

CURRICOLO VERTICALE
IL CORPO E IL MOVIMENTO
EDUCAZIONE FISICA

FONTI DI LEGITTIMAZIONE:

- **RACCOMANDAZIONE DEL PARLAMENTO EUROPEO E DEL CONSIGLIO DEL 18 DICEMBRE 2006.**
COMPETENZE CHIAVE EUROPEE
CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE
IMPARARE A IMPARARE
COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE
- **RACCOMANDAZIONE DEL CONSIGLIO DELL'UNIONE EUROPEA DEL 22 MAGGIO 2018:**
COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE
COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE
COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE
COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA
- **INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO 2012 TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE IN USCITA SCUOLA DELL'INFANZIA, SCUOLA PRIMARIA E SCUOLA SECONDARIA**

AMBITI DI RIFERIMENTO

INFANZIA

CAMPO DI ESPERIENZA; "IL CORPO E IL MOVIMENTO"

CAMPI DI ESPERIENZA CONCORRENTI: tutti

PRIMARIA

DISCIPLINA: **EDUCAZIONE FISICA**

DISCIPLINE CONCORRENTI: tutte

SECONDARIA

DISCIPLINA: **EDUCAZIONE FISICA**

DISCIPLINE CONCORRENTI: tutte

RACCOMANDAZIONE DEL CONSIGLIO DELL'UNIONE EUROPEA 22 MAGGIO 2018	PROFILO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DEL I CICLO DI ISTRUZIONE INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO 2012	SCHEDA DI CERTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE (decreto ministeriale 3 ottobre 2017, n. 742)										
<p>Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare. La competenza in materia consiste nella capacità di riflettere su se stessi, di gestire efficacemente il tempo e le informazioni, di lavorare con gli altri in maniera costruttiva, di mantenersi resilienti e di gestire il proprio apprendimento e la propria carriera. Comprende la capacità di far fronte all'incertezza e alla complessità, di imparare a imparare, di favorire il proprio benessere fisico ed emotivo, di mantenere la salute fisica e mentale, nonché di essere in grado di condurre una vita attenta alla salute e orientata al futuro, di empatizzare e di gestire il conflitto in un contesto favorevole e inclusivo.</p> <p>Competenza in materia di consapevolezza ed espressioni culturali. La consapevolezza ed espressione culturale è la competenza che più contribuisce a costruire l'identità sociale e culturale, attraverso la capacità di fruire dei linguaggi espressivi e dei beni culturali e di esprimersi attraverso linguaggi e canali diversi. L'educazione fisica apporta alla costruzione di questa competenza la capacità di utilizzare il linguaggio del corpo e tutte le sue possibilità espressive.</p> <p>Competenza in materia di cittadinanza. La competenza in materia di cittadinanza si riferisce alla capacità di agire da cittadini responsabili e di partecipare pienamente alla vita civica e sociale, in base alla comprensione delle strutture e dei concetti sociali, economici, giuridici e politici oltre che dell'evoluzione a livello globale e della sostenibilità. (...). Per la competenza in materia di cittadinanza è indispensabile la capacità di impegnarsi efficacemente con gli altri per conseguire un interesse comune o pubblico, come lo sviluppo sostenibile della società. Nello specifico, l'attività sportiva promuove il valore del rispetto di regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile. I docenti sono impegnati a trasmettere e a far vivere ai ragazzi i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di controllo dell'aggressività, di negazione di qualunque forma di violenza.</p>	<p>Lo studente al termine del primo ciclo, attraverso gli apprendimenti sviluppati a scuola, lo studio personale, le esperienze educative vissute in famiglia e nella comunità, è in grado di iniziare ad affrontare in autonomia e con responsabilità, le situazioni di vita tipiche della propria età, riflettendo ed esprimendo la propria personalità in tutte le sue dimensioni. Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti, utilizza gli strumenti di conoscenza per comprendere se stesso e gli altri, per riconoscere ed apprezzare le diverse identità, le tradizioni culturali e religiose, in un'ottica di dialogo e di rispetto reciproco. Interpreta i sistemi simbolici e culturali della società, orienta le proprie scelte in modo consapevole, rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune esprimendo le proprie personali opinioni e sensibilità. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri. Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita. Assimila il senso e la necessità del rispetto della convivenza civile. Ha attenzione per le funzioni pubbliche alle quali partecipa manifestazioni sportive non agonistiche, volontariato, ecc. Dimostra originalità e spirito di iniziativa. Si assume le proprie responsabilità e chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede. In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.</p>	<p>AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA Consapevolezza ed espressione culturale In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti che gli sono più congeniali: motori, artistici e musicali. Imparare ad imparare Possiede un patrimonio di conoscenze e nozioni di base ed è in grado di ricercare nuove informazioni. Si impegna in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo. Competenze sociali e civiche Ha cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente. Rispetta le regole condivise e collabora con gli altri. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme agli altri.</p> <p>AL TERMINE DEL PRIMO CICLO DI ISTRUZIONE Consapevolezza ed espressione culturale In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti che gli sono più congeniali: motori, artistici e musicali. Imparare a imparare Possiede un patrimonio organico di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e di organizzare nuove informazioni. Si impegna in nuovi apprendimenti in modo autonomo. Competenze sociali e civiche Ha cura e rispetto di sé e degli altri come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. E' consapevole della necessità del rispetto di una convivenza civile, pacifica e solidale. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme ad altri.</p> <table border="1" data-bbox="1335 970 2154 1468"> <thead> <tr> <th data-bbox="1335 970 1525 1010">Livello</th> <th data-bbox="1525 970 2154 1010"></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="1335 1010 1525 1137">A- Avanzato</td> <td data-bbox="1525 1010 2154 1137">L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi complessi, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità; propone e sostiene le proprie opinioni e assume in modo responsabile decisioni consapevoli.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1335 1137 1525 1265">B- Intermedio</td> <td data-bbox="1525 1137 2154 1265">L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi in situazioni nuove, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1335 1265 1525 1393">C- Base</td> <td data-bbox="1525 1265 2154 1393">L'alunno/a svolge compiti semplici anche in situazioni nuove, mostrando di possedere conoscenze e abilità fondamentali e di saper applicare basilari regole e procedure apprese.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1335 1393 1525 1468">D- Iniziale</td> <td data-bbox="1525 1393 2154 1468">L'alunno/a, se opportunamente guidato/a, svolge compiti semplici in situazioni note.</td> </tr> </tbody> </table>	Livello		A- Avanzato	L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi complessi, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità; propone e sostiene le proprie opinioni e assume in modo responsabile decisioni consapevoli.	B- Intermedio	L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi in situazioni nuove, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite.	C- Base	L'alunno/a svolge compiti semplici anche in situazioni nuove, mostrando di possedere conoscenze e abilità fondamentali e di saper applicare basilari regole e procedure apprese.	D- Iniziale	L'alunno/a, se opportunamente guidato/a, svolge compiti semplici in situazioni note.
Livello												
A- Avanzato	L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi complessi, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità; propone e sostiene le proprie opinioni e assume in modo responsabile decisioni consapevoli.											
B- Intermedio	L'alunno/a svolge compiti e risolve problemi in situazioni nuove, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite.											
C- Base	L'alunno/a svolge compiti semplici anche in situazioni nuove, mostrando di possedere conoscenze e abilità fondamentali e di saper applicare basilari regole e procedure apprese.											
D- Iniziale	L'alunno/a, se opportunamente guidato/a, svolge compiti semplici in situazioni note.											

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE IN USCITA DAI TRE ORDINI DI SCUOLA

SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
"IL CORPO E IL MOVIMENTO"	EDUCAZIONE FISICA	EDUCAZIONE FISICA
<p>Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.</p> <p>Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.</p> <p>Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.</p> <p>Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</p> <p>Riconosce il proprio corpo, le sue parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.</p>	<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 coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport 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, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia 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 (fair-play) 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>E'capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>

IL CORPO E IL MOVIMENTO**SCUOLA DELL'INFANZIA****3 ANNI**

COMPETENZA SPECIFICA	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Riconosce il proprio corpo, globalmente e nelle sue parti, e lo rappresenta graficamente.</p> <p>2. Prova piacere nel movimento e sperimenta gli schemi posturali e motori, applicandoli nei giochi individuali e di gruppo.</p>	<p>Sperimentare</p> <p>1A Esercita le capacità senso-percettive e le utilizza per esplorare la realtà.</p> <p>1B Riconosce e nomina le principali parti del corpo su se stesso, sugli altri e su immagini.</p> <p>1C Rappresenta graficamente il proprio corpo nelle sue parti principali.</p> <p>2A Si muove nello spazio utilizzando schemi motori di base e posturali.</p> <p>2B Sperimenta azioni motorie di base per risolvere semplici problemi motori.</p> <p>2C Rispetta semplici regole, accetta i ruoli e i richiami.</p>	<p>–Le parti del corpo.</p> <p>–Lo schema corporeo.</p> <p>–Le posture: in piedi, seduto, prono, supino</p> <p>– Schemi motori di base.</p> <p>– Semplice rapporto tra causa-effetto, azione-conseguenza.</p> <p>– Semplici regole dei giochi, di comportamento, sociali.</p>
<p>3. Usa condotte che gli consentono una buona autonomia.</p>	<p>Esplorare e orientarsi</p> <p>3A Si muove con sicurezza negli spazi della scuola iniziando a gestire le proprie azioni nei vari momenti della giornata scolastica.</p>	<p>–Azioni di routine di vita quotidiana.</p>
<p>4. Riconosce segnali e ritmi del proprio corpo ed esegue pratiche corrette di cura di sé.</p>	<p>Riconoscere</p> <p>4A Riconosce i segnali del proprio corpo e comunica i propri bisogni.</p>	<p>– Segnali del corpo e bisogni personali.</p> <p>– Semplici regole alimentari.</p> <p>– Semplici regole di igiene del corpo.</p>
<p>5. Possiede una buona strutturazione dei prerequisiti di scrittura.</p>	<p>Esercitare controllo</p> <p>5A Utilizza il mezzo grafico con la corretta impugnatura.</p> <p>5B Controlla e coordina il movimento in alcune operazioni di manualità.</p>	<p>–Movimenti finalizzati delle mani e delle dita.</p> <p>–Impugnatura: prensione e pressione.</p>

IL CORPO E IL MOVIMENTO		
SCUOLA DELL'INFANZIA		
4 e 5 ANNI		
COMPETENZA SPECIFICA	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Riconosce il proprio corpo, globalmente e nelle sue parti, e lo rappresenta graficamente.</p> <p>2. Prova piacere nel movimento e sperimenta gli schemi posturali e motori, applicandoli nei giochi individuali e di gruppo.</p>	<p>Sperimentare</p> <p>1A Prende coscienza delle informazioni degli organi di senso e discrimina attraverso la percezione i dati sensoriali della realtà.</p> <p>1B Riconosce e nomina le principali parti del corpo su se stesso, sugli altri e su immagini e conosce la loro funzionalità.</p> <p>1C Rappresenta graficamente il proprio corpo nello spazio, in stasi e in movimento.</p> <p>2A Sperimenta la propria dominanza motoria, manuale e podalica, e riconosce la destra e la sinistra del proprio corpo.</p> <p>2B Si muove nello spazio, anche con l'uso di semplici attrezzi, utilizzando schemi motori di base e posturali, in riferimento a parametri spaziali e temporali.</p> <p>2C Sperimenta il disequilibrio e il recupero dell'equilibrio in semplici situazioni statiche e dinamiche.</p> <p>2D Mette in atto azioni motorie per risolvere problemi motori.</p> <p>2E Rispetta le regole, accetta i ruoli e collabora con i compagni per la realizzazione di un gioco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Aspetti percettivi dei sensi. Informazioni senso/percettive. – Le parti del corpo e la loro funzione. – Lo schema corporeo. – Destra e sinistra. – Le posture: in piedi, seduto, prono, supino ... – Schemi motori di base: camminare, correre, strisciare, rotolare, afferrare ... – Schemi posturali di base: flettere, piegare, slanciare, addurre ... – Parametri spaziali: davanti a/dietro a, di fianco a, sopra a/dietro a ... – Parametri temporali: contemporaneità, successione, reversibilità. – Equilibrio - disequilibrio. – Rapporto tra causa-effetto, azione-conseguenza. – Regole specifiche dei giochi, di comportamento, sociali; significato dell'agire insieme.
<p>3. Vive pienamente la propria corporeità utilizzando gli aspetti comunicativi ed espressivi del corpo.</p> <p>4. Usa condotte che gli consentono una buona autonomia.</p>	<p>Comunicare</p> <p>3A Sperimenta l'uso del corpo per esprimere attraverso la comunicazione non verbale azioni, stati d'animo, emozioni, messaggi suscitati da avvenimenti, racconti, favole.</p> <p>3B Si muove da solo o in gruppo assecondando il proprio ritmo o il ritmo proposto.</p> <p>4A Si muove autonomamente negli spazi della scuola gestendo le proprie azioni nei vari momenti della giornata scolastica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Linguaggio verbale e non verbale. – Ritmi. – Sequenze di movimento. – Azioni di routine di vita quotidiana.
<p>5. Riconosce segnali e ritmi del proprio corpo ed esegue pratiche corrette di cura di sé.</p> <p>6. Controlla il gesto e valuta il rischio, interagendo con gli altri nel rispetto della sicurezza propria e altrui.</p>	<p>Riconoscere.</p> <p>5A Riconosce i segnali del proprio corpo come reazioni e come bisogni.</p> <p>5B Cura in autonomia l'ambiente e i materiali comuni.</p> <p>5C Mette in pratica alcune corrette regole alimentari, di igiene e pulizia personale.</p> <p>6A Mette in atto comportamenti per prevenire situazioni di pericolo per sé e per gli altri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Segnali del corpo e bisogni personali. – Reazioni del corpo all'attività fisica. – Regole alimentari. – Regole di igiene del corpo e degli ambienti. – Rischi e comportamenti sicuri.
<p>7. Possiede una buona strutturazione dei prerequisiti di scrittura.</p>	<p>Controllare.</p> <p>7A Controlla e coordina il movimento in alcune operazioni di manualità fine.</p> <p>7B Esegue pratiche motorie relative al pregrafismo e al movimento grafo-motorio.</p> <p>7C Utilizza il mezzo grafico con la corretta impugnatura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Movimenti finalizzati delle mani e delle dita. – Impugnatura: prensione e pressione. – Funzione e procedura di utilizzo degli strumenti.

EDUCAZIONE FISICA		
SCUOLA PRIMARIA		
CLASSE I		
COMPETENZA SPECIFICA	ABILITA'	CONOSCENZE
<ol style="list-style-type: none"> 1. Riconosce il proprio corpo, globalmente e nelle sue parti, e lo rappresenta graficamente. 2. Padroneggia e gestisce gli schemi motori nei giochi individuali e di gruppo. 	<p>Sperimentare</p> <p>1A Riconosce, classifica, memorizza e rielabora le informazioni provenienti dagli organi di senso.</p> <p>1B Riconosce e denomina le varie parti del corpo su di sé, sugli altri e su immagini.</p> <p>1C Riconosce le parti dominanti del proprio corpo.</p> <p>2A Identifica la destra e la sinistra su di sé.</p> <p>2B Si muove secondo una direzione controllando la lateralità.</p> <p>2C Utilizza e consolida i diversi schemi motori e posturali.</p> <p>2D Si orienta e si muove in relazione a parametri spaziali e temporali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Organi sensoriali e sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche ... – Il corpo e le sue parti. – Le parti del corpo dominanti. – Destra e sinistra. – Schemi motori di base: camminare, correre, strisciare, rotolare, afferrare ... – Schemi posturali di base: flettere, piegare, slanciare, addurre ... – Parametri spaziali: davanti a /dietro a, di fianco a, sopra a/sotto a ... – Parametri temporali: contemporaneità, successione, reversibilità.
<ol style="list-style-type: none"> 3. Impiega le capacità motorie in situazioni espressive. 	<p>Comunicare</p> <p>3A Riproduce con le varie parti del corpo semplici strutture ritmiche.</p> <p>3B Si muove rispettando sequenze motorie proposte su base ritmica.</p> <p>3C Esprime attraverso la comunicazione non verbale azioni, stati d'animo/emozioni.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Strutture ritmiche. – Andature a ritmo. – Linguaggio mimico, gestuale e motorio.
<ol style="list-style-type: none"> 4. Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport. 5. Comprende, il valore delle regole. 	<p>Collaborare</p> <p>4A Conosce la struttura dei diversi giochi: spazi, attrezzi, tempi, comandi</p> <p>4B Individua le azioni motorie più utili per risolvere semplici situazioni di gioco che presentano una ricerca di soluzione.</p> <p>4C Collabora con i compagni per raggiungere l'obiettivo comune.</p> <p>5A Rispetta i comandi e le regole.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Indicazioni e regole. – Strategie risolutive. – Principi della collaborazione.
<ol style="list-style-type: none"> 6. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza. 7. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare. 	<p>Rispettare</p> <p>6A Conosce e utilizza in modo corretto e appropriato alcuni attrezzi e spazi di attività.</p> <p>7A Riconosce la relazione tra il corpo in movimento e le funzioni fisiologiche principali.</p> <p>7B Conosce i principi di una sana alimentazione e di una corretta igiene personale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Criteri per muoversi in sicurezza rispetto a sé e agli altri. – Rapporto tra movimento e funzioni fisiologiche. – Nozioni basilari per una sana alimentazione e corretta igiene personale.

EDUCAZIONE FISICA		
SCUOLA PRIMARIA		
CLASSE II		
COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Ha consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo.</p> <p>2. Padroneggia e gestisce gli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Sperimentare.</p> <p>1A Identifica le diverse funzioni dei segmenti del corpo;</p> <p>1B Controlla il corpo in posizione statica e in movimento in situazioni di disequilibrio.</p> <p>1C Controlla movimenti ripetuti rispettando la lateralità richiesta.</p> <p>2A Usa il corpo e le sue parti in modo coordinato e finalizzato;</p> <p>2B Utilizza una varietà di azioni motorie di base con attenzione alla lateralità, sapendole verbalizzare;</p> <p>2C Si colloca in posizioni diverse, in rapporto ad altri e/o a oggetti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Funzioni e uso dei segmenti del corpo. – Posture e schemi motori articolati. – Destra e sinistra. – Parametri spaziali: rapporti topologici, punti di riferimento, distanze – Parametri temporali. – Movimenti ripetuti: palleggio con la mano dx/sx ...
<p>3. Utilizza il linguaggio corporeo per comunicare ed esprimersi anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p>	<p>Comunicare.</p> <p>3A Usa creativamente il proprio corpo per muoversi globalmente e ritmicamente nello spazio;</p> <p>3B Crea e rispetta sequenze di movimenti e semplici coreografie;</p> <p>3C Utilizza il linguaggio non verbale per comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, idee, situazioni.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Movimenti e andature. – Tipologie di ritmo. – Sequenze di posizioni, gesti e andature. – Movimenti e gesti significativi ed espressivi. – Linguaggio mimico, gestuale e motorio.
<p>4. Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>gioco-sport</i>.</p> <p>5. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole.</p>	<p>Collaborare.</p> <p>4A Comprende la struttura di un semplice gioco, lo realizza attraverso corretti schemi motori, rispettando istruzioni e regole;</p> <p>4B Partecipa a una gara o a giochi di squadra nel rispetto dei ruoli e fornendo il proprio contributo personale;</p> <p>5A Assume un atteggiamento positivo nell'affrontare le esperienze di gioco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Indicazioni, modalità di esecuzione e regole di ciascun gioco. – I principi del gareggiare. – Regole di convivenza. –
<p>6. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>7. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare.</p>	<p>Rispettare</p> <p>6A Mantiene il comportamento suggerito al fine di rispettare i criteri di sicurezza nella prevenzione degli infortuni;</p> <p>7A Coglie le reazioni fisiologiche del corpo in relazione a contesti di vario genere;</p> <p>7B Segue comportamenti corretti per una sana alimentazione e per l'igiene personale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Criteri per muoversi in sicurezza rispetto a sé e agli altri. – Manifestazioni delle funzioni fisiologiche variabili nei contesti motori: respirazione, sudorazione, battito cardiaco.... – Nozioni basilari per una sana alimentazione e una corretta igiene personale.

EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE III

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Ha consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo.</p> <p>2. Padroneggia e gestisce gli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Sperimentare</p> <p>1A Riconosce la laterizzazione su di sé e sugli altri ed esegue movimenti corretti in relazione ad essa;</p> <p>1B Adatta il proprio corpo a situazioni di disequilibrio;</p> <p>1C Esegue movimenti e gesti con precisione e controllo;</p> <p>2A Organizza il movimento in forma individuale e in gruppo, in relazione agli elementi spaziali;</p> <p>2B Coordina e utilizza diversi schemi motori in successione e in combinazione tra loro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Posture e schemi motori articolati: correre, saltare, lanciare, afferrare, spingere, tirare... – Posizioni in rapporto a sé, agli oggetti, agli altri. – Successione temporale di posizioni e sequenze di azioni. – Destra e sinistra. – Strategie per mantenere l'equilibrio.
<p>3. Utilizza il linguaggio corporeo per comunicare ed esprimersi anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p>	<p>Comunicare</p> <p>3A Riproduce e crea azioni motorie adattandole a semplici strutture ritmiche, anche per eseguire coreografie.</p> <p>3B Utilizza schemi motori con finalità espressive.</p> <p>3C Realizza e interpreta sequenze ritmiche di movimento.</p> <p>3D Utilizza in forma personale il corpo per esprimere situazioni attraverso i segni/segnali non verbali.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Movimenti e andature. – Tipologie di ritmo. – Sequenze di posizioni, gesti e andature. – Linguaggi non verbali. – Movimenti e gesti significativi ed espressivi: il mimo e la drammatizzazione.
<p>4. Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>gioco-sport</i>.</p> <p>5. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole, l'importanza di rispettarle e quello della collaborazione per il raggiungimento di un obiettivo comune.</p>	<p>Collaborare</p> <p>4A Comprende la struttura del gioco, lo realizza attraverso corretti schemi motori, rispettando procedure e regolamento.</p> <p>4B Partecipa ai giochi pre-sportivi nel rispetto della loro struttura, tenendo un comportamento corretto.</p> <p>4C Partecipa a gare o a giochi di squadra accettando diversi ruoli e fornendo il proprio contributo personale.</p> <p>5A Assume un atteggiamento positivo nell'affrontare le esperienze di gioco e collaborare per raggiungere l'obiettivo comune.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Strutture, regole e modalità di esecuzione di ciascun gioco. – Struttura e regole dei giochi di squadra. – I principi del gareggiare e della collaborazione. – Regole di convivenza. –
<p>6. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>7. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare.</p>	<p>Rispettare.</p> <p>6A Controlla il proprio movimento nello spazio, anche usando attrezzi, rispettando i criteri di sicurezza.</p> <p>7A Coglie le reazioni fisiologiche in rapporto al movimento e alla crescita, adattandosi fisicamente e psicologicamente.</p> <p>7B Mette in pratica corretti comportamenti per una sana alimentazione e cura personale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Criteri per muoversi in sicurezza rispetto a sé e agli altri. – Manifestazioni delle funzioni fisiologiche variabili nei contesti motori: respirazione, sudorazione, battito cardiaco... – Nozioni basilari per una sana alimentazione e una corretta igiene personale.

EDUCAZIONE FISICA

SCUOLA PRIMARIA

CLASSE IV

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>1. Padroneggia e gestisce gli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p>	<p>Sperimentare. 1A Utilizza una varietà di azioni motorie in situazioni esecutive sempre più complesse. 1B Sperimenta strategie per superare situazioni di disequilibrio anche nell'uso di attrezzi. 1C Utilizza il proprio movimento in relazione alla laterizzazione su di sé e sugli altri 1D Coordina e utilizza diversi schemi motori e posturali e le loro interazioni, in situazioni combinate e simultanee. 1E Correla il gesto e il movimento a una corretta valutazione di traiettorie, distanze e ritmi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Posture e schemi motori articolati: correre, saltare, lanciare, afferrare, spingere, tirare... – Posizioni in rapporto a sé, agli oggetti, agli altri. – Successione temporale di posizioni e sequenze di azioni. – Strategie per mantenere l'equilibrio. – Destra e sinistra.
<p>2. Utilizza il linguaggio corporeo per comunicare ed esprimersi anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p>	<p>Comunicare. 2A Riproduce e crea azioni motorie adattandole alle strutture ritmiche, anche per eseguire coreografie. 2B Esprime sensazioni, stati d'animo ed emozioni attraverso posture, movimenti e semplici sequenze ritmiche. 2C Crea sequenze di movimento, combinazioni ritmiche per realizzare semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Movimenti e andature. – Tipologie di ritmo. – Sequenze di posizioni, gesti e andature. – Linguaggio non verbale: movimenti e gesti significativi ed espressivi.
<p>3. Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>gioco-sport</i>. 4. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole, l'importanza di rispettarle e quello della collaborazione per il raggiungimento di un obiettivo comune.</p>	<p>Collaborare. 3A Partecipa ai giochi, nuovi e conosciuti, nel rispetto di regole, spazi, modalità esecutive. 3B Modula forza, resistenza e velocità adeguandole all'intensità e alla durata del gioco. 3C Partecipa a gare o a giochi di squadra accettando diversi ruoli e fornendo il proprio contributo personale. 4A Sceglie azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi nel corso del gioco, accogliendo suggerimenti e correzioni. 4B Accetta la sconfitta e gioisce della vittoria nel rispetto dell'avversario.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Strutture, regole e procedure specifiche per ciascun gioco. – Struttura e regole dei giochi di squadra. – I principi del gareggiare e della collaborazione. – Comportamenti di fair play. – Regole di convivenza.
<p>5. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. 6. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare.</p>	<p>Rispettare. 5A Controlla il proprio movimento in relazione ai compagni e allo spazio, anche con attrezzi, rispettando i criteri di sicurezza nella prevenzione degli infortuni. 6A Affronta i compiti motori riconoscendo l'impegno fisico richiesto, tenendo conto delle proprie caratteristiche fisiche. 6B Mette in pratica autonomamente comportamenti corretti per una sana alimentazione e per l'igiene personale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Criteri per muoversi in sicurezza rispetto a sé e agli altri. – Manifestazioni delle funzioni fisiologiche variabili nei contesti motori: respirazione, sudorazione, battito cardiaco.... – Nozioni basilari per una sana alimentazione e corretta cura personale.

EDUCAZIONE FISICA**SCUOLA PRIMARIA****CLASSE V**

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITA'	CONOSCENZE
1. Padroneggia e gestisce gli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.	Sperimentare. 1A Padroneggia la coordinazione dinamica globale e segmentaria e l'organizzazione spazio-temporale del movimento. 1B Riconosce e valuta con sicurezza direzioni, distanze, traiettorie in relazione a sé, allo spazio e agli spostamenti di compagni e avversari.	– Posture e schemi motori articolati: correre, saltare, lanciare, afferrare, spingere, tirare... – Posizioni in rapporto a sé, agli oggetti, agli altri. – Successione temporale di posizioni e sequenze di azioni. – Destra e sinistra.
2. Utilizza il linguaggio corporeo per comunicare ed esprimersi anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.	Comunicare. 2A Usa creativamente il proprio corpo per muoversi globalmente e ritmicamente nello spazio. 2B Crea sequenze di movimenti e semplici coreografie.	– Movimenti e andature. – Tipologie di ritmo. – Sequenze di posizioni, gesti e andature. – Movimenti e gesti significativi ed espressivi.
3. Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>gioco-sport</i> . 4. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole, l'importanza di rispettarle e quello della collaborazione per il raggiungimento di un obiettivo comune.	Collaborare. 3A Partecipa ai giochi nel rispetto di regole, spazi, modalità esecutive. 3B Modula forza, resistenza e velocità adeguandole all'intensità e alla durata del gioco. 3C Partecipa a gare o a giochi di squadra assumendo correttamente il ruolo di giocatore e quello di arbitro. 4A Coopera per trovare una strategia comune. 4B Sceglie azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi nel corso del gioco, accogliendo suggerimenti e correzioni. 4C Accetta la sconfitta e gioisce della vittoria nel rispetto dell'avversario.	– Strutture, regole e procedure specifiche per ciascun gioco. – Struttura e regole dei giochi di squadra. – I principi del gareggiare e della collaborazione. – Comportamenti di fair play. – Regole di convivenza.
5. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. 6. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico legati alla cura del corpo e a un corretto regime alimentare.	Rispettare. 5A Utilizza adeguatamente, evitando situazioni di rischio, spazi, materiali e attrezzi. 6A Affronta i compiti motori riconoscendo l'impegno fisico richiesto, tenendo conto delle proprie caratteristiche fisiche. 6B Individua e gestisce sani comportamenti per una alimentazione e cura personale.	– Criteri per muoversi in sicurezza rispetto a sé e agli altri. – Manifestazioni delle funzioni fisiologiche variabili nei contesti motori: respirazione, sudorazione, battito cardiaco.... – Nozioni basilari per una sana alimentazione e igiene personale.

EDUCAZIONE FISICA**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO****CLASSI I-II**

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
1. Il corpo e le funzioni percettive	1A Essere in grado di percepire i principali cambiamenti morfologici del corpo; 1B Saper controllare i segmenti corporei; 1C Riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento 1D Saper utilizzare procedure per aumentare le capacità condizionali (forza, resistenza, rapidità, mobilità articolare); 1E Mantenere un impegno motorio manifestando autocontrollo del proprio corpo nelle sue funzionalità.	<ul style="list-style-type: none">– Le modifiche strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo– Il sistema cardio-respiratorio in relazione al movimento– Principali procedure utilizzate nell'attività per il miglioramento delle capacità condizionali
2. Il movimento del corpo in relazione con lo spazio e il tempo	2A Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport 2B Saper applicare schemi e azioni di movimento per risolvere un determinato problema motorio, riproducendo anche diverse forme di movimento 2C Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali in ogni situazione sportiva 2D Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'esecuzione di gesti motori 2E Realizzare movimenti e sequenze di movimenti su strutture temporali complesse 2F Sapersi orientare nell'ambiente naturale mediante decodificazione di mappe	<ul style="list-style-type: none">– Le capacità coordinative sviluppate nelle abilità– Gli elementi che servono a mantenere l'equilibrio e le posizioni del corpo che lo facilitano– Le componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo– Gli andamenti del ritmo (regolare, periodico)– Strutture temporali sempre più complesse– Attività ludiche e sportive in vari ambienti naturali
3. Il linguaggio del corpo come modalità espressiva	3A Usare il linguaggio del corpo utilizzando codici espressivi e combinando la componente comunicativa con quella estetica 3B Rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture a coppie, in gruppo 3C Saper decodificare i gesti arbitrari applicando il regolamento di gioco 3D Scoprire differenti utilizzi degli oggetti e diverse gestualità.	<ul style="list-style-type: none">– Le tecniche di espressione corporea– I gesti arbitrari delle principali discipline sportive praticate
4. Il gioco e le regole e il fair play	4A Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra 4B Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione 4C Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro e/o funzioni di giuria 4D Saper gestire gli eventi della gara e le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto 4E Inventare nuove forme di attività ludico-sportive 4F Rispettare le regole del fair play	<ul style="list-style-type: none">– Gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport– Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco– Le regole del fair play
5. Sicurezza e prevenzione	5A Saper acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria 5B Giungere, secondo i propri tempi, alla presa di coscienza e al riconoscimento che l'attività realizzata e le procedure utilizzate migliorano le qualità coordinative e condizionali, facendo acquisire uno stato di benessere 5C Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere lo stato di salute (metodiche di allenamento, principi alimentari, ecc) 5D Utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo	<ul style="list-style-type: none">– Le norme generali di prevenzione degli infortuni– Effetti delle attività motorie per il benessere della persona e prevenzione delle malattie– L'efficienza fisica e autovalutazione delle proprie capacità e performance– Il valore etico dell'attività sportiva e della competizione

EDUCAZIONE FISICA**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO****CLASSE III**

COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
1. Il corpo e le funzioni percettive	1A Essere consapevole dei principali cambiamenti morfologici del corpo; 1B Saper controllare i diversi segmenti corporei in situazioni complesse, adattandoli ai cambiamenti morfologici del corpo; 1C Saper utilizzare consapevolmente le procedure proposte dall'insegnante per l'incremento delle capacità condizionali (forza, resistenza, rapidità, mobilità articolare); 1D Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo del proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria e muscolare; 1E Saper coordinare la respirazione alle esigenze del movimento.	<ul style="list-style-type: none">– Il rapporto tra l'attività motoria e i cambiamenti fisici e psicologici tipici della pre-adolescenza– Approfondimento del ruolo dell'apparato cardio- respiratorio nella gestione del movimento
2. Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	2A Prevedere correttamente l'andamento di una azione valutando tutte le informazioni utili al raggiungimento di un risultato positivo; 2B Saper utilizzare e trasferire le abilità acquisite in contesti diversi, nell'uso di oggetti che creano situazioni di forte disequilibrio; 2C Utilizzare le variabili spazio-tempo nelle situazioni collettive per cercare l'efficacia del risultato; 2D Condurre e lasciarsi condurre dal ritmo; 2E Realizzare sequenze di movimenti in gruppo nel rispetto di strutture temporali complesse; 2F Sapersi orientare nell'ambiente naturale attraverso la lettura e decodificazione di mappe.	<ul style="list-style-type: none">– Approfondimento delle capacità coordinative sviluppate nelle abilità– Le conoscenze relative all'equilibrio nell'uso di strumenti più complessi– Le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva– Moduli ritmici e suoni– Il ruolo del ritmo nelle azioni– I diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale
3. Il linguaggio del corpo come modalità espressiva	3A Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica; 3B Rappresentare idee, stati d'animo e storie sempre più complesse mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo; 3C Saper decodificare con sicurezza i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco; 3D Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti; 3E Variare e strutturare le diverse forme di movimento; 3F Risolvere in modo personale problemi motori sportivi.	<ul style="list-style-type: none">– L'espressione corporea e la comunicazione efficace
4. Il gioco, lo sport e le regole	4A Rispettare le regole nei giochi di squadra (pallavolo, basket..), svolgere un ruolo attivo utilizzando le proprie abilità tecniche e tattiche; 4B Partecipare attivamente alla scelta della tattica di squadra e alla sua realizzazione; 4C Arbitrare una partita degli sport praticati; 4D Stabilire corretti rapporti interpersonali; 4E Mettere in atto comportamenti operativi all'interno del gruppo; 4F Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara e le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro; 4G Applicare il "fair play" (gioco leale) durante lo svolgimento di giochi e gare individuali e di squadra; 4H Controllare le proprie emozioni in situazioni nuove e durante il gioco; 4I Utilizzare le abilità apprese in situazioni ambientali diverse e in contesti problematici.	<ul style="list-style-type: none">– Le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi– Il concetto di anticipazione motoria– I gesti arbitrari delle discipline sportive praticate– Le modalità relazionali che valorizzano le diverse capacità
5. Sicurezza e prevenzione	5A Mettere in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza; 5B Saper applicare i principi metodologici utilizzati, per mantenere un buono stato di salute; 5C Creare semplici percorsi di allenamento; 5D Mettere in atto comportamenti equilibrati dal punto di vista fisico, emotivo, cognitivo.	<ul style="list-style-type: none">– Regole di prevenzione e attuazione della sicurezza personale a scuola, in casa, in ambienti esterni– I principi basilari dei diversi metodi di allenamento utilizzati, finalizzati al miglioramento dell'efficienza