



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca

Istituto Comprensivo Statale Clara Levi

Via Faidetti 2 – 24040 Bonate Sotto (BG)

Tel: 035 991066 Fax 035 991263

e-mail bgic82700r@istruzione.it - icbonate@libero.it

posta certificata bgic82700r@pec.istruzione.it

sito www.icbonatesotto.it

C.F. 91025970160

Istituto Comprensivo “Clara Levi” di Bonate Sotto

Scuole primarie e scuole secondarie di I grado di Bonate Sotto e Madone

CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA SECONDARIA CLASSE PRIMA

DECLINAZIONE DEI TRAGUARDI DI COMPETENZA E DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE TRASVERSALI ALLA DISCIPLINA (Consiglio europeo 22/05/2018)

Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare

Competenza in materia di cittadinanza

Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale

COMPETENZE MINISTERIALI CONSIDERATE

- L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
- Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a sani stili di vita e prevenzione.
- Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.

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

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|--|---|
| Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. | <p>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none">• Quanto sono completi i tuoi schemi motori di base? <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none">• Hai imparato ad utilizzare lo spogliatoio gestendo in modo corretto quanto serve alle tue lezioni?• Hai imparato a muoverti | <p>GLI SCHEMI MOTORI</p> <ul style="list-style-type: none">• Saltare• Rotolare• Lanciare• Ricevere• Arrampicare <p>LANCIO E PRESA AL VOLO</p> <ul style="list-style-type: none">• Lancio in frustata• Presa attiva |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>all'interno della scuola nei tempi e modi stabiliti e sai cominciare la lezione in modo adeguato?</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Presa passiva <p>LA PALLAMANO E LO SCHEMA CORPOREO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frustata • Tiro in volo • Passaggio |
|--|--|---|

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo – espressiva

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|--|---|
| Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo – espressiva | <p>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sei capace di attivare i sensi per accorgerti quanto accade dentro e fuori il tuo corpo? <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sai collaborare con chi ha meno capacità di te e sei disposto a lasciarti guidare per imparare ancor di più? | <p>I SENSI</p> <ul style="list-style-type: none"> • I nostri sensi alla prova • Conosciamo il nostro spazio d'azione |

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|---|---|
| Conoscere e applicare il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice. | <p>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanciando una palla, esegui correttamente il tiro con piedi a terra e in fase di volo? • Nella ricezione di palloni in volo, calcoli correttamente le traiettorie con presa finale sicura? <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nelle situazioni che ti coinvolgono fortemente a livello emotivo, sei attento nel non arrecare danni ad altri? | <p>LA PALLAMANO: IL GIOCO E IL SUO DINAMISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regolamento ufficiale • Regolamento funzionale • Attesa in avvio azione • Passaggi in fase di studio attacco • Smarcamento in zona tiro • Rientro ad azione conclusa |

| | | |
|--|--|---|
| <p>Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria, sia in caso di sconfitta.</p> | <p>COMPETENZA</p> <p>Nelle situazioni che ti coinvolgono fortemente a livello emotivo, sei attento nel non arrecare danni ad altri?</p> | <p>PALLAVOLO E LOSCHEMA CORPOREO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Palleggio • Attacco • Bagher • Battuta <p>LA PALLAVOLO: IL GIOCO E IL SUO DINAMISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 contro 1 • 2 contro 2 • 3 contro 3 <p>IL BASKET: LO SCHEMA COPRPOREO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Palleggio • Tiro • Passaggio <p>IL BASKET: IL GIOCO E IL SUO DINAMISMO</p> <p>Dal 3 contro al 5 contro 5</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attesa in avvio azione • Passaggi in fase di studio - attacco • Smarcamento in zona tiro • Rientro ad azione conclusa <p>ATLETICA LEGGERA: CORSE E TECNICHE DI BASE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ostacoli • Velocità <p>ATLETICA LEGGERA: LANCI E TECNICA DI BASE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortex • Peso <p>ATLETICA LEGGERA: SALTI E TECNICA DI BASE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salto in alto |
|--|--|---|

| | | |
|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Salto in lungo |
|--|--|--|

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|---|--|
| 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>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hai imparato a gestire il riscaldamento secondo i criteri stabiliti? | IMPARIAMO A RISCALDARCI <ul style="list-style-type: none"> • Ascoltiamo la corsa • Scegliamo una sequenza di esercizi per scaldarci |
| Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. | <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Riesci a gestire il lavoro secondo i criteri che ti sono stati indicati o fai di testa tua? | PREDISPOSIZIONE E RIORDINO DEGLI ATTREZZI AD INIZIO E/O FINE LEZIONE |
| Saper assumere comportamenti funzionali rispetto al verificarsi di possibili situazioni di pericolo. | <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nelle situazioni che ti coinvolgono fortemente a livello emotivo, sei attento nel non arrecare danni ad altri? | COMPETIZIONI E/O GARE SPORTIVE |



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca

Istituto Comprensivo Statale Clara Levi

Via Faidetti 2 – 24040 Bonate Sotto (BG)

Tel: 035 991066 Fax 035 991263

e-mail bgic82700r@istruzione.it - icbonate@libero.it

posta certificata bgic82700r@pec.istruzione.it

sito www.icbonatesotto.it

C.F. 91025970160

Istituto Comprensivo “Clara Levi” di Bonate Sotto

Scuole primarie e scuole secondarie di I grado di Bonate Sotto e Madone

CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA SECONDARIA CLASSE SECONDA

DECLINAZIONE DEI TRAGUARDI DI COMPETENZA E DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE TRASVERSALI ALLA DISCIPLINA (Consiglio europeo 22/05/2018)

Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare

Competenza in materia di cittadinanza

Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale

COMPETENZE MINISTERIALI CONSIDERATE

- L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
- Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a sani stili di vita e prevenzione.
- Utilizza le abilità motorie acquisite adattando il movimento in situazione.

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

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|--|--|
| Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. | <p>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none">• Livello di abilità conseguito rispetto ai fondamentali tecnici della ginnastica artistica assegnati. <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none">• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. | <ul style="list-style-type: none">• Capovolta rotolata avanti• Capovolta rotolata indietro• Verticale ritta• Ruota• Ponte• Volteggio al cavallo <p>Conoscenza</p> <ul style="list-style-type: none">• La Coordinazione |

| | | |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a sani stili di vita e prevenzione. Utilizza le abilità motorie acquisite adattando il movimento in situazione. | |
|--|---|--|

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Conoscere e applicare il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice. | <p>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> L'alunno è in grado di eseguire correttamente i gesti tecnici affrontati secondo i correttivi apportati? L'alunno è in grado di riconoscere i corretti ritmi nell'interpretazione di un'azione di gioco? | <p>PALLAMANO: ELEMENTI RICONDUCIBILI AL REGOLAMENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> Lancio in frustata Presa attiva Presa passiva Tiro in volo Passaggio (visione di gioco) <p>PALLAVOLO: ELEMENTI RICONDUCIBILI AL REGOLAMENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> Palleggio Bagher Battuta Attacco <p>BASKET: ELEMENTI RICONDUCIBILI AL REGOLAMENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> Palleggio Tiro <p>ATLETICA LEGGERA</p> <p>Corse e tecnica di base</p> <ul style="list-style-type: none"> Ostacoli Velocità <p>Lanci e tecnica di base</p> <ul style="list-style-type: none"> Vortex Peso <p>Salti e tecnica di base</p> <ul style="list-style-type: none"> Salto in alto Salto in lungo Passaggio |

| | | |
|---|--|---|
| | | |
| <p>Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria, sia in caso di sconfitta.</p> | <p>COMPETENZE</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. • Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a sani stili di vita e prevenzione. • Utilizza le abilità motorie acquisite adattando il movimento in situazione. | <p>PALLAMANO: IL GIOCO E IL SUO DINAMISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attesa in avvio azione • Passaggi in fase di studio attacco • Smarcamento in zona tiro • Rientro ad azione conclusa <p>PALLAVOLO: IL GIOCO E IL SUO DINAMISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 contro 3 • 4 contro 4 • 6 contro 6 <p>BASKET: IL GIOCO E IL SUO DINAMISMO (DAL 3 CONTRO 3 AL 5 CONTRO 5)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attesa in avvio azione • Passaggi in fase di studio - attacco • Smarcamento in zona tiro • Rientro ad azione conclusa <p>ATLETICA LEGGERA</p> <p>Le gare e il loro dinamismo diversificato per le varie specialità previste.</p> <p>CONOSCENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • I ruoli nelle discipline sportive praticate • Gli elementi biomeccanici indicati per il corretto apprendimento del gesto tecnico • Il campo di atletica • Le specialità e i relativi regolamenti • I record in vigore e la loro "storia" |

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|--|---|
| 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. | GESTIONE DELLA LEZIONE NELLA SUA COMPLETEZZA | FASI DELLA LEZIONE <ul style="list-style-type: none"> • Avviamento motorio • Fase centrale • Defaticamento |
| Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. | COMPETENZA <ul style="list-style-type: none"> • Riesci a gestire il lavoro secondo i criteri che ti sono stati indicati o fai di testa tua? | PREDISPOSIZIONE E RIORDINO DEGLI ATTREZZI AD INIZIO E/O FINE LEZIONE |



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca

Istituto Comprensivo Statale Clara Levi

Via Faidetti 2 – 24040 Bonate Sotto (BG)

Tel: 035 991066 Fax 035 991263

e-mail bgic82700r@istruzione.it - icbonate@libero.it

posta certificata bgic82700r@pec.istruzione.it

sito www.icbonatesotto.it

C.F. 91025970160

Istituto Comprensivo “Clara Levi” di Bonate Sotto

Scuole primarie e scuole secondarie di I grado di Bonate Sotto e Madone

CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA SECONDARIA CLASSE TERZA

DECLINAZIONE DEI TRAGUARDI DI COMPETENZA E DEGLI OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE TRASVERSALI ALLA DISCIPLINA (Consiglio europeo 22/05/2018)

Competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare

Competenza in materia di cittadinanza

Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale

COMPETENZE MINISTERIALI CONSIDERATE

- L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.
- Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a sani stili di vita e prevenzione.
- 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.

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

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Sapersi orientare nell'ambiente naturale ed artificiale decodificando indicazioni specifiche e con l'utilizzo di ausili propri. | <p>COMPETENZE</p> <ul style="list-style-type: none"> Avendo individuato una tua propensione, sai progredire in un lavoro autonomo per migliorare la tua prestazione? Sai gestire correttamente tempi di recupero e spazi per creare una positiva progressione di lavoro atletico? Sai collaborare fattivamente con i tuoi compagni utilizzando il momento della competizione come aspetto di crescita comune? | <p>Contenuti pratici</p> <ul style="list-style-type: none"> Test d'ingresso tesi a valutare le capacità condizionali <p>Contenuti teorici</p> <ul style="list-style-type: none"> Classificazione generale delle capacità |

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo – espressiva

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. | <p>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestire, attraverso il linguaggio del corpo, l'intenzione di direzionare la palla Gestire, attraverso il linguaggio del corpo, l'intenzione di esprimere potenza nel tiro Ricoprire, attraverso un linguaggio del corpo codificato, il ruolo di arbitro | <p>Contenuti pratici</p> <p>PALLAMANO - il linguaggio del corpo</p> <ul style="list-style-type: none"> Direzione del passaggio e comunicazione esprimibile Potenza del tiro e comunicazione esprimibile Linguaggio arbitrale <p>Contenuti teorici</p> <ul style="list-style-type: none"> La prossemica La forza Linguaggio arbitrale della pallamano |

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Conoscere e applicare il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice. | COMPETENZE <ul style="list-style-type: none"> Sai riconoscere i tuoi tratti distintivi utili a ricoprire il ruolo che ti si addice meglio? | Contenuti pratici LA PALLAMANO - il gioco competente Individualizzazione del ruolo <ul style="list-style-type: none"> Portiere Playmaker Terzino Ala Pivot Arbitro |
| <ul style="list-style-type: none"> Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria, sia in caso di sconfitta. | COMPETENZE <ul style="list-style-type: none"> Sai avvicinarti al momento gara avendo rispettato la progressività delle fasi precedenti? Sai gestire volontariamente il linguaggio del corpo per acquisire vantaggio di gioco? Fai tuoi i principi di fair-play? | |
| <ul style="list-style-type: none"> Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi. | ABILITÀ <ul style="list-style-type: none"> Sai predisporre e gestire correttamente palloni ed altri materiali indispensabili alle esercitazioni analitiche? Riconosci su di te e sugli altri i segni della fatica in modo da poter dosare l'impegno utile a portare a termine la lezione? COMPETENZE <ul style="list-style-type: none"> Riconosci su di te limiti e propensioni che ti permettono di scegliere il ruolo più utile al team? Durante il gioco, quando non direttamente implicato, continui a sostenere il lavoro altrui? In partita sei impegnato a comunicare con i tuoi compagni al fine di anticipare l'avversario? Fai tuoi i principi di fair-play? | Contenuti pratici Pallavolo - densità e intensità <ul style="list-style-type: none"> Palleggio Attacco Bagher Battuta PALLAVOLO - il gioco competente <i>Dal 4 vs 4 al 6 vs 6</i> Individualizzazione del ruolo <ul style="list-style-type: none"> Palleggiatore Ricevitore / Schiacciatore Schiacciatore / Non ricevitore BASKET - densità e intensità <ul style="list-style-type: none"> Dai e vai Dai e segui Taglia fuori BASKET - il gioco competente <i>5 VS 5</i> Individualizzazione del ruolo <ul style="list-style-type: none"> Play maker Ala forte Ala Guardia Pivot |

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|---|---|
| <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>ABILITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> • rendimento nei test che misurano le capacità condizionali • livello di prestazione tecnica raggiungi nei test sulle abilità sportive <p>COMPETENZE</p> <ul style="list-style-type: none"> • riconoscere il modo migliore di operare per assumersi responsabilità specifiche nel lavoro di gruppo • Rispettare l'ambiente di lavoro percependone l'importanza per se e per gli altri | <p>Contenuti pratici</p> <ul style="list-style-type: none"> • Test sportivi <p>ATLETICA LEGGERA - corse e propulsione prevalente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Velocità • Ostacoli <p>ATLETICA LEGGERA - lanci e propulsione prevalente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortex • Peso <p>ATLETICA LEGGERA - salti e propulsione prevalente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salto in alto • Salto in lungo <p>Contenuti teorici</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concetto di densità e intensità • Velocità e Potenza • Metodologia dell'allenamento • Doping e dipendenze <p>Storia delle Olimpiadi Moderne</p> <p>Contenuti teorici</p> <ul style="list-style-type: none"> • La resistenza • Andamento della frequenza cardiaca • Cuore d'atleta |
| <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> | <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Riesci a gestire il lavoro secondo i criteri che ti sono stati indicati o fai di testa tua? | <p>PREDISPOSIZIONE E RIORDINO DEGLI ATTREZZI AD INIZIO E/O FINE LEZIONE</p> |
| <p>Saper assumere comportamenti funzionali rispetto al verificarsi di possibili situazioni di pericolo.</p> | <p>COMPETENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nelle situazioni che ti coinvolgono fortemente a livello | <p>COMPETIZIONI E/O GARE SPORTIVE</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>emotivo, sei attento nel non arrecare danni ad altri?</p> | |
|--|--|--|

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA PRIMARIA

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE TRASVERSALI ALLA DISCIPLINA

- Imparare ad imparare
- Competenze sociali e civiche
- Consapevolezza ed espressione culturale

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

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|--|--|
| <p>- L 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> | <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. - Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro. (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.) - Conoscere e valutare azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. - Riconoscere, differenziare, ricordare e verbalizzare percezioni sensoriali differenti: sensazioni uditive, tattili, cinestetiche. - Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo. - Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in movimento, in riferimento a strutture spaziali e temporali: adattare e modulare il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo; controllare i movimenti intenzionali; padroneggiare schemi motori di base. - Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare /lanciare, ecc) | <p style="text-align: center;">CLASSE PRIMA SECONDA TERZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le varie parti del corpo. - Schemi motori e posturali più comuni e loro possibili combinazioni. - La coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica. - Le modalità di percezione sensoriale. - Il movimento del corpo in relazione allo spazio e al tempo. - Concetti spaziali di destra e sinistra. <p style="text-align: center;">CLASSE QUARTA QUINTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consolidamento schemi motori e posturali. - Affinamento delle capacità coordinative generali e speciali. - Le capacità condizionali (forza, resistenza, velocità). |

| | | |
|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli altri. - Ampliare il patrimonio degli schemi motori: inclinare, abdurre, circondurre, ruotare. - Sviluppare la destrezza, la mobilità, la forza. | |
|--|--|--|

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i anche attraverso la drammaticizzazione e le esperienze ritmico musicali e coreutiche. | <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammaticizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. - Imparare ad ascoltare il proprio corpo per esprimere sensazioni. - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche ed i loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico. | <p>CLASSE PRIMA SECONDA TERZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imitazioni. - Mimi. - Drammaticizzazione. - Movimenti corporei seguendo diversi ritmi. - Movimenti corporei su basi musicali. - Percezione della tensione muscolare corrispondente ad un'emozione. <p>CLASSE QUARTA QUINTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imitazioni. - Mimi. - Drammaticizzazione. - Movimenti corporei seguendo diversi ritmi. - Movimenti corporei su basi musicali. - Percezione della tensione muscolare corrispondente ad un'emozione. |

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

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. - Sperimenta, in forma | <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>. - Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e | <p>CLASSE PRIMA SECONDA TERZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il gioco come espressione di sé. - Giochi con semplici regole. - Giochi come imitazione, immaginazione, sia liberi |

| | | |
|---|---|--|
| <p>semplificata e progressivamente in forma sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>delle varie occasioni di sport, il valore delle regole rispettarle.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - regole. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. - 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. | <p>che organizzati.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il gioco e le sue diverse forme. - I giochi popolari. <p>CLASSE QUARTA QUINTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - I giochi di squadra. - I giochi sottoforma di gare (favorire un sano confronto agonistico). - Le regole principali dei grandi giochi sportivi. |
|---|---|--|

SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

| TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE | OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO | CONTENUTI ESSENZIALI |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel degli attrezzi e trasferisce tale competenza extrascolastico. - Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla sostanze che inducono dipendenza. | <ul style="list-style-type: none"> - Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Conoscere ed utilizzare correttamente alcuni attrezzi della palestra. - Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. - | <p>CLASSE PRIMA SECONDA TERZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - I comportamenti adeguati da assumere in palestra e nei diversi ambienti di vita - Regole per l'utilizzo consapevole delle proprie capacità motorie valutando anche le capacità degli altri. - I codici espressivi non verbali del corpo e del movimento nei contesti relazionali. <p>CLASSE QUARTA QUINTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - I comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e la sicurezza nei vari ambienti di vita. - Ritmo cardiaco e ispirazione/espirazione. - L'alimentazione e la corporietà |