

## CURRICOLO DISCIPLINARE EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA PRIMARIA

### PREMESSA

Ogni docente concorrerà, in egual modo, nel guidare gli alunni alla comprensione e al rispetto delle regole adottando via, via, le modalità più consone in relazione a contesti e attività specifiche, con particolare attenzione alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo.

### CLASSE PRIMA

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ L'alunno sperimenta il proprio corpo in differenti variabili spaziali e temporali per sviluppare e adattare schemi motori e posturali adeguati alle richieste per un utilizzo consapevole e pertinente del proprio corpo.</li> <li>➤ Sperimenta 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.</li> <li>➤ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva per uno sviluppo sano e armonico del corpo.</li> <li>➤ Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche per un imparare a conoscere la propria e altrui gestualità.</li> <li>➤ Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi per un utilizzo attento del proprio corpo, attrezzi e strutture in prevenzione di possibili incidenti..</li> <li>➤ Conosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo per adottare un regime di vita sana ed equilibrata.</li> <li>➤ Comprende che, all'interno delle varie occasioni di gioco, ci sono delle regole da rispettare per una costruttiva e sana competizione.</li> </ul>			
DIMENSIONI DI COMPETENZA			
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé e le sa rappresentare graficamente.</li> <li>➤ Padroneggia gli schemi motori di base</li> <li>➤ Sviluppa la coordinazione generale e oculo - manuale.</li> <li>➤ Organizza e gestisce il proprio corpo in riferimento a semplici</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utilizza in modo personale il corpo e il movimento con finalità espressive.</li> <li>➤ Assume posture corporee diverse in chiave comunicativa.</li> <li>➤ Usa gesti e movimenti per rappresentare oggetti e situazioni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Comprende e rispetta le indicazioni e le regole delle varie attività ludico motorie.</li> <li>➤ Si organizza e si muove in rapporto allo spazio</li> <li>➤ Partecipa ad attività di gioco in piccolo e grande gruppo cercando di rispettare indicazioni, regole, ruoli.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Percepisce sensazioni di benessere legate all'attività ludico - motoria</li> <li>➤ Conosce e adotta alcune semplici norme igienico-sanitarie</li> <li>➤ Conosce e utilizza in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> </ul>

<p>coordinate spaziali e temporali e/o strutture ritmiche.</p>	<p>➤ Esegue semplici sequenze ritmiche e di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>➤ Sperimenta situazioni di gioco e di movimento sviluppando il senso di fiducia e collaborazione con gli altri.</p>	<p>➤ Inizia a sviluppare abitudini e comportamenti che promuovono la salute e il benessere personale.</p>
--	--	--	---

#### PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Esperienze ludiche, senso-percettive e motorie per la strutturazione dello schema corporeo.</li> <li>➤ Le diverse parti del corpo e la loro rappresentazione in stasi ed in movimento.</li> <li>➤ Giochi di orientamento spaziale; riconoscimento degli orientamenti spaziali su di sé e gli altri.</li> <li>➤ Esperienze libere di movimento di corsa.</li> <li>➤</li> <li>➤ Esercizi e movimenti per sviluppare la lateralizzazione, il controllo e il coordinamento generale e segmentario.</li> <li>➤ Attività ludico-motorie per sviluppare schemi motori e posturali, la staticità e il movimento: corsa, salto, presa, lancio.</li> <li>➤ Giochi di coordinazione e di esplorazione per acquisire la padronanza dello spazio.</li> <li>➤ Utilizzo dei segmenti corporei in giochi finalizzati al potenziamento della concentrazione e attenzione.</li> <li>➤ Esercizi e attività ludiche a coppie, di squadra organizzate anche in forma di gara per sviluppare la coesione, la reciprocità nel gruppo e la fiducia nell'altro.</li> <li>➤ Il corpo per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni e sentimenti.</li> <li>➤ Attività ritmiche e giochi con l'ausilio della musica.</li> <li>➤ Norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere.</li> <li>➤ Uso corretto ed adeguato degli spazi e degli attrezzi.</li> <li>➤ Star bene: promozione di comportamenti e abitudini di ben-essere, individuale e collettivo.</li> <li>➤ Conversazioni collettive e individuazione delle corrette abitudini per la cura della propria persona e degli ambienti di vita comune.</li> </ul>
---

#### PREMESSA

Ogni docente concorrerà, in egual modo, nel guidare gli alunni alla comprensione e al rispetto delle regole adottando via, via, le modalità più consone in relazione a contesti e attività specifiche, con particolare attenzione alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo.

#### CLASSE SECONDA

#### TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ L'alunno sperimenta il proprio corpo in differenti variabili spaziali e temporali per sviluppare e adattare schemi motori e posturali adeguati alle richieste per un utilizzo consapevole e pertinente del proprio corpo.</li> <li>➤ Sperimenta 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.</li> <li>➤ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva per un sviluppo sano e</li> </ul>
---

armonico del corpo.

- Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche per un imparare a conoscere la propria e altrui gestualità.
- Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi per un utilizzo attento del proprio corpo, attrezzi e strutture in prevenzione di possibili incidenti..
- Conosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo per adottare un regime di vita sana ed equilibrata.
- Comprende che, all'interno delle varie occasioni di gioco, ci sono delle regole da rispettare per una costruttiva e sana competizione.

#### DIMENSIONI DI COMPETENZA

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé e su gli altri e le sa rappresentare graficamente.</li><li>➤ Consolida gli schemi motori di base: camminare, correre, lanciare, strisciare.</li><li>➤</li><li>➤ Discrimina la parte destra e sinistra del proprio corpo.</li><li>➤ Esplora lo spazio attraverso diversi schemi motori, statici e dinamici, combinati tra loro.</li><li>➤ Si muove controllando direzione e lateralità adattando gli schemi motori a parametri spazio temporali</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Assume posture corporee diverse in chiave comunicativa.</li><li>➤ Inizia ad utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimere emozioni e stati d'animo, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Utilizza abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo</li><li>➤ Partecipa ad attività di gioco in piccolo e grande gruppo cercando di rispettare indicazioni, regole, ruoli.</li><li>➤ Sperimenta situazioni di gioco e di movimento sviluppando il senso di fiducia e collaborazione con gli altri.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Inizia a conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li><li>➤ Inizia a percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico – motoria.</li><li>➤ Inizia a sviluppare abitudini e comportamenti che promuovono la salute e il benessere personale.</li></ul>

#### PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI

- Esperienze ludiche, senso-percettive e motorie per la strutturazione dello schema corporeo.
- Le diverse parti del corpo e la loro rappresentazione in stasi ed in movimento.
- Esercizi e movimenti per sviluppare la lateralizzazione, il controllo e il coordinamento generale e segmentario.
- Attività ludico-motorie per sviluppare schemi motori e posturali, la staticità e il movimento: corsa, salto, presa, lancio.
- Giochi di coordinazione e di esplorazione per acquisire la padronanza dello spazio.
- Utilizzo dei segmenti corporei in giochi finalizzati al potenziamento della concentrazione e attenzione.

- Giochi e attività ludiche in coppie, a squadre e in forma collettiva, organizzate anche sotto forma di gara, per sviluppare la coesione e la reciprocità nel gruppo e la fiducia nell'altro.
- Il corpo per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni.
- Attività ritmiche e giochi con l'ausilio della musica.
- Riproduzione di ritmi con il corpo o con piccoli attrezzi.
- Norme igienico-sanitarie per la salute e il benessere.
- Comportamenti corretti nell'ambiente scolastico.
- Uso corretto ed adeguato degli spazi e degli attrezzi.
- Promozione di comportamenti e abitudini di ben-essere, individuale e collettivo.
- Conversazioni collettive e individuazione delle corrette abitudini per la cura della propria persona e degli ambienti di vita comune.

## PREMESSA

Ogni docente concorrerà, in egual modo, nel guidare gli alunni alla comprensione e al rispetto delle regole adottando via, via, le modalità più consone in relazione a contesti e attività specifiche, con particolare attenzione alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo.

### CLASSE TERZA

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ L'alunno acquisisce la conoscenza e la percezione del proprio corpo attraverso la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti <b>per un utilizzo consapevole e pertinente del proprio corpo.</b></li> <li>➤ Inizia a utilizzare il linguaggio corporeo e motorio <b>per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo</b>, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</li> <li>➤ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva <b>per un sviluppo sano e armonico del corpo.</b></li> <li>➤ Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche <b>per un imparare a conoscere e riconoscere la propria e altrui gestualità.</b></li> <li>➤ Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi <b>per un utilizzo attento del proprio corpo, attrezzi e strutture in prevenzione di possibili incidenti..</b></li> <li>➤ Conosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare <b>per adottare un regime di vita sana ed equilibrata.</b></li> <li>➤ Comprende che, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, ci sono delle regole da rispettare <b>per una costruttiva e sana competizione.</b></li> </ul>			
DIMENSIONI DI COMPETENZA			
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sa orientarsi correttamente nello spazio in situazioni statiche e dinamiche.</li> <li>➤ Varia gli schemi motori in funzione di parametri di tempo, spazio, equilibrio</li> <li>➤ Coordina movimenti simultanei e successivi, semplici e complessi.</li> <li>➤ Esegue percorsi, rispettando ritmi esecutivi e successioni temporali.</li> <li>➤ Controlla l'equilibrio del proprio corpo a livello statico e dinamico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utilizza il linguaggio motorio gestuale anche in ambiti non specifici</li> <li>➤ <b>Si esprime con il corpo anche attraverso varie forme di drammatizzazione</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utilizza efficacemente abilità motorie fini nelle attività ludiche motorie e presportive.</li> <li>➤ Coopera con i compagni di squadra alla ricerca di strategie comuni</li> <li>➤ <b>Rispetta semplici regole di comportamento della competizione sportiva.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Utilizza in modo corretto e sicuro per sé e gli altri attrezzature e spazi.</b></li> <li>➤ <b>Prende coscienza del benessere fisico legato all'attività motoria.</b></li> <li>➤ Rispettare le regole funzionali alla sicurezza nei vari ambienti in cui si opera Saper utilizzare in modo adeguato spazi ed attrezzature</li> </ul>
PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Giochi senso percettivi per stimolare la capacità di osservazione e di imitazione.</li> <li>➤ Giochi di orientamento spaziale.</li> </ul>			

- Corsa, salto, rotolamento, arrampicata, lanci, prese, ...
- Traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.
- Percorsi con attrezzi in sequenze ordinate.
- Circuiti e percorsi con variabili di tempo e spazio.
- Giochi funzionali di lancio e ricezione della palla.
- Esercizi per il controllo dell'equilibrio.
- Semplici tecniche e regole di diverse discipline sportive
- Riflessione sul "Comportamento sportivo" e i ruoli all'interno di una squadra. .
- Vantaggi, rischi o pericoli connessi all'attività ludico-motoria, sicurezza per sé e per gli altri.

**PREMESSA**

Ogni docente concorrerà, in egual modo, nel guidare gli alunni alla comprensione e al rispetto delle regole adottando via, via, le modalità più consone in relazione a contesti e attività specifiche, con particolare attenzione alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo.

**CLASSE QUARTA**

<b>TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 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 per un utilizzo consapevole e pertinente del proprio corpo.</li> <li>➤ 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.</li> <li>➤ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva per un sviluppo sano e armonico del corpo.</li> <li>➤ Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche per un uso consapevole della mimica gestuale del viso e del corpo, come strumento di comunicazione.</li> <li>➤ 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 per un utilizzo attento e consapevole del proprio corpo, attrezzi e strutture in prevenzione di possibili incidenti..</li> <li>➤ 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 per adottare un regime di vita sana ed equilibrata.</li> <li>➤ Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle per una costruttiva e sana competizione.</li> </ul>			
<b>DIMENSIONI DI COMPETENZA</b>			
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA</b>	<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY</b>	<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utilizza diversi schemi motori statici e dinamici combinati tra loro: strisciare, rotolare, camminare, correre, saltare.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Si esprime e comunica con il corpo anche attraverso varie forme di drammatizzazione.</li> <li>➤ Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utilizza nelle situazioni ludiche e presportive le tecniche apprese per sperimentare e migliorare le proprie capacità motorie e coordinative.</li> <li>➤ Sviluppa comportamenti sociali positivi, favorendo il senso della collettività, la cooperazione, il</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riconosce il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico e salute.</li> <li>➤ Assume comportamenti salutistici e stili di vita salutistici.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Muove il corpo e differenzia gli spostamenti con il gruppo nel tempo e nello spazio.</li> <li>➤ Controlla l'equilibrio del proprio corpo a livello statico e dinamico.</li> </ul>	<p>individuali e collettive.</p>	<p>sensò di responsabilità attraverso la realizzazione del gioco di squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Conosce e applica le regole di giochi di movimento, tradizionali e sportivi.</li> <li>➤ Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri .</li> <li>➤</li> </ul>	
--	----------------------------------	--	--

**PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI**

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Esercizi per lo sviluppo degli schemi motori del saltare, superare, scavalcare etc....</li> <li>➤ Percorsi e circuiti con il superamento di ostacoli.</li> <li>➤ Esercizi e percorsi mirati allo sviluppo di capacità coordinative.</li> <li>➤ Esercizi per il controllo dell'equilibrio.</li> <li>➤ Giochi individuali e prove a tempo in cui sviluppare diversi schemi motori combinati tra loro.</li> <li>➤ Attività mirate a favorire il rispetto delle regole e la gestione della sconfitta.</li> <li>➤ Il linguaggio del corpo e i gesti , il linguaggio non verbale, la voce, lo sguardo, la postura generale.</li> <li>➤ Relazione tra alimentazione ed esercizio fisico</li> <li>➤ Le regole per una sana e corretta alimentazione</li> <li>➤ Scoprire i benefici che si possono conseguire praticando attività sportiva.</li> <li>➤ Valutazione della postura.</li> <li>➤ Conoscenza di atteggiamenti o posizioni da evitare</li> </ul>
--

**PREMESSA**

Ogni docente concorrerà, in egual modo, nel guidare gli alunni alla comprensione e al rispetto delle regole adottando via, via, le modalità più consone in relazione a contesti e attività specifiche, con particolare attenzione alla prevenzione e al contrasto del bullismo e del cyberbullismo.

**CLASSE QUINTA**

<p><b>TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 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 per un utilizzo consapevole e pertinente del proprio corpo.</li> <li>➤ 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.</li> <li>➤ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva per un sviluppo sano e armonico del corpo.</li> </ul>

- Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche **per un uso consapevole della mimica gestuale del viso e del corpo, come strumento di comunicazione.**
- 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 **per un utilizzo attento e consapevole del proprio corpo, attrezzi e strutture in prevenzione di possibili incidenti.**
- 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 **per adottare un regime di vita sana ed equilibrata.**
- Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle **per una costruttiva e sana competizione.**

#### DIMENSIONI DI COMPETENZA

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare ...).</li> <li>➤ Controlla il proprio corpo attraverso il miglioramento della coordinazione e l'apprendimento di nuove abilità motorie.</li> <li>➤ Riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</b></li> <li>➤ Conosce e applica semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</li> <li>➤</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utilizza e trasferisce le abilità motorie per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>➤ Conosce e applica modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</li> <li>➤ Riconosce e utilizza le regole di alcuni sport rispettando il proprio ruolo e le azioni da esso prescritte.</li> <li>➤ <b>Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, cooperando con gli altri in vista di un obiettivo comune.</b></li> <li>➤ <b>Rispetta le regole, se stesso e l'avversario nella competizione sportiva .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</b></li> <li>➤ <b>Riconosce il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</b></li> <li>➤ <b>Ascolta il proprio corpo per distinguere momenti di benessere e di malessere</b></li> <li>➤ <b>Acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie ...) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</b></li> </ul>

#### PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI

- Giochi di orientamento spaziale; riconoscimento degli orientamenti spaziali su di sé e gli altri.
- Esperienze libere di movimento di corsa.
- Correre, saltare, strisciare, rotolare, lanciare, afferrare.
- Traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali nelle azioni motorie.
- Azioni motorie complesse che prevedono simultaneità e successione.
- Esecuzione di andature con ritmi diversi.
- Percorsi con attrezzi in sequenze ordinate.
- Circuiti e percorsi con variabili di tempo e spazio in cui siano presenti diverse tipologie di azioni motorie.

- Giochi individuali
- Semplici tecniche e regole di diverse discipline sportive.
- Il “Comportamento sportivo”.
- Esercizi di ascolto attivo: prima, durante e dopo l’azione motoria, evitando contestazioni e conflitti sugli errori.
- Riproduzione di semplici sequenze ritmiche con il corpo
- Esecuzione di danze.
- i principi nutritivi e gli elementi fondamentali per uno stile di vita sano.
- Riflessioni sulle emozioni.
- Comunicazione di contenuti emozionali attraverso la drammatizzazione.
- Discussioni guidate al fine di evitare azioni e comportamenti pericolosi.
- Assunzione di adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.
- Presa di coscienza del benessere fisico legato all’attività motoria.
- Differenza tra nutrizione e alimentazione.

#### SNODI DI PASSAGGIO TRA SCUOLA PRIMARIA – SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO

**COSA DEVE POSSEDERE UN ALUNNO IN TERMINI DI CONOSCENZE, ABILITA’ ESSENZIALI AL TERMINE DELL’ESPERIENZA NELLA SCUOLA PRIMARIA COME REQUISITO PER POTER APPROCCIARSI IN MODO ADEGUATO AL PERCORSO DI APPRENDIMENTO DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

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

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc).
- 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 oggetti, agli altri.

##### **Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva**

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.
- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

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

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.
- Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e 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 degli sconfitti, accettando le diversità e manifestando senso di responsabilità.

**Salute e benessere, prevenzione e sicurezza**

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- 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.

**CURRICOLO DISCIPLINARE EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

**CLASSE PRIMA**

<b>TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Nelle attività di gioco motorio e sportivo, conosce le regole ed alcuni fondamenti e cerca di metterli in pratica per prendere coscienza del proprio ruolo.</li> <li>➤ Utilizza il linguaggio del corpo per interagire con gli altri.</li> <li>➤ Ha cura del proprio corpo adottando comportamenti positivi che favoriscano una corretta relazione con i compagni.</li> <li>➤ Capisce i compagni per instaurare rapporti corretti.</li> <li>➤ Sa organizzarsi sfruttando il tempo ed il materiale a disposizione al fine di migliorare l'efficacia del lavoro.</li> <li>➤ Sperimenta le prime regole sportive.</li> </ul>			
<b>DIMENSIONI DI COMPETENZA</b>			
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA</b>	<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY</b>	<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizza il proprio corpo migliorando la coordinazione segmentaria sia statica che dinamica.</li> <li>▪ Prende coscienza dello schema corporeo al fine di un miglioramento posturale e gestuale.</li> <li>▪ Acquisisce coordinazione oculo-manuale e spazio-temporale per l'approccio alle attività ludico sportive.</li> <li>▪ Sperimenta in varie situazioni ludico-sportive le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Decodifica e imita gesti tecnici sportivi e non sportivi in modo corretto.</li> <li>▪ Utilizza il linguaggio corporeo per interagire con gli altri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Riconosce le finalità dell'attività ludico sportiva praticata.</li> <li>▪ Sperimenta varie forme di cooperazione in giochi e staffette.</li> <li>▪ Riconosce giochi sportivi e partecipa alla loro realizzazione.</li> <li>▪ Capisce il senso della regola.</li> <li>▪ Gestisce il confronto e il rispetto dell'altro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assume consapevolezza della propria efficienza fisica.</li> <li>▪ Assume comportamenti adeguati e orientati ad un rispetto della propria incolumità e di quella degli altri.</li> <li>▪ Attraverso il miglioramento delle proprie capacità condizionali acquisisce consapevolezza dei benefici dell'esercizio fisico su se stessi.</li> </ul>
<b>PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Giochi di orientamento spaziale; riconoscimento degli orientamenti spaziali su di sé e gli altri.</li> <li>➤ Esperienze libere e guidate di gioco individuale e a squadre, con vari attrezzi (palle, palline, funicelle, racchette ecc..)</li> <li>➤ Esercizi per gli Schemi Motori di Base, combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (Correre, saltare, strisciare, rotolare, lanciare, afferrare, arrampicarsi, appendersi).</li> <li>➤ Esercizi di gestione delle traiettorie dei piccoli attrezzi.</li> <li>➤ Azioni motorie trattate in maniera analitica, per poi applicarle negli esercizi, nei giochi e negli sport.</li> <li>➤ Esecuzione di andature con ritmi diversi, percorsi, gare. Circuiti e percorsi con variabili di tempo e spazio in cui siano presenti diverse tipologie di gesti motori.</li> <li>➤ Esercizi propedeutici all' Atletica, con particolare riferimento ai Salti, alle Corse e ai Lanci.</li> <li>➤ Conoscenza pratica di base del Salto in Alto, Salto in Lungo, Velocità 60 mt, Resistenza 1000 mt, Lancio del Vortex.</li> <li>➤ Giochi individuali e di squadra nei quali applicare conoscenze e abilità apprese.</li> </ul>			

- Tecniche e regole di vari Sport, dai fondamentali al gioco vero e proprio.
- Lezioni sul valore del "Fair Play".
- Riproduzione di sequenze ritmiche e piccole coreografie. Comunicazione di contenuti emozionali con l'uso del proprio corpo..
- Prima conoscenza degli elementi fondamentali per uno stile di vita sano.
- Riflessioni sulle emozioni nell'attività ludico sportiva.
- Svolgimento del lavoro rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi, trasferendo tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico per un utilizzo attento e consapevole del proprio corpo, in prevenzione di possibili incidenti.

**CLASSE SECONDA**

**TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE**

- Nelle attività di gioco motorio e sportivo conosce le regole ed alcuni ruoli e cerca di metterli in pratica per dare un contributo alla crescita del gruppo.

- Utilizza il linguaggio corporeo per migliorare la relazione all'interno del gruppo.
- Prende coscienza dell'importanza della cura del proprio corpo per favorire la relazione.
- Si relaziona con i compagni per instaurare rapporti corretti e collaborativi.
- Rispetta e acquisisce consapevolezza della gestione del tempo per una migliore realizzazione del lavoro.
- Adotta corretti comportamenti nella pratica ludico sportiva.

#### DIMENSIONI DI COMPETENZA

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Applica e perfeziona gli schemi motori legati alla variabilità situazionale nella pratica ludica e sportiva.</li> <li>▪ Migliora la percezione spazio-temporale e la coordinazione oculo-manuale per rendere efficace l'azione nelle attività ludiche e sportive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assume una propria autonomia gestuale in sequenze e prassie coordinative e sportive.</li> <li>▪ Comprende le strategie e i gesti dei compagni in situazioni ludico-sportive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gestisce in maniera corretta le proprie capacità motorie mettendole a disposizione del gruppo o della squadra.</li> <li>▪ Partecipa alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione.</li> <li>▪ Applica correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi.</li> <li>▪ Gestisce in modo consapevole le fasi della competizione sportiva con autocontrollo e rispetto dell'altro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assume consapevolezza della propria efficienza fisica a seguito di metodiche di allenamento e abitudini alimentari corrette.</li> <li>▪ Rispetta, nell'attività ludico sportiva, se stesso e gli altri.</li> <li>▪ Antepone il benessere e la crescita del gruppo alla voglia di imporsi o di vincere ad ogni costo.</li> </ul>

#### PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI

- Giochi di orientamento spaziale; riconoscimento degli orientamenti spaziali su di sé e gli altri, nel campo di gioco..
- Esperienze libere e guidate di gioco individuale e a squadre, con vari attrezzi (palle, palline, funicelle, racchette ecc..)
- Schemi motori di base da applicare nelle esercitazioni.
- Esercizi di gestione delle traiettorie, delle velocità e distanze, dei ritmi esecutivi e delle successioni temporali nelle azioni motorie.
- Azioni motorie complesse negli esercizi, nei giochi e negli sport.
- Esecuzione di andature con ritmi diversi, percorsi, gare. Circuiti e percorsi con variabili di tempo e spazio.
- Tecniche dell' Atletica, con particolare riferimento ai Salti, alle Corse e ai Lanci.
- Salto in Alto, Salto in Lungo, Velocità 60 mt, Resistenza 1000 mt, Lancio del Vortex, Getto del Peso.
- Giochi individuali e di squadra, collaborando coi compagni per il raggiungimento di un obiettivo.
- Tecniche e regole di vari Sport, dai fondamentali applicati analiticamente ai gesti motori in fase di gioco.
- Lezioni sul valore del "Fair Play", video, documenti, testi e immagini.
- Riproduzione di sequenze ritmiche e coreografie. Comunicazione di contenuti emozionali con l'uso del proprio corpo..
- Conoscenza degli elementi fondamentali per uno stile di vita sano. Assunzione di adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.
- Riflessioni sulle emozioni nell'attività ludico sportiva.
- Discussioni guidate al fine di evitare azioni e comportamenti pericolosi.

**CLASSE TERZA****TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE**

- Nelle attività di gioco motorio e sportivo, conosce le regole ed alcuni ruoli e li mette in pratica per costruire la propria identità e per conoscere i propri limiti.
- Utilizza il linguaggio corporeo per esprimere emozioni ed abilità.
- Riconosce corretti stili di vita per aver cura della propria salute.
- Si relaziona con i compagni per instaurare rapporti civili, di collaborazione, di aiuto e sostegno reciproco.
- Gestisce il proprio tempo e il materiale a disposizione e si impegna per consentire una miglior partecipazione all'attività.
- Riconosce i valori dello sport e li mette in pratica per rispettare sia le regole che i compagni, collaborando con gli stessi

**DIMENSIONI DI COMPETENZA**

<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	<b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA</b>	<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY</b>	<b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Applica in modo strategico ed efficace il gesto motorio nelle attività ludiche e sportive.</li> <li>▪ Gestisce, progetta e valuta l'efficacia delle varie azioni motorie in ambito sportivo controllando spazio e tempo in modo efficace.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sa applicare e padroneggiare la propria gestualità in sequenze motorie e nell'attività sportiva.</li> <li>▪ Sa elaborare strategie di gioco sempre più complesse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Consolida e applica le capacità coordinative, adattandole alle esigenze delle varie attività motorie e sportive.</li> <li>▪ Partecipa in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottando nella squadra comportamenti collaborativi.</li> <li>▪ Applica correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assume consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute (metodiche di allenamento, principi alimentari...) in relazione ai cambiamenti fisici e psicologici tipici della preadolescenza.</li> <li>▪ Sa gestire in modo corretto i cambiamenti fisiologici e l'incremento delle proprie capacità condizionali per l'acquisizione di un sano stile di vita.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Gestisce in modo consapevole gli eventi dell'attività ludico-sportiva interiorizzando un corretto fair play.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Acquisisce un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardanti lo sport al fine di costruire una mentalità sana, corretta e leale.</li> </ul>
--	--	--	---

**PRINCIPALI SAPERI DISCIPLINARI**

- Giochi di orientamento spaziale; riconoscimento e adeguamento agli orientamenti spaziali nell'ambiente di gioco, in rapporto alle variabili proprie della situazione.
- Esperienze libere di gioco individuale e a squadre, con vari attrezzi (palle, palline, funicelle, racchette ecc..)
- Utilizzo degli Schemi Motori per il raggiungimento di un obiettivo tecnico tattico.
- Attività complesse che contengono molteplici soluzioni, variando traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali nelle azioni motorie.
- Azioni motorie complesse negli esercizi, nei giochi e negli sport.
- Circuiti e percorsi con variabili di tempo e spazio in cui siano presenti diverse tipologie gestuali.
- Tecnica specifica delle specialità dell' Atletica, con particolare riferimento ai Salti, alle Corse e ai Lanci.
- Teoria e pratica di: Salto in Alto, Salto in Lungo, Velocità 60 mt, Resistenza 1000 mt, Lancio del Vortex, Getto del Peso.
- Giochi individuali e di squadra, arbitraggio, tecnica e tattica in situazione di gioco.
- Tecniche e regole di vari Sport, dai fondamentali alla scelta delle strategie di gioco.
- Lezioni teoriche e pratiche di Primo Soccorso.
- Riproduzione di sequenze ritmiche e progettazione autonoma di coreografie. Comunicazione di contenuti emozionali con l'uso del proprio corpo..
- Conoscenza degli elementi fondamentali per uno stile di vita sano. Presa di coscienza del benessere fisico legato all'attività motoria.
- Assunzione di adeguati comportamenti e stili di vita salutistici e discussione critica sui comportamenti pericolosi in palestra e nello sport in generale.
- Riflessioni sulle emozioni nell'attività ludico sportiva con particolare riferimento al gruppo classe.