

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

| CONDIVISIONI | SCUOLA PRIMARIA | SCUOLA SECONDARIA |
|---|---|--|
| Finalità | <ul style="list-style-type: none"> • Consapevolezza di sé (limiti e potenzialità) e del proprio fisico). • Linguaggio corporeo come espressione e controllo . • Competenze di gioco-sport. • Rispetto dei criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. • Benessere psico-fisico e acquisizione di uno stile di vita corretto. | |
| Competenze trasversali | <ul style="list-style-type: none"> • Uso del corpo in funzione espressiva (danza, ritmo, musica..) • Conoscenza e rispetto delle regole del vivere comune. • Lavoro di gruppo | |
| Aspetti essenziali | <ul style="list-style-type: none"> • Consolidamento degli schemi motori di base • Espressione corporea • Autocontrollo della gestualità . | |
| Indicazioni metodologiche | <ul style="list-style-type: none"> • Alunno protagonista • Progressione delle competenze motorie • Forte coinvolgimento motivazionale | |
| TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE DALLE INDICAZIONI | DECLINAZIONE PER CLASSE – SCUOLA PRIMARIA | |
| <p>→ L'alunno 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.</p> <p>→ 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</p> | <p>Classe prima</p> <p>1 – L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo.</p> <p>2- Riconosce le principali parti del corpo e le rappresenta graficamente.</p> <p>3 – Utilizza il linguaggio corporeo per esprimere i propri stati d'animo in forma elementare.</p> <p>4 - Partecipa a giochi di imitazione/immaginazione collettivamente.</p> <p>5 – Comprende semplici regole e le rispetta.</p> <p>6 - Riconosce e utilizza semplici attrezzi.</p> <p>7 – Avere cura e riconoscere il proprio materiale (scarpe e maglietta...)</p> | <p><u>DISPOSIZIONI DELLA MENTE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Persistere - Gestire l'impulsività - Assumere rischi responsabili - Rimanere aperti ad un apprendimento continuo - Impegnarsi per l'accuratezza |

| | | |
|---|---|--|
| <p>coreutiche.</p> <p>→ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>gioco sport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>→ Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>→ 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.</p> <p>→ Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.</p> <p>→ Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle..</p> | <p>Classe seconda</p> <p>1 – L'alunno consolida la consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo .</p> <p>2 – Riconosce le principali parti del corpo su se stesso e sugli altri con sicurezza.</p> <p>3 – Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per esprimere i propri stati d'animo</p> <p>4 – Partecipa a giochi di gruppo tradizionali.</p> <p>5 – Comprende e rispetta semplici regole di gioco.</p> <p>6 – Utilizza in modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>7 – Utilizza semplici regole di base della pulizia e dell'igiene personale.</p> <p>Classe terza</p> <p>1 – L'alunno rinforza la consapevolezza di sé attraverso la padronanza degli schemi motori di base.</p> <p>2 – Coordina diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.)</p> <p>3 - Utilizza in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi e comunicare.</p> <p>4 – Partecipa a giochi organizzati sottoforma di gare/squadre.</p> <p>5 – Riconosce il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> <p>6 – Riconosce ed utilizza in modo appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>7 – Applica le regole base della pulizia e dell'igiene personale</p> <p>Classe quarta</p> <p>1 – L'alunno rinforza la consapevolezza di sé attraverso la padronanza degli schemi motori posturali di base.</p> <p>2 – Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>3 - Utilizza in forma originale modalità espressive differenti.</p> <p>4 – Partecipa a giochi sportivi individuali e di squadra.</p> <p>5 – Rispetta le regole dei giochi sportivi praticati.</p> <p>6 – Riconosce ed utilizza in modo corretto e appropriato attrezzi sempre più complessi e spazi di attività.</p> <p>7 – E' consapevole dei pericoli che si possono incontrare durante le attività e l'uso di materiali specifici.</p> | <p><u>COMPETENZE EUROPEE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Imparare a imparare - Competenze sociali e civiche: - Consapevolezza ed espressione culturale |
|---|---|--|

| | | |
|--|--|--|
| | <p>Classe quinta</p> <p>1 – L'alunno rinforza la consapevolezza di sé attraverso la padronanza degli schemi motori posturali di base.</p> <p>2 – Organizza condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento.</p> <p>3 - Elabora sequenze di movimento utilizzando basi musicali o strutture ritmiche.</p> <p>4 – Partecipa attivamente ai giochi sportivi individuali e di squadra.</p> <p>5 – Rispetta le regole dei giochi sportivi praticati, svolgendo un ruolo attivo e leale.</p> <p>6 – Riconosce ed utilizza in modo corretto e responsabile attrezzi sempre più complessi e spazi di attività.</p> <p>7 – Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni.</p> | |
|--|--|--|

EDUCAZIONE FISICA - SCUOLA PRIMARIA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | | |
|--|--|---|
| Classe prima- primaria | Classe seconda- primaria | Classe terza- primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare/lanciare/afferrare). - Collocarsi in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o oggetti. - Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità. | <ul style="list-style-type: none"> - Coordinare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). - Controllare le condizioni di equilibrio del proprio corpo. - Variare gli schemi motori in funzione di parametri spazio-temporali. - Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo. | <ul style="list-style-type: none"> - Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). - Controllare e gestire le condizioni di equilibrio del proprio corpo. - Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità). - Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. |

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | |
|--|--|
| Classe quarta – primaria | Classe quinta – primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Organizzare condotte motorie coordinando vari schemi di movimento. - Riconoscere traiettorie, distanze, successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio . | <ul style="list-style-type: none"> - Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento. - Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio. |

EDUCAZIONE FISICA - SCUOLA PRIMARIA

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | | |
|--|---|--|
| Classe prima- primaria | Classe seconda- primaria | Classe terza- primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo personale il corpo per esprimere e comunicare stati emozionali - Utilizzare il linguaggio dei gesti. | <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo personale il corpo ed il movimento per esprimersi. - Sviluppare modalità espressive che utilizzino il linguaggio del corpo. | <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo personale il corpo ed il movimento per esprimersi e comunicare . - Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare. |

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | |
|---|--|
| Classe quarta – primaria | Classe quinta – primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in forma originale modalità espressive differenti per trasmettere contenuti emozionali attraverso gesti e movimento, occupando lo spazio in modo organico anche in riferimento ai compagni . - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento, utilizzando la musica e strutture ritmiche | <ul style="list-style-type: none"> - Elaborare sequenze di movimento utilizzando basi musicali o strutture ritmiche. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento, utilizzando la musica e strutture ritmiche, sia individualmente che in gruppo con finalità espressive e comunicative. |

EDUCAZIONE FISICA - SCUOLA PRIMARIA Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | | |
|---|---|--|
| Classe prima- primaria | Classe seconda- primaria | Classe terza- primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Partecipare a giochi d'imitazione/immaginazione collettivamente. - Giocare rispettando indicazioni. - Riconoscere modalità corrette di esecuzione nei giochi di movimento. - Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo. | <ul style="list-style-type: none"> - Partecipare a giochi tradizionali collettivamente. - Rispettare le regole dei giochi. - Riconoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento . - Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo. | <ul style="list-style-type: none"> - Partecipare a giochi organizzati sottoforma di gare/squadre. - Riconoscere il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. - Sperimenta l'importanza della cooperazione nel gioco di squadra. - Riconoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi individuali e di squadra. - Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti e quegli altrui. |

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | |
|--|---|
| Classe quarta – primaria | Classe quinta – primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Partecipare a giochi sportivi individuali e di squadra. - Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati. - Collaborare all'interno delle varie occasioni di gioco. - Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dall'esperienza personale applicandone indicazioni e regole. | <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere e applicare i principali elementi che costituiscono e regolano alcune discipline sportive. - Svolgere un ruolo attivo, significativo e leale nelle attività di gioco sport individuale e di squadra. - Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, rispettando le regole. |

EDUCAZIONE FISICA - SCUOLA PRIMARIA

Salute, benessere, prevenzione e sicurezza

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | | |
|---|---|--|
| Classe prima- primaria | Classe seconda- primaria | Classe terza- primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere e utilizzare semplici attrezzi e gli spazi di attività. - Aver cura e riconoscere del proprio materiale (scarpe, magliette ...) - Utilizzare semplici regole di base della pulizia e dell'igiene personale. | <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere ed utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività. - Aver cura del proprio materiale (scarpe, magliette ...) - Applicare le regole base della pulizia e dell'igiene personale. - Percepire le sensazioni di benessere che il movimento può esercitare sul proprio corpo. | <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Percepire e riconosce le sensazioni di benessere che le attività ludico-motorie possono esercitare su di sé. |

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | |
|---|---|
| Classe quarta- primaria | Classe quinta- primaria |
| <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato attrezzi sempre più complessi e gli spazi di attività. - Partecipare alle attività di gioco sport individuale e di squadra organizzate anche in forma di gara, svolgendo un ruolo attivo di collaborazione con gli altri - Essere consapevole dei pericoli che si possono incontrare durante le attività e l'uso di specifici materiali. | <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere ed utilizzare in modo corretto e responsabile attrezzi sempre più complessi e gli spazi di attività. - Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Interiorizzare i principi fondamentali per una sana ed equilibrata alimentazione. |

| TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE DALLE INDICAZIONI | EDUCAZIONE FISICA DECLINAZIONE PER CLASSE – SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO I.C. CORTE FRANCA | |
|---|--|--|
| <p>→ L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>→ Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p> <p>→ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>→ Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>→ Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>→ È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p> | <p>Classe prima media</p> <p>Utilizza e controlla il proprio corpo sia nei movimenti segmentari che globali.</p> <p>Riconosce e valuta traiettorie distanze e direzioni.</p> <p>Utilizza e applica le regole del gioco controllando le proprie emozioni.</p> <p>Riconosce i cambiamenti fisici legati allo sforzo e utilizza la pratica sportiva per un vivere sano.</p> <p>Utilizza consapevolmente e con sicurezza gli attrezzi .</p> <p>Partecipa e collabora con i compagni e l’insegnante.</p> | <p><u>DISPOSIZIONI DELLA MENTE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestire l’impulsività. • Pensare in modo flessibile. • Applicare le conoscenze pregresse a nuove situazioni. • Assumere rischi responsabili. • Avere il senso dell’umorismo. • Rimanere aperti ad un apprendimento continuo. <p><u>COMPETENZE EUROPEE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Imparare ad imparare. • Competenze sociali e civiche. • Consapevolezza ed espressione culturale |
| | <p>Classe seconda</p> <p>Utilizza e controlla le proprie abilità motorie nelle diverse attività sportive per il raggiungimento di un fine stabilito.</p> <p>Riconosce e valuta traiettorie, distanze e direzioni anche in situazioni complesse.</p> <p>Conosce e utilizza le regole degli sport praticati; collabora per il raggiungimento di un fine comune.</p> <p>Utilizza comportamenti appropriati per garantire la sicurezza personale e dei compagni.</p> <p>Nella pratica delle attività motorie, conosce e applica i concetti di fair play.</p> <p>Utilizza metodologie di lavoro che migliorano l’efficienza personale e il proprio stile di vita.</p> <p>Partecipa e collabora in modo responsabile</p> | |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>Classi terze Utilizza e controlla le capacità motorie specifiche in situazioni anche inusuali. Riconosce e valuta con sicurezza traiettorie, distanze e direzioni anche in situazioni complesse. Riconosce, condivide e rispetta le regole di gruppo e di gioco. Gestisce con autocontrollo le situazioni competitive. Utilizza le conoscenze tecniche e delle regole di gioco per elaborare strategie di gruppo/squadra e/o per migliorare e mantenere la propria efficienza fisica. Assume le proprie responsabilità e l'autocontrollo sia in contesti sportivi che non sportivi.</p> | |
|--|--|--|

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | | |
|---|---|--|
| CLASSE PRIMA | CLASSE SECONDA | CLASSE TERZA |
| <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare il proprio corpo migliorando la coordinazione segmentaria sia statica che dinamica; - Prendere coscienza dello schema corporeo al fine di un miglioramento posturale; - Acquisire coordinazione oculo-manuale e spazio temporale per l'approccio alle attività ludico sportive | <ul style="list-style-type: none"> - Applicare e perfezionare gli schemi motori legati alla variabilità situazionale nella pratica ludica e sportiva. - Migliorare la percezione spazio-temporale e la coordinazione oculo-manuale per rendere efficace l'azione nelle attività ludiche e sportive. | <ul style="list-style-type: none"> - Applicare in modo strategico ed efficace il gesto motorio nelle attività ludiche e sportive - Gestire, progettare e valutare l'efficacia delle varie azioni motorie in ambito sportivo controllando spazio e tempo in modo efficace |

| | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Sperimentare in varie situazioni ludico-sportive le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto | | |
|--|--|--|

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO ANNUALI | | |
|--|--|---|
| CLASSE PRIMA | CLASSE SECONDA | CLASSE TERZA |
| <ul style="list-style-type: none"> - Decodificare e imitare gesti tecnici sportivi e non sportivi in modo corretto - Utilizzare il linguaggio corporeo per interagire con gli altri. | <ul style="list-style-type: none"> - Assumere una propria autonomia gestuale in sequenze e prassie coordinative e sportive - Comprendere le strategie e i gesti dei compagni in situazioni ludico-sportive | <ul style="list-style-type: none"> - Saper applicare e padroneggiare la propria gestualità in sequenze motorie e nell'attività sportiva - Saper elaborare strategie di gioco sempre più complesse |

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO – ANNUALI | | |
|--|--|--|
| CLASSE PRIMA | CLASSE SECONDA | CLASSE TERZA |
| <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere le finalità dell'attività ludico sportiva praticata; - Sperimentare varie forme di cooperazione in giochi e staffette | <ul style="list-style-type: none"> - Gestire in maniera corretta le proprie capacità motorie mettendole a disposizione del gruppo o della squadra - Partecipare alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione. - Applicare correttamente il regolamento | <ul style="list-style-type: none"> - Consolidare e applicare le capacità coordinative adattandole alle esigenze delle varie attività motorie e sportive - Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottando nella squadra comportamenti collaborativi |

| | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> – Riconoscere giochi sportivi e partecipare alla loro realizzazione – Capire il senso della regola – Gestire il confronto e il rispetto dell'altro | <p>tecnico dei giochi sportivi.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Gestire in modo consapevole le fasi della competizione sportiva con autocontrollo e rispetto dell'altro. | <ul style="list-style-type: none"> – Applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro; – Gestire in modo consapevole gli eventi dell'attività ludico-sportiva interiorizzando un corretto fair play. |
|--|--|---|

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

| OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO – ANNUALI | | |
|---|--|--|
| CLASSE PRIMA | CLASSE SECONDA | CLASSE TERZA |
| <ul style="list-style-type: none"> – Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica. - Assumere comportamenti adeguati e orientati ad un rispetto della propria incolumità e di quella degli altri - Attraverso il miglioramento delle proprie capacità condizionali acquisire consapevolezza dei benefici dell'esercizio fisico su se stessi | <ul style="list-style-type: none"> – Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica a seguito di metodiche di allenamento e abitudini alimentari corrette. - Rispettare, nell'attività ludico sportiva, se stessi e gli altri; - Anteporre il benessere e la crescita del gruppo alla voglia di imporsi o di vincere ad ogni costo | <ul style="list-style-type: none"> – Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute (metodiche di allenamento, principi alimentari, ecc) in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza. - Saper gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di un sano stile di vita - Acquisire un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport al fine di costruire una mentalità sana, corretta e leale. |