumere diverse posture sia in situazioni statiche che dinamiche. Muoversi consapevolmente nello spazio circostante. Percepire e coordinare i ritmi biologici fondamentali in condizioni di riposo e dopo un gioco di movimento.	Riconoscere la destra e la sinistra sul proprio corpo ed eseguire movimenti asimmetrici guidati. Controllare la propria posizione in rapporto a oggetti e compagni . Coordinare gli schemi motori di base in percorsi e giochi semplici. Modulare l'intensità del proprio movimento in base a stimoli esterni.	Prendere coscienza della segmentazione corporea, riuscendo a muovere singoli distretti in modo isolato. Mantenere e recuperare l'equilibrio statico e dinamico in condizioni di stabilità ridotta (es. su un piede solo, camminando su una linea o su piccoli attrezzi). Orientarsi nello spazio della palestra utilizzando mappe o punti di riferimento condivisi, adattando i movimenti alle distanze. Riconoscere e descrivere le variazioni fisiologiche del proprio corpo sotto sforzo (sudorazione, affanno) e sapersi fermare per recuperare le energie.	Coordinare movimenti complessi che richiedono precisione oculo-manuale e oculo-podalica. Strutturare e organizzare le azioni motorie in base a parametri temporali precisi (es. muoversi a tempo di musica, sincronizzare il salto con l'arrivo di una palla). Controllare il proprio corpo in situazioni di volo o di rotazione semplice. Utilizzare il corpo e la mimica per esprimere stati d'animo, emozioni o per rappresentare elementi della realtà in contesti di gioco-teatro o espressivi.	Padroneggiare schemi motori complessi e combinati, rielaborandoli autonomamente per rispondere a situazioni impreviste nel gioco. Riconoscere la destra e la sinistra in modo speculare sullo spazio e sugli altri, applicando questa competenza in strategie di gioco di squadra. Autoregolare l'intensità del proprio sforzo fisico, mostrando consapevolezza dei propri limiti e delle proprie potenzialità motorie. Utilizzare consapevolmente il linguaggio del corpo come strumento di comunicazione efficace all'interno del gruppo.
2. MODALITÀ ESECUTIVE A DIFFERENTI PROPOSTE MOTORIE	Regolare il ritmo del proprio movimento (camminare, correre, saltare) in base a stimoli sonori o indicazioni verbali esterne. Adattare le posture e le andature a compiti motori semplici stabiliti dall'insegnante. Modulare la forza e la direzione nei lanci e nelle ricezioni di piccoli oggetti in contesti statici o a bassa velocità.	Variare le modalità di esecuzione di uno schema motorio di base in base alle variazioni dello spazio d'azione o alla presenza di ostacoli. Adeguare la presa e il controllo di attrezzi diversi per peso, forma e dimensione (palle di diverse dimensioni, funi, coni) durante compiti di movimento. Sincronizzare il proprio movimento con quello di un compagno in compiti motori di coppia cooperativi.	Riorganizzare tempestivamente un'azione motoria in atto in base a un segnale improvviso o al mutare delle condizioni di gioco (es. cambi di direzione rapidi, arresti). Adeguare l'intensità e la precisione del gesto motorio in funzioni di obiettivi specifici. Coordinare e combinare più modalità esecutive all'interno di un percorso motorio complesso, rispettando vincoli di tempo e di spazio.	Adattare i propri schemi motori alle regole codificate di un gioco-sport o di un'attività di squadra, modificando il proprio comportamento in base al ruolo o alla situazione. Controllare e regolare i parametri esecutivi del proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche di equilibrio e volo, dimostrando percezione del proprio sforzo e del tono muscolare. Adeguare la fluidità e la qualità espressiva dei movimenti a una sequenza ritmica o a una coreografia collettiva.	Scegliere e applicare la modalità esecutiva più efficace e sicura per risolvere un problema motorio complesso o una situazione di gioco-sport, tenendo conto dell'azione degli avversari e dei compagni. Autocorreggere e rimodulare in tempo reale l'intensità, la velocità e la precisione del proprio gesto atletico o tecnico in base al feedback visivo o propriocettivo. Adeguare le proprie prestazioni motorie ai principi di tutela della salute e della sicurezza personale e altrui, gestendo le forze e i ritmi biologiciI.

3. ESPRESSIONE NELL'AMBITO MOTORIO VALORIZZANDO LE PROPRIE POTENZIALITÀ	Utilizzare il corpo e la mimica facciale per imitare andature di animali, personaggi o elementi della natura. Riconoscere e manifestare motorialmente le emozioni di base. Esplorare lo spazio circostante muovendosi in base a stimoli sonori semplici. Partecipare alle attività ludico-espressive senza timore del giudizio, scoprendo il piacere del movimento fine a se stesso.	Utilizzare il linguaggio non verbale per comunicare storie semplici, situazioni o stati d'animo. Muoversi in modo coordinato seguendo strutture ritmiche regolari e variazioni di intensità del suono. Controllare la propria postura e l'equilibrio in situazioni statiche e dinamiche espressive. Riconoscere le differenze motorie tra sé e i compagni come caratteristiche personali uniche.	Coordinare il movimento del corpo nello spazio in rapporto a riferimenti temporali e musicali più complessi. Utilizzare piccoli attrezzi (cerchi, nastri, palline) o oggetti di uso comune per arricchire le proprie capacità espressivo-comunicative. Rappresentare motorialmente concetti astratti, immagini o brevi sequenze narrative in contesti sia individuali che di gruppo. Identificare i propri punti di forza motori e usarli positivamente nelle attività proposte.	Decodificare e riprodurre semplici coreografie, sequenze di passi o danze tradizionali/espressive. Creare e improvvisare, insieme ai compagni, brevi sequenze motorie utilizzando codici espressivi condivisi. Modulare l'intensità e la qualità del movimento in base all'intenzione comunicativa. Mettere le proprie abilità motorie a disposizione del gruppo, valorizzando al contempo il potenziale espressivo dei compagni. .	Progettare, realizzare e presentare una sequenza motorio-espressiva complessa, integrandola eventualmente con altre forme d'arte. Utilizzare consapevolmente il linguaggio del corpo per trasmettere messaggi complessi, valori o tematiche socio-ambientali. Riconoscere i propri limiti motori e attivare strategie personali per superarli o compensarli, valorizzando al massimo il proprio potenziale. Valutare criticamente e con rispetto le produzioni espressive proprie e altrui, riconoscendo l'originalità e l'impegno.
4. CURA E RISPETTO DI SÉ, DEGLI ALTRI E DELL'AMBIENTE	Riconoscere e verbalizzare le principali sensazioni corporee legate allo sforzo fisico. Curare la propria igiene personale di base dopo l'attività motoria. Riconoscere la presenza dei compagni nello spazio di gioco e muoversi evitando scontri e contatti violenti. Rispettare le indicazioni dell'insegnante e le regole di base dei giochi proposti. Comprendere che la palestra e i piccoli attrezzi (cerchi, palline, palla medica leggera) sono beni comuni; riporli correttamente a fine lezione secondo le indicazioni.	Consolidare le abitudini di cura del sé . Saper dosare le proprie energie in base ai giochi di movimento proposti. Ascoltare e accettare i compagni durante i giochi di coppia o di piccolo gruppo, senza esclusioni. Accettare il risultato di un gioco senza eccessi emotivi. Utilizzare i grandi attrezzi in modo sicuro per sé e per gli altri. Mantenere lo spazio della palestra pulito e ordinato.	Sviluppare consapevolezza dei propri limiti e delle proprie potenzialità motorie, affrontando le difficoltà con spirito di miglioramento e senza frustrazione. Collaborare attivamente all'interno di una squadra, aiutando il compagno in difficoltà evitando atteggiamenti di superiorità o di derisione e valorizzando le diversità di ciascuno nel gioco. Assumere la responsabilità della cura del materiale didattico e adottare comportamenti orientati alla sostenibilità durante le attività motorie svolte in ambienti naturali o all'aperto.	Riconoscere l'importanza del riscaldamento e della corretta esecuzione dei movimenti per prevenire infortuni. Saper autovalutare il proprio livello di fatica e il proprio impegno. Applicare spontaneamente i principi del <i>fair play</i>: stringere la mano all'avversario, non contestare l'arbitro o i compagni che svolgono quel ruolo, ammettere il proprio fallo. Includere attivamente i compagni con diverse abilità nei giochi di squadra. Organizzare autonomamente, in piccoli gruppi, il set-up e il riordino dello spazio di gioco. Rispettare rigorosamente le norme di sicurezza dei locali e delle attrezzature.	Adottare stabilmente stili di vita sani e attivi, comprendendo il valore del movimento per il benessere psicofisico globale gestendo in autonomia la propria routine di igiene e preparazione pre/post attività. Assumere ruoli di responsabilità all'interno del gruppo, esercitando una leadership positiva, inclusiva e non autoritaria, risolvendo i conflitti di gioco attraverso il dialogo e la mediazione e rifiutando ogni forma di violenza verbale o fisica. Promuovere e praticare la tutela dell'ambiente sia in palestra sia durante le uscite sul territorio. Comprendere l'impatto dei propri comportamenti sullo spazio comune e farsi promotori di buone pratiche di sostenibilità all'interno della scuola.

5. RISPETTO DEI CRITERI DI BASE DI SICUREZZA	Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Dimostrare un atteggiamento adeguato nel rispetto di criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Controllare il proprio corpo in movimento in rapporto alla posizione e alla traiettoria dei compagni, dimostrando di saper frenare, curvare o arrestarsi tempestivamente Trovare errori nell'utilizzo improprio di attrezzi e spazi.	Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Dimostrare un atteggiamento adeguato nel rispetto di criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Trovare errori nell'utilizzo improprio di attrezzi e spazi.	Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Dimostrare un atteggiamento adeguato nel rispetto di criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Utilizzare un corretto regime alimentare unito all'esercizio fisico per realizzare un sano stile di vita. Trovare errori nell'utilizzo improprio di attrezzi e spazi	Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Dimostrare un atteggiamento adeguato nel rispetto di criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Utilizzare un corretto regime alimentare unito all'esercizio fisico per realizzare un sano stile di vita. Trovare errori nell'utilizzo improprio di attrezzi e spazi.	Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature. Dimostrare un atteggiamento adeguato nel rispetto di criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Utilizzare un corretto regime alimentare unito all'esercizio fisico per realizzare un sano stile di vita. Trovare errori nell'utilizzo improprio di attrezzi e spazi.
6. DIMENSIONE SOCIALE	Accettare la presenza dei compagni nel proprio spazio di gioco senza mostrare atteggiamenti di rifiuto o di esclusione. Condividere i piccoli attrezzi e gli spazi di gioco rispettando i turni stabiliti dall'insegnante. Saper esprimere le proprie emozioni legate alla vittoria o alla sconfitta in forma verbale o corporea, senza aggredire verbalmente o fisicamente i compagni. Sospendere il gioco e mettersi in ascolto quando l'insegnante o un compagno prendono la parola.	Coordinare i propri movimenti con quelli di un compagno per svolgere un compito motorio semplice. Comprendere il significato di una regola semplice in un gioco di movimento e impegnarsi a rispettarla durante lo svolgimento del gioco. Aiutare spontaneamente il compagno in difficoltà durante un percorso motorio o un gioco a tappe. Accettare le decisioni dell'adulto (o dell'arbitro del gioco) in caso di disaccordo, senza interrompere l'attività.	Inserirsi positivamente in un piccolo gruppo di lavoro o in una squadra, collaborando attivamente anche con compagni non scelti da sé. Riconoscere e rispettare le diverse abilità motorie dei compagni, evitando commenti dispregiativi e favorendo la partecipazione di tutti. Saper svolgere ruoli diversi all'interno di un gioco (es. chi insegue, chi scappa, chi fa il caposquadra) accettando le responsabilità che il ruolo comporta. Salutare la squadra avversaria prima e dopo un gioco, stringendo la mano o condividendo un momento di festa comune.	Collaborare alla costruzione di una semplice strategia di gioco con i compagni per raggiungere un obiettivo comune . Rispettare i regolamenti dei giochi pre-sportivi proposti, anche quando l'insegnante non sta guardando direttamente (onestà nel gioco). Risolvere in modo verbale e pacifico i piccoli contrasti che possono sorgere all'interno della squadra durante l'azione di gioco. Incoraggiare i compagni della propria squadra, soprattutto dopo un errore, comprendendo l'impatto del supporto emotivo sulla prestazione del gruppo.	Proporre varianti o modifiche a un gioco di movimento affinché tutti i compagni, comprese le eventuali fragilità o disabilità presenti in classe, possano partecipare attivamente e con soddisfazione. Riconoscere il valore del Fair Play non solo come rispetto formale delle regole, ma come stile di relazione basato sulla lealtà e sul rispetto dell'avversario. Saper analizzare l'andamento di un gioco di squadra, evidenziando i punti di forza e le aree di miglioramento del gruppo senza colpevolizzare i singoli individui. Adottare comportamenti responsabili durante le attività di movimento per preservare la propria incolumità e quella dei compagni, dimostrando cura e rispetto per il benessere dell'altro.
7. DIMENSIONE EMOTIVO-RELAZIONALE	Riconoscere e mimare con il corpo le emozioni primarie (rabbia, paura, gioia, tristezza) attraverso giochi di drammatizzazione motoria. Accettare il contatto fisico con i compagni in contesti di gioco guidato, rispettando lo spazio personale altrui. Rispettare le pochissime e semplici regole dei giochi di movimento proposti (es. fermarsi al "visto", congelarsi al fermarsi della musica).	Controllare le proprie reazioni emotive (es. l'impazienza) durante i tempi di attesa nei giochi a turni o a staffetta. Esprimere verbalmente e corporalmente il proprio stato d'animo dopo una prestazione motoria (es. "sono felice perché ci sono riuscito", "sono frustrato"). Collaborare con un compagno per raggiungere un obiettivo motorio comune (es. trasportare un oggetto in coppia senza farlo cadere).	Accettare la sconfitta in un gioco strutturato senza reazioni aggressive verso i compagni o gli oggetti. Riconoscere il valore del compagno di squadra, evitando dinamiche di esclusione nei confronti di chi ha abilità motorie diverse. Risolvere piccoli conflitti nati durante il gioco attraverso il dialogo o l'aiuto dell'insegnante, senza interrompere definitivamente l'attività.	Sperimentare e rispettare ruoli diversi nel gioco, comprendendone l'importanza per la riuscita dell'attività. Sviluppare atteggiamenti di fiducia verso i compagni in esercizi di cooperazione e sicurezza (es. giochi di orientamento o di fiducia in coppia). Sostenere e incoraggiare i compagni di squadra in difficoltà, valorizzando l'impegno collettivo rispetto al successo del singolo.	Applicare spontaneamente il principio del <i>Fair Play</i>., ammettendo un proprio fallo o stringendo la mano agli avversari a fine partita. Valutare in modo critico e costruttivo la propria prestazione e quella della squadra, distinguendo tra l'errore tecnico e il valore della persona. Autoregolarsi in situazioni di forte pressione emotiva o agonistica, mantenendo un comportamento rispettoso delle regole, degli avversari e degli arbitri.