

CURRICULUM VERTICALE DI CORPO E MOVIMENTO
nella SCUOLA DELL'INFANZIA

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p><i>C. e M. 1 Il bambino raggiunge una buona autonomia personale nell'alimentarsi e nel vestirsi, riconosce i segnali del corpo, sa cosa fa bene e che cosa fa male, conosce il proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e consegue pratiche corrette di una cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</i></p>	<p>a) Il corpo e le funzioni senso-percettive</p>	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Curare la propria persona b. Percepire i segnali del corpo <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Prendersi cura della propria persona b. Riconoscere e comunicare i segnali del proprio corpo <p>5 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Saper curare autonomamente la propria persona <p>Riconoscere i bisogni del proprio corpo</p>
<p><i>C. e M. 2 Prova piacere nel movimento e in diverse forme di attività e di destrezza quali correre, stare in equilibrio, coordinarsi in altri giochi individuali e di gruppo che richiedono l'uso di attrezzi e il rispetto di regole, all'interno della scuola e all'aperto.</i></p>	<p>b) Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo</p>	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Esplorare e conoscere con il corpo nuovi spazi <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Padroneggiare il proprio corpo nelle attività motorie <p>5 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Muoversi con destrezza nell'ambiente e nel gioco
<p><i>C. e M. 3 Controlla la forza del corpo, valuta il rischio, si coordina con gli altri.</i></p>	<p>c) Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Muoversi nello spazio in maniera adeguata <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Controllare l'intensità del movimento <p>5 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Controllare l'intensità del movimento nell'interazione con gli altri

<p><i>C. e M. 4 Esercita le potenzialità sensoriali, conoscitive, relazionali, ritmiche ed espressive del corpo.</i></p>	<p>d) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Esplorare lo spazio usando tutti i canali sensoriali b. Comunicare con il corpo <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Discriminare le proprietà senso-percettive degli ambienti e degli oggetti b. Esprimersi in modo guidato in base a suoni, rumori, musica ed indicazioni <p>5 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Discriminare e riconoscere le proprietà senso-percettive degli ambienti e degli oggetti <p>Esprimersi spontaneamente e in modo guidato, da soli e in gruppo, in base a suoni, rumori, musica ed indicazioni</p>
<p><i>C. e M. 5 Conoscere le diverse parti del corpo e rappresenta il corpo in stasi e in movimento</i></p>	<p>e) Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</p>	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Percepire e rappresentare globalmente il proprio corpo <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Percepire e rappresentare il proprio corpo e le sue parti <p>5 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Riconoscere e rappresentare il proprio corpo in posizione statica e dinamica

**CURRICOLO VERTICALE DI CORPO MOVIMENTO SPORT NELLA SCUOLA PRIMARIA
CLASSE PRIMA**

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
A L'ALUNNO SA ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO L'ASCOLTO E L'OSSERVAZIONE DEL PROPRIO CORPO, COORDINANDO E CONTROLLANDO I MOVIMENTI.	a) Il corpo e le funzioni senso-percettive A₁ Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente sia nella loro globalità, sia nella loro articolazione segmentaria.	1.Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente sia nella loro globalità, sia nella loro articolazione segmentaria. 2.Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche).
B L'ALUNNO ACQUISISCE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI, SAPENDOSI ADATTARE ALLE VARIABILI SPAZIALI E TEMPORALI.	b) Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo B₁ Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc...).	1.Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc. 2. Eseguire movimenti con il corpo per esercitare la lateralizzazione).
C L'ALUNNO COMUNICA ED ESPRIME I PROPRI STATI D'ANIMO ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMICO MUSICALI.		1.Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni
D L'ALUNNO PARTECIPA IN MANIERA POSITIVA ALLE ATTIVITÀ COLLETTIVE, RISPETTANDO LE REGOLE DI GIOCHI ORGANIZZATI ANCHE IN FORMA DI GARA. ACQUISISCE LA CAPACITÀ DI RISPETTARE L'ALTRO, DI ASSUMERSI RESPONSABILITÀ NEI CONFRONTI DELLE PROPRIE AZIONI E DI IMPEGNARSI PER IL BENE COMUNE.	d) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Organizzare e realizzare giochi singoli e in squadra	1.Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole. 2.Conoscere e applicare modalità di esecuzione di attività presportive individuali e di squadra
E L'ALUNNO RISPETTA ALCUNI CRITERI DI SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI, SA RICONOSCERE ALCUNI ESSENZIALI PRINCIPI RELATIVI ALI PROPRIO BENESSERE PSICOFISICO LEGATI ALLA CURA DEL PROPRIO CORPO E AD UN CORRETTO REGIME ALIMENTARE.	E₁ Percepire “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.	1.Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 2.Percepire e “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico motoria.

**CURRICOLO VERTICALE DI CORPO MOVIMENTO SPORT NELLA SCUOLA PRIMARIA
CLASSE SECONDA**

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p>A L'ALUNNO SA ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO L'ASCOLTO E L'OSSERVAZIONE DEL PROPRIO CORPO, COORDINANDO E CONTROLLANDO I MOVIMENTI.</p>	<p>a) Il corpo e le funzioni senso-percettive</p> <p>A₂ Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche).</p>	<p>1.Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra di loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, rotolare, arrampicarsi). 2.Controllare e gestire le condizioni di equilibrio staticodinamico del proprio corpo.</p>
<p>B L'ALUNNO ACQUISISCE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI, SAPENDOSI ADATTARE ALLE VARIABILI SPAZIALI E TEMPORALI.</p>		<p>1.Controllare e gestire le condizioni di equilibrio staticodinamico del proprio corpo.</p>
<p>C L'ALUNNO COMUNICA ED ESPRIME I PROPRI STATI D'ANIMO ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMICO MUSICALI.</p>	<p>c) Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>C₁ Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni.</p>	<p>1.Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p>
<p>D L'ALUNNO PARTECIPA IN MANIERA POSITIVA ALLE ATTIVITÀ COLLETTIVE, RISPETTANDO LE REGOLE DI GIOCHI ORGANIZZATI ANCHE IN FORMA DI GARA. ACQUISISCE LA CAPACITÀ DI RISPETTARE L'ALTRO, DI ASSUMERSI RESPONSABILITÀ NEI CONFRONTI DELLE PROPRIE AZIONI E DI IMPEGNARSI PER IL BENE COMUNE.</p>	<p>d) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Organizzare e realizzare giochi singoli, a coppia e in squadra</p>	<p>1.Partecipare attivamente al gioco rispettando indicazioni e regole</p>

<p>E L'ALUNNO RISPETTA ALCUNI CRITERI DI SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI, SA RICONOSCERE ALCUNI ESSENZIALI PRINCIPI RELATIVI ALI PROPRIO BENESSERE PSICOFISICO LEGATI ALLA CURA DEL PROPRIO CORPO E AD UN CORRETTO REGIME ALIMENTARE.</p>	<p>E₁ Percepire “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.</p>	<p>1 Riconoscere il modo corretto per “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico motoria.</p>
---	---	--

**CURRICOLO VERTICALE DI CORPO MOVIMENTO SPORT NELLA SCUOLA PRIMARIA
CLASSE TERZA**

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p>A L'ALUNNO SA ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO L'ASCOLTO E L'OSSERVAZIONE DEL PROPRIO CORPO, COORDINANDO E CONTROLLANDO I MOVIMENTI.</p>	<p>a) Il corpo e le funzioni senso-percettive</p> <p>A₂ Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche).</p>	<p>1. Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</p>
<p>B L'ALUNNO ACQUISISCE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI, SAPENDOSI ADATTARE ALLE VARIABILI SPAZIALI E TEMPORALI.</p>	<p>b) Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo</p> <p>B₂ Eseguire movimenti con il corpo per esercitare la lateralizzazione.</p>	<p>1. organizzare e gestire l’orientamento del corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione, reversibilità) e a strutture ritmiche.</p>
<p>C L'ALUNNO COMUNICA ED ESPRIME I PROPRI STATI D'ANIMO ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMICO MUSICALI.</p>	<p>c) Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <p>C₁ Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni.</p>	<p>1. Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d’animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme di drammatizzazione edella danza. 2. Essere in grado di assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive</p>

<p>D L'ALUNNO PARTECIPA IN MANIERA POSITIVA ALLE ATTIVITÀ COLLETTIVE, RISPETTANDO LE REGOLE DI GIOCHI ORGANIZZATI ANCHE IN FORMA DI GARA. ACQUISISCE LA CAPACITÀ DI RISPETTARE L'ALTRO, DI ASSUMERSI RESPONSABILITÀ NEI CONFRONTI DELLE PROPRIE AZIONI E DI IMPEGNARSI PER IL BENE COMUNE.</p>	<p>d) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Organizzare e realizzare giochi singoli, a coppia e in squadra secondo regole e punteggi da seguire</p>	<p>1.Cooperare ed interagire positivamente con gli altri. 2.Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 3.Eseguire numerosi giochi assumendo un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti.</p>
<p>E L'ALUNNO RISPETTA ALCUNI CRITERI DI SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI, SA RICONOSCERE ALCUNI ESSENZIALI PRINCIPI RELATIVI ALI PROPRIO BENESSERE PSICOFISICO LEGATI ALLA CURA DEL PROPRIO CORPO E AD UN CORRETTO REGIME ALIMENTARE.</p>	<p>E₁ Percepire “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. E₂ Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p>	<p>1Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività ludico-motorie e pre-sportive.</p>

**CURRICOLO VERTICALE DI CORPO MOVIMENTO SPORT NELLA SCUOLA PRIMARIA
CLASSE QUARTA**

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p>A L'ALUNNO SA ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO L'ASCOLTO E L'OSSERVAZIONE DEL PROPRIO CORPO, COORDINANDO E CONTROLLANDO I MOVIMENTI.</p>	<p>a) Il corpo e le funzioni senso-percettive</p> <p>A₂ Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche).</p>	<p>1.Eseguire l’attività motoria controllando il proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria e muscolare.</p>
<p>B L'ALUNNO ACQUISISCE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI, SAPENDOSI ADATTARE ALLE VARIABILI SPAZIALI E TEMPORALI.</p>	<p>b) Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo</p> <p>B₂ Eseguire movimenti con il corpo per esercitare la lateralizzazione.</p>	<p>1.Eseguire esercizi e coordinare vari schemi di movimento in simultaneità e successione</p>

<p>C L'ALUNNO COMUNICA ED ESPRIME I PROPRI STATI D'ANIMO ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMICO MUSICALI.</p>	<p>c) Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva C₁ Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni.</p>	<p>1. Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p>
<p>D L'ALUNNO PARTECIPA IN MANIERA POSITIVA ALLE ATTIVITÀ COLLETTIVE, RISPETTANDO LE REGOLE DI GIOCHI ORGANIZZATI ANCHE IN FORMA DI GARA. ACQUISISCE LA CAPACITÀ DI RISPETTARE L'ALTRO, DI ASSUMERSI RESPONSABILITÀ NEI CONFRONTI DELLE PROPRIE AZIONI E DI IMPEGNARSI PER IL BENE COMUNE.</p>	<p>d) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Organizzare e realizzare giochi singoli, a coppia e in squadra secondo regole e punteggi da seguire</p>	<p>1. Partecipare attivamente al gioco rispettando indicazioni e regole.</p>
<p>E L'ALUNNO RISPETTA ALCUNI CRITERI DI SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI, SA RICONOSCERE ALCUNI ESSENZIALI PRINCIPI RELATIVI ALI PROPRIO BENESSERE PSICOFISICO LEGATI ALLA CURA DEL PROPRIO CORPO E AD UN CORRETTO REGIME ALIMENTARE.</p>	<p>E₁ Percepire “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. E₂ Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p>	<p>1. Eseguire l’attività motoria controllando il proprio corpo nella sua funzionalità cardiorespiratoria e muscolare 2. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. 3. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici</p>

**CURRICOLO VERTICALE DI CORPO MOVIMENTO SPORT NELLA SCUOLA PRIMARIA
 CLASSE QUINTA**

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
<p>A L'ALUNNO SA ACQUISIRE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO L'ASCOLTO E L'OSSERVAZIONE DEL PROPRIO CORPO, COORDINANDO E CONTROLLANDO I MOVIMENTI.</p>	<p>a) Il corpo e le funzioni senso-percettive A₂ Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli</p>	<p>1. Organizzare attività motorie e coordinare vari schemi di movimento in simultaneità</p>

	organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche).	
B L'ALUNNO ACQUISISCE CONSAPEVOLEZZA DI SÉ ATTRAVERSO LA PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI E POSTURALI, SAPENDOSI ADATTARE ALLE VARIABILI SPAZIALI E TEMPORALI.	b) Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo B₂ Eseguire movimenti con il corpo per esercitare la lateralizzazione.	1. Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione . 2. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri..
C L'ALUNNO COMUNICA ED ESPRIME I PROPRI STATI D'ANIMO ATTRAVERSO LA DRAMMATIZZAZIONE E LE ESPERIENZE RITMICO MUSICALI.	c) Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva C₁ Utilizzare il corpo e il movimento per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni.	1. Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento utilizzando band musicali o strutture ritmiche
D L'ALUNNO PARTECIPA IN MANIERA POSITIVA ALLE ATTIVITÀ COLLETTIVE, RISPETTANDO LE REGOLE DI GIOCHI ORGANIZZATI ANCHE IN FORMA DI GARA. ACQUISISCE LA CAPACITÀ DI RISPETTARE L'ALTRO, DI ASSUMERSI RESPONSABILITÀ NEI CONFRONTI DELLE PROPRIE AZIONI E DI IMPEGNARSI PER IL BENE COMUNE.	d) Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Organizzare e realizzare giochi singoli, a coppia e in squadra secondo regole e punteggi da seguire	1. Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando indicazioni e regole, accettando la diversità, manifestando senso di responsabilità .
E L'ALUNNO RISPETTA ALCUNI CRITERI DI SICUREZZA PER SÉ E PER GLI ALTRI, SA RICONOSCERE ALCUNI ESSENZIALI PRINCIPI RELATIVI ALI PROPRIO BENESSERE PSICOFISICO LEGATI ALLA CURA DEL PROPRIO CORPO E AD UN CORRETTO REGIME ALIMENTARE.	E₁ Percepire “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. E₂ Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.	1. Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita 2. Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici

CURRICOLO VERTICALE di SCIENZE MOTORIE

per la SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO

TRAGUARDI	OBIETTIVI	CONTENUTI
	CLASSE PRIMA	
1.Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione (reazione motoria-orientamento)	1.Consolidamento delle capacità coordinative: -accoppiamento e combinazione dei movimenti -differenziazione dei movimenti	1.Esercizi di motricità fine e globale 2.Movimento-percorso per trasportare oggetti e attrezzi su comando 3.Esercizi di deambulazione con ostacoli determinati
2.Utilizzare consapevolmente piani di lavoro razionali per l'incremento delle capacità condizionali	-equilibrio -ritmo 2.Livello di sviluppo e tecniche di miglioramento delle capacità condizionali: -forza: modulare e distribuire il carico motorio secondo i corrispettivi parametri fisiologici e rispettare le pause di recupero -rapidità: resistenza-mobilità 3.Presa di coscienza del proprio stato di efficienza fisica	4.movimento percorso con ritmo dettato dall'insegnante
	CLASSE SECONDA	
1.Utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione (reazione motoria-orientamento)	1.Rapporto tra prontezza di riflessi e una situazione di benessere fisico: -partecipare attivamente ai giochi sportivi collaborando con gli altri, accettando la sconfitta	1.Esercizi di coordinazione spazio-temporale con piccoli attrezzi 2.Giochi individuali e di coppia con e senza piccoli attrezzi
2.Utilizzare consapevolmente piani di lavoro razionali per l'incremento delle capacità condizionali	2.Efetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie: -applicare i principi metodologici di allenamento funzionali al mantenimento di uno stato di salute ottimale	3.Movimenti di resistenza con percezione del proprio ritmo cardiaco 4.Esercizi di respirazione toracica e diaframmatica

CLASSE TERZA

3.Riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico-alimentazione-benessere

4.Mettere in atto comportamenti corretti e acquisire la capacità di rispettare l'altro e di assumersi responsabilità

5.Utilizzare le abilità apprese in situazioni ambientali diverse in contesti problematici, non solo in ambito sportivo

1.Fase di sviluppo della disponibilità variabile:
-organizzare attività motorie e coordinare vari schemi di movimento in simultaneità e successione

2.Fantasia motoria

3.Rapporto tra l'attività fisica e i cambiamenti fisici e psicologici tipici della pre-adolescenza:
-mettere in atto nel gioco e nella vita comportamenti equilibrati da punto di vista fisico

1.Esercizi di conoscenza della nuova fase

2.Esercizi a coppia e di gruppo per orientarsi nello spazio e nel tempo

3.Esercizi giochi di squadra con regole specifiche

4.Esercizi giochi di squadra con regole

5.Esercizi per la percezione della propria energia corporea