

**CURRICOLO  
DI  
EDUCAZIONE FISICA**

# SCUOLA DELL'INFANZIA

<i>Campi di esperienza</i>	<i>Traguardi per lo sviluppo della competenza</i>
<b>Il corpo e il movimento</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ 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.</li><li>❖ 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.</li><li>❖ 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.</li><li>❖ Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</li><li>❖ Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.</li></ul>

**INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO DELLA SCUOLA DEL PRIMO CICLO E CURRICOLO VERTICALE  
EDUCAZIONE FISICA**

**Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria**

- ❖ 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.
- ❖ 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.
- ❖ Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- ❖ Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- ❖ Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.
- ❖ 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.
- ❖ Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

**Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado**

- ❖ L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.
- ❖ Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.
- ❖ 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.
- ❖ Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.
- ❖ Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.
- ❖ È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

## TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DI EDUCAZIONE FISICA CURRICOLO VERTICALE D'ISTITUTO

*Nel primo ciclo l'educazione fisica promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti ed è occasione per promuovere esperienze cognitive, sociali, culturali e affettive.*

<b>COMPETENZE MOTORIE</b>	<b>SCUOLA DELL'INFANZIA</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA</b>	<b>SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO</b>
<b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b>	Sperimenta la propria corporeità.	Ha consapevolezza del proprio schema corporeo in relazione allo spazio e al tempo.	Ha consapevolezza delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.
	Conosce e denomina le diverse parti del corpo.	Conosce il proprio corpo.	
	Conosce e sperimenta gli schemi motori e posturali di base (statici e dinamici).	Conosce e utilizza gli schemi motori e posturali di base (statici e dinamici).	Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alla situazione.
	Sperimenta varie forme d'espressione corporea.	Conosce varie forme d'espressione corporea (attività coreutica, drammatizzazione, ...).	Conosce semplici tecniche d'espressione corporea per entrare in relazione con gli altri.

<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>Utilizza il corpo come mezzo per esprimere e comunicare idee, sensazioni, emozioni.</p>	<p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.</p>	<p>Decodifica gesti di compagni, avversari, arbitrali in situazione di gioco e di sport.</p>
<p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p>Sperimenta giochi collettivi.</p>	<p>Pratica attività propedeutica allo sport individuale e di squadra, conoscendone le modalità esecutive.</p>	<p>Adatta i fondamentali degli sport alle situazioni richieste dal gioco.</p>
	<p>Partecipa al gioco mantenendo attenzione e impegno per tutta la durata.</p>	<p>Partecipa ad attività di gioco-sport, anche in forma competitiva, collaborando con gli altri.</p>	<p>Partecipa ad attività di gioco-sport, anche in forma competitiva, collaborando con gli altri.</p>
	<p>Gioca rispettando le regole, gli altri e i materiali.</p>	<p>Partecipa attivamente ai giochi sportivi rispettando le regole, accettando la sconfitta e manifestando il senso di responsabilità.</p>	<p>Partecipa attivamente ai giochi sportivi rispettando le regole, accettando la sconfitta, manifestando autocontrollo e rispetto per l'altro.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p>Sperimenta le proprie capacità motorie.</p>	<p>È consapevole delle proprie capacità motorie e mantiene un buono stato di salute.</p>	<p>Pratica attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p>
	<p>Percepisce i segnali del corpo. Percepisce cosa fa bene e che cosa fa male. Conosce il proprio corpo.</p>	<p>Comprende l'importanza di atteggiamenti e comportamenti corretti rispetto all'alimentazione e a un sano stile di vita.</p>	<p>Conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza.</p>
	<p>Utilizza spazi e materiali individualmente, in modo sicuro.</p>	<p>Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature sia individualmente sia in gruppo.</p>	<p>Utilizza in modo responsabile spazi e attrezzature sia individualmente sia in gruppo.</p>

# SCUOLA PRIMARIA

## EDUCAZIONE FISICA

OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA		
NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI	ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE
<p><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p>A. <b>Coordinare</b> e <b>utilizzare</b> diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>B. <b>Sa organizzare</b> il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p>	<p>Attività per riconoscere e denominare le parti del corpo su di sé, sugli altri e su immagini.</p> <p>Attività per rispondere a stimoli visivi, sonori, tattili, ...</p> <p>Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base.</p> <p>Esplorazione dell'ambiente palestra.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale.</p> <p>Esecuzione di semplici percorsi in palestra e/o negli spazi della scuola.</p> <p>Giochi di movimento individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>A. <b>Sperimentare</b> modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.</p> <p>B. <b>Eseguire</b> semplici sequenze di movimento e semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Attività mimico-gestuali.</p> <p>Giochi d'espressività corporea.</p> <p>Attività ritmiche e coreutiche.</p>

<p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p>A. <b>Conoscere</b> modalità esecutive di alcune proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>B. <b>Saper utilizzare</b> giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>C. <b>Partecipare</b> attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>D. <b>Rispettare</b> le regole e i ruoli nelle attività sportive e nel gioco, sapendo accettare anche la sconfitta.</p>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, d'imitazione, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti.</p> <p>Giochi propedeutici all'attività sportiva.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p>A. <b>Assumere</b> comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza in ambiente scolastico e familiare.</p>	<p>Conoscenza e uso corretto degli attrezzi presenti in palestra.</p> <p>Assunzione di comportamenti adeguati rispetto al luogo.</p>

**OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA**

<b>NUCLEI TEMATICI</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE</b>
<p align="center"><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p>A. <b>Coordinare</b> e <b>utilizzare</b> diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>B. <b>Sa organizzare</b> il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p>	<p>Attività per riconoscere e denominare le parti del corpo su di sé, sugli altri e su immagini. Giochi individuali e a coppie per discriminare la destra dalla sinistra. Attività per rispondere a stimoli visivi, sonori, tattili, ... Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base. Attività concrete di orientamento spaziale. Esecuzione di semplici percorsi in palestra e/o negli spazi della scuola. Giochi di movimento individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>A. <b>Sperimentare</b> modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.</p> <p>B. <b>Eseguire</b> semplici sequenze di movimento e semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Attività mimico-gestuali. Giochi d'espressività corporea. Attività ritmiche e coreutiche.</p>
<p align="center"><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p>A. <b>Conoscere</b> modalità esecutive di alcune proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>B. <b>Saper utilizzare</b> giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, d'imitazione, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti. Giochi propedeutici all'attività sportiva. Giochi della tradizione e non.</p>



	<p>C. <b>Partecipare</b> attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>D. <b>Rispettare</b> le regole e i ruoli nelle attività sportive e nel gioco, sapendo accettare anche la sconfitta.</p>	
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p>A. <b>Assumere</b> comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza in ambiente scolastico e familiare.</p>	<p>Conoscenza e uso corretto degli attrezzi presenti in palestra. Assunzione di comportamenti adeguati rispetto al luogo.</p>

**OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA**

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI	ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE
<p align="center"><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p><b>A. Coordinare e utilizzare</b> diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p><b>B. Riconoscere e valutare</b> 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.</p>	<p>Attività per riconoscere e denominare le parti del corpo e le loro possibilità di movimento. Esercizi di lateralizzazione. Attività per rispondere a stimoli visivi, sonori. Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base e combinati.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale. Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione. Giochi di movimento individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p><b>A. Utilizzare</b> in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p><b>B. Elaborare ed eseguire</b> semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Attività di drammatizzazione per esprimere contenuti emozionali. Giochi d'espressività corporea. Attività ritmiche e coreutiche.</p>
<p align="center"><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p><b>A. Conoscere e applicare</b> correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p><b>B. Saper utilizzare</b> giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, d'imitazione, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti. Giochi propedeutici all'attività sportiva. Giochi della tradizione e non. Riflessione sulle regole dei giochi.</p>

	<p><b>C. Partecipare</b> attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p><b>D. Rispettare</b> le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità e manifestando senso di responsabilità.</p>	
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p><b>A. Assumere</b> comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p><b>B. Riconoscere</b> il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>	<p>Riflessione sulle conseguenze delle proprie azioni durante l'attività in palestra e nei luoghi di vita.</p> <p>Riflessione sulle abitudini alimentari in rapporto al benessere fisico.</p> <p>Riflessione sull'importanza dell'igiene personale.</p>

**OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE QUARTA**

<b>NUCLEI TEMATICI</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE</b>
<p align="center"><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p><b>A. Coordinare e utilizzare</b> diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p><b>B. Riconoscere e valutare</b> 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.</p>	<p>Sviluppo e consolidamento delle capacità motorie. Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base e combinati.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale e temporale. Attività pratiche finalizzate alla valutazione della traiettoria, della distanza e della direzione. Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione. Esecuzione di percorsi con elementi di coordinazione motoria e agilità. Giochi di movimento e coordinazione individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p><b>A. Utilizzare</b> in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p><b>B. Elaborare ed eseguire</b> semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Attività di drammatizzazione per esprimere contenuti emozionali. Giochi d'espressività corporea. Attività ritmiche e coreutiche.</p>

<p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p><b>A. Conoscere e applicare</b> correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p><b>B. Saper utilizzare</b> numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p><b>C. Partecipare</b> attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p><b>D. Rispettare</b> 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>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, d'imitazione, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti.</p> <p>Attività pre-sportiva individuale e di squadra con l'introduzione di contenuti e regolamenti tecnici specifici. Giochi della tradizione e non.</p> <p>Riflessione sulle regole dei giochi per sviluppare comportamenti sociali positivi e per favorire il senso d'appartenenza al gruppo, il rispetto dell'avversario, l'autocontrollo e il senso di responsabilità.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p><b>A. Assumere</b> comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p><b>B. Riconoscere</b> 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>	<p>Conoscenza di corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni.</p> <p>Riflessione sulle abitudini alimentari in rapporto al benessere fisico.</p> <p>Riflessione sull'importanza dell'igiene personale.</p>

**OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA**

<b>NUCLEI TEMATICI</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE</b>
<p align="center"><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p><b>A. Coordinare e utilizzare</b> diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p><b>B. Riconoscere e valutare</b> 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.</p>	<p>Sviluppo e consolidamento delle capacità motorie. Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base e combinati.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale e temporale. Attività pratiche finalizzate alla valutazione della traiettoria, della distanza e della direzione. Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione e in forma combinata. Esecuzione di percorsi con elementi di coordinazione motoria, agilità, resistenza e velocità. Giochi di movimento e coordinazione individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p><b>A. Utilizzare</b> in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p><b>B. Elaborare ed eseguire</b> semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Attività di drammatizzazione per esprimere contenuti emozionali. Giochi d'espressività corporea. Attività ritmiche e coreutiche.</p>

<p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p><b>A. Conoscere e applicare</b> correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p><b>B. Saper utilizzare</b> numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p><b>C. Partecipare</b> attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p><b>D. Rispettare</b> 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>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, d'imitazione, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti.</p> <p>Attività pre-sportiva individuale e di squadra con l'introduzione di contenuti e regolamenti tecnici specifici. Giochi della tradizione e non.</p> <p>Riflessione sulle regole dei giochi per sviluppare comportamenti sociali positivi e per favorire il senso d'appartenenza al gruppo, il rispetto dell'avversario, l'autocontrollo e il senso di responsabilità.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p><b>A. Assumere</b> comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p><b>B. Riconoscere</b> 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>	<p>Conoscenza di corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni.</p> <p>Riflessione sulle abitudini alimentari in rapporto al benessere fisico.</p> <p>Riflessione sull'importanza dell'igiene personale.</p> <p>Utilizzo consapevole delle proprie capacità motorie.</p>

# SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

## EDUCAZIONE FISICA

OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA		
NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI	ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE
<p><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p>A. <b>Saper utilizzare</b> e <b>trasferire</b> le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>B. <b>Utilizzare</b> e <b>correlare</b> le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<p>Sviluppo e consolidamento delle capacità motorie. Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base e combinati.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale e temporale. Attività pratiche finalizzate alla valutazione della traiettoria, della distanza e della direzione. Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione e in forma combinata. Esecuzione di percorsi con elementi di coordinazione motoria, agilità, resistenza e velocità. Giochi di movimento e coordinazione individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p>A. <b>Saper decodificare</b> i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport</p> <p>B. <b>Saper decodificare</b> i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>Percorsi a staffetta a tempo, percorsi a ostacoli, esercizi di destrezza e agilità, giochi di movimento e presportivi.</p>



<p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p>A. <b>Conoscere</b> e <b>sviluppare</b> le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco.</p> <p>B. <b>Conoscere</b> e <b>applicare</b> correttamente il regolamento tecnico dei giochi praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>C. <b>Saper gestire</b> in modo consapevole le situazioni di gioco con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, d'imitazione, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti.</p> <p>Attività pre-sportiva individuale e di squadra con l'introduzione di contenuti e regolamenti tecnici specifici. Giochi della tradizione e non.</p> <p>Riflessione sulle regole dei giochi per sviluppare comportamenti sociali positivi e per favorire il senso d'appartenenza al gruppo, il rispetto dell'avversario, l'autocontrollo e il senso di responsabilità.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p>A. <b>Essere in grado di conoscere</b> i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista di miglioramento delle prestazioni.</p> <p>B. <b>Essere in grado di distribuire</b> lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.</p> <p>C. <b>Saper disporre, utilizzare e riporre</b> correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>D. <b>Saper adottare</b> comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>E. <b>Praticare</b> attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p>	<p>Riflessione sui risultati dei test.</p> <p>Utilizzo consapevole delle proprie capacità motorie.</p> <p>Conoscenza di corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni.</p> <p>Riflessione sulle abitudini alimentari in rapporto al benessere fisico.</p> <p>Riflessione sull'importanza dell'igiene personale.</p>

**OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA**

NUCLEI TEMATICI	OBIETTIVI	ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE
<p align="center"><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p><b>A. Saper utilizzare e trasferire</b> le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p><b>B. Utilizzare e correlare</b> le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<p>Sviluppo e consolidamento delle capacità motorie. Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base e combinati.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale e temporale. Attività pratiche finalizzate alla valutazione della traiettoria, della distanza e della direzione.</p> <p>Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione e in forma combinata.</p> <p>Esecuzione di percorsi con elementi di coordinazione motoria, agilità, resistenza e velocità.</p> <p>Giochi di movimento e coordinazione individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p><b>A. Saper decodificare</b> i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p><b>B. Saper decodificare</b> i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco</p>	<p>Percorsi a staffetta a tempo, percorsi a ostacoli, esercizi di destrezza e agilità, giochi di movimento, presportivi e sportivi ( atletica, corsa, lanci, salti, softball, badminton, madball, pallamano, indiana, dodgeball, ...)</p>
<p align="center"><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p><b>A. Padroneggiare</b> le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco.</p> <p><b>B. Conoscere e applicare</b> correttamente il regolamento tecnico dei giochi praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti.</p> <p>Attività pre-sportiva/sportiva individuale e di squadra con l'introduzione di contenuti e regolamenti tecnici specifici.</p> <p>Giochi della tradizione e non.</p> <p>Riflessione sulle regole dei giochi per sviluppare comportamenti sociali positivi e per favorire il senso d'appartenenza al gruppo, il rispetto dell'avversario,</p>

	<p><b>C. Saper gestire</b> in modo consapevole le situazioni di gioco con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>l'autocontrollo e il senso di responsabilità.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p><b>A. Essere in grado di conoscere</b> i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista di miglioramento delle prestazioni.</p> <p><b>B. Essere in grado di distribuire</b> lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.</p> <p><b>C. Saper disporre, utilizzare e riporre</b> correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p><b>D. Saper adottare</b> comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p><b>E. Praticare</b> attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p><b>F. Conoscere ed essere consapevoli</b> degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe e alcool).</p>	<p>Riflessione sui risultati dei test. Utilizzo consapevole delle proprie capacità motorie. Conoscenza di corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni. Riflessione sulle abitudini alimentari in rapporto al benessere fisico. Riflessione sull'importanza dell'igiene personale. Riflessione sugli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze nocive.</p>

**OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA**

<b>NUCLEI TEMATICI</b>	<b>OBIETTIVI</b>	<b>ATTIVITA' DIDATTICHE, METODOLOGIE, ORGANIZZAZIONE</b>
<p align="center"><b>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</b></p>	<p><b>A. Saper utilizzare e trasferire</b> le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p><b>B. Saper utilizzare</b> l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p><b>C. Utilizzare e correlare</b> le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p><b>D. Sapersi orientare</b> nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</p>	<p>Sviluppo e consolidamento delle capacità motorie. Giochi, percorsi, esercizi con l'utilizzo di schemi corporei di base e combinati.</p> <p>Attività concrete di orientamento spaziale e temporale. Attività pratiche finalizzate alla valutazione della traiettoria, della distanza e della direzione.</p> <p>Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione e in forma combinata.</p> <p>Esecuzione di percorsi con elementi di coordinazione motoria, agilità, resistenza e velocità.</p> <p>Giochi di movimento e coordinazione individuali, a coppie, di gruppo.</p>
<p align="center"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</b></p>	<p><b>A. Conoscere e applicare</b> 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.</p> <p><b>B. Saper decodificare</b> i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport</p> <p><b>C. Saper decodificare</b> i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>Percorsi a staffetta a tempo, percorsi a ostacoli, esercizi di destrezza e agilità, giochi di movimento, presportivi e sportivi ( atletica, corsa, lanci, salti, softball, badminton, madball, pallamano, indiana, dodgeball, ...)</p>

<p><b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b></p>	<p><b>A. Padroneggiare</b> le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco.</p> <p><b>B. Saper realizzare</b> strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p><b>C. Conoscere e applicare</b> correttamente il regolamento tecnico dei giochi praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p><b>D. Saper gestire</b> in modo consapevole le situazioni di gioco con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>Giochi in coppia, in piccolo gruppo, in squadra, a eliminazione, di ruoli, staffette, percorsi e circuiti. Attività sportiva individuale e di squadra con l'introduzione di contenuti e regolamenti tecnici specifici (pallavolo, pallacanestro, baseball, pallamano, ginnastica artistica, atletica leggera).</p> <p>Giochi della tradizione e non.</p> <p>Riflessione sulle regole dei giochi per sviluppare comportamenti sociali positivi e per favorire il senso d'appartenenza al gruppo, il rispetto dell'avversario, l'autocontrollo e il senso di responsabilità.</p>
<p><b>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</b></p>	<p><b>A. Essere in grado di conoscere</b> i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista di miglioramento delle prestazioni.</p> <p><b>B. Essere in grado di distribuire</b> lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta.</p> <p><b>C. Saper disporre, utilizzare e riporre</b> correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p><b>D. Saper adottare</b> comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p><b>E. Praticare</b> attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p><b>F. Conoscere ed essere consapevoli</b> degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe e alcool).</p>	<p>Riflessione sui risultati dei test.</p> <p>Utilizzo consapevole delle proprie capacità motorie.</p> <p>Conoscenza di corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni.</p> <p>Riflessione sulle abitudini alimentari in rapporto al benessere fisico.</p> <p>Riflessione sull'importanza dell'igiene personale.</p> <p>Riflessione sugli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze nocive.</p>