ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE SOVERATO 1°

VIA OLIMPIA – SOVERATO

CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

- **CURRICOLI SCUOLA DELL'INFANZIA - IL CORPO E IL MOVIMENTO**
- **CURRICOLI SCUOLA PRIMARIA - EDUCAZIONE FISICA**
- **CURRICOLI SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO – EDUCAZIONE FISICA**

Anno scolastico 2015-2016

CURRICOLI SCUOLA DELL'INFANZIA IL CORPO E IL MOVIMENTO			
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	INDICATORI DI COMPETENZA PER LA VALUTAZIONE	PROPOSTE DI ATTIVITA' (a cura della programmazione)
<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. • 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. • Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella danza, nella comunicazione espressiva. 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper leggere e interpretare i messaggi provenienti dal corpo proprio e altrui - Favorire l'autonomia e la sicurezza emotiva - Sviluppare le capacità di partecipazione, condivisione e collaborazione. - Sviluppare la capacità di esprimersi e di comunicare attraverso il corpo - Sensibilizzare ad una corretta alimentazione e igiene personale 	<p>3 anni</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inizio della fase di rafforzamento e consolidamento della conoscenza del proprio "sé fisico" con conseguente potenziamento della propria autostima e fiducia attraverso l'espressione del corpo. • Iniziale acquisizione della padronanza delle funzioni delle parti principali del proprio corpo ed elaborazione del proprio schema corporeo. <p>4 anni</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sviluppo in modo progressivo del controllo consapevole della forza del proprio corpo valutandone i rischi connessi. • Inizia ad organizzarsi con i compagni per occupare uno spazio delimitato. • Rafforzamento delle attività motorie semplici (correre, saltare e coordinarsi in piccoli giochi di gruppo). <p>5 anni</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raggiungimento di una discreta autonomia personale. • Sa destreggiarsi in semplici giochi di movimento, di equilibrio, anche con l'utilizzo di semplici attrezzi. • Rispetto delle regole e del proprio turno in situazioni diverse. • Rafforzamento della coordinazione oculo-manuale e raggiungimento della padronanza della motricità fine. • Rappresenta graficamente lo schema corporeo. 	

CURRICOLI SCUOLA PRIMARIA EDUCAZIONE FISICA			
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	INDICATORI DI COMPETENZA PER LA VALUTAZIONE	PROPOSTE DI ATTIVITA' (a cura della programmazione personale dell'Insegnante)
<p>AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 del corpo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. 	<p>AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA</p> <p><u>Il corpo e le funzioni senso-percettive</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Riconoscere e rinominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentarle graficamente riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche) <p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Iniziare a coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc) 	<p>CLASSE PRIMA</p> <p><u>Il corpo e le funzioni senso-percettive</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Prende coscienza della globalità del corpo, delle sue parti e delle sue possibilità di movimento Traspone sul piano grafico l'immagine mentale del proprio corpo Riconosce la destra e la sinistra su di sé e sa utilizzarle adeguatamente nei movimenti Riconosce e differenzia le percezioni sensoriali (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche) <p><u>Ambito della coordinazione globale</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Sperimenta e consolida la coordinazione dei movimenti naturali (camminare, correre, saltare e lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi) Trova e mantiene l'equilibrio in situazioni semplici di disequilibrio <p><u>Ambito della coordinazione spazio-temporale</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Organizza in modo spontaneo il proprio movimento nello spazio in rapporto agli altri e agli oggetti Si orienta nello spazio controllando la lateralità e adottando gli schemi motori in funzione di 	

<ul style="list-style-type: none"> • Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. Sperimenta in forma 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo - Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche. - Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi. <p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>parametri spaziali e temporali (rapporti topologici, fenomeni sonori)</p> <p><u>Ambito gestuale espressivo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende il linguaggio mimico-gestuale • Utilizza il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative • Comunica con il corpo azioni, sentimenti ed emozioni <p><u>Ambito del gioco</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole, sapendosi divertire e accettando comunque il risultato finale (sconfitta o vittoria) <p>CLASSI SECONDA E TERZA</p> <p><u>Ambito del corpo e della coordinazione spazio-temporale</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conosce lo schema corporeo e utilizza consapevolmente le proprie abilità motorie • Coordina e collega in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi) • Sa controllare il corpo in situazioni di disequilibrio • Controlla le fasi più elementari della respirazione e sa regolarle in funzione dello sforzo. • Coordina e riproduce un gesto, in forma singola, in coppia, in gruppo, con rappresentazione mentale del modello • Coordina la motricità del corpo, in rapporto alle valutazioni visive, nella ricezione, nella mira, nella motricità fine-destrezza 	
---	---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> • Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte gioco sport - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri - Rispettare le regole nella competizione sportiva; iniziare a saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando la diversità, manifestando senso di responsabilità. <p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita - Iniziare a riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita 	<ul style="list-style-type: none"> • Varia gli schemi motori in funzione di parametri di: spazio, tempo ed equilibrio • Orienta sé e gli altri nello spazio • Percepisce, riproduce, rappresenta elementi temporali <p><u>Ambito del gesto espressivo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizza il linguaggio mimico-gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee e situazioni <p><u>Ambito del gioco</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa partecipare a giochi diversi rispettando e applicando correttamente il regolamento disciplinare e tecnico • Sa utilizzare abilità motorie in situazioni di gioco • Coopera all'interno di un gruppo: interagisce positivamente con gli altri, comprendendo ed accettando i propri limiti e valorizzando le diversità <p><u>Ambito della sicurezza e prevenzione</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizza in modo corretto per sé e per i compagni spazi e attrezzature e saper usarli con sicurezza • Comprende la relazione tra ambiente esterno e benessere • Sa applicare i principi elementari di una sana alimentazione in rapporto all'attività da svolgere 	
--	--	--	--

	AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA	CLASSI QUARTA E QUINTA	
	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordinare in modo sempre più consapevole e preciso e utilizzare schemi motori combinati inizialmente in forma successiva e poi simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc) - Riconoscere e valutare in modo sempre più complesso 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>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 sequenze o coreografie individuali e collettive, dalle più semplici alle più complesse 	<p><u>Ambito del gesto espressivo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa esprimere stati d'animo e sentimenti con la mimica, la postura e il movimento • Sa eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie, utilizzando un'ampia gamma di codici espressivi <p><u>Ambito del corpo e della coordinazione</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico • Controlla gli equilibri posturali e dinamici per una gestualità, anche sportiva, più efficace • Si muove in situazioni complesse e nel gioco con gesti coordinati ed efficaci • Utilizza abilità di lancio, ricezione, mira, destrezza fine per risolvere situazioni motorie complesse e di gioco • Sa organizzarsi nello spazio e nel tempo in situazioni motorie complesse e di gioco <p><u>Ambito del gioco</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa organizzare (creare, riordinare, modificare) le regole di un gioco confrontandosi con gli altri e accettandone le scelte • Coopera nel gruppo, sa confrontarsi lealmente, anche in competizione, con i compagni • Svolge un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuali e di squadra 	

	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di gioco sport; - 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 dei perdenti, accettare la diversità, manifestare responsabilità. <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumere comportamenti adeguati di prevenzione e sicurezza in vari ambienti 	<p><u>Ambito della salute e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Assume comportamenti igienici e salutisti • Rispetta le regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambiti di vita, in palestra e in strada • Riconosce il rapporto tra alimentazione e benessere fisico.
--	--	--

**CURRICOLI SCUOLA SECONDARIA DI 1°
GRADO – EDUCAZIONE FISICA**

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	INDICATORI DI COMPETENZA PER LA VALUTAZIONE	PROPOSTE DI ATTIVITA' (a cura della programmazione personale dell'Insegnante)
---	-----------------------------------	--	---

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

AL TERMINE DELLA
CLASSE TERZA
**Il corpo e la sua
relazione con lo spazio e
il tempo**

- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.
- Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.
- Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.
- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).

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

- Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione

CLASSE PRIMA

Ambito del gesto espressivo

- Rappresenta stati d'animo e idee attraverso la mimica
- Esegue movimenti semplici seguendo tempi ritmici specifici.

Ambito del corpo e della coordinazione

- Consolida gli schemi motori di base
- Sa controllare il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico
- Consolida la lateralità
- Sa gestire lo spazio e il tempo di un'azione rispetto a se stesso, ad un oggetto, ad un compagno

Ambito del gioco

- Conosce e applica i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive
- Sceglie azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori
- Partecipa attivamente ai giochi di movimento
- Partecipa attivamente ai giochi presportivi e sportivi
- Conosce e applica il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro e di giuria

Ambito della salute e sicurezza

- Utilizza correttamente gli spazi e gli attrezzi in rapporto a se stessi e agli altri
- Conosce le norme generali di prevenzione degli infortuni
- Sa capire l'importanza dell'attività motoria come corretto stile di vita

CLASSE SECONDA

Ambito del gesto espressivo

- Rappresenta stati d'animo e idee attraverso la mimica
- Usa il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica

<ul style="list-style-type: none"> • È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune. 	<p>espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. - Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. <p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. - Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle 	<ul style="list-style-type: none"> • Rappresenta idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie e in gruppo <p><u>Ambito del corpo e della coordinazione</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Potenzia gli schemi motori di base • Controlla il proprio corpo in situazioni di equilibrio statico e dinamico • Consolida la lateralità • Realizza movimenti e sequenze di movimenti su strutture temporali sempre più complesse <p><u>Ambito del gioco</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rispetta le regole nei giochi di squadra • Partecipa in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione mettendo in atto comportamenti collaborativi • Sa gestire le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la sconfitta • Rispetta le regole del fair play <p><u>Ambito della salute e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria, in relazione ai cambiamenti fisici tipici della preadolescenza • Consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buono stato di salute • Conosce le principali norme per una corretta alimentazione 	
--	---	--	--

	<p>scelte della squadra</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudica - Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta. 	<p>CLASSE TERZA</p> <p><u>Ambito del gesto espressivo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Usa consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi • Sa decodificare con sicurezza i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco • Risolve in modo personale problemi motori • Sa variare e strutturare le diverse forme di movimento <p><u>Ambito del corpo e della coordinazione</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Potenzia gli schemi motori di base • Applica schemi motori per risolvere un problema motorio • Utilizza le variabili spazio-tempo nelle situazioni collettive per cercare l'efficacia del risultato • Sa prevedere correttamente l'andamento di un'azione valutando tutte le informazioni utili al raggiungimento di un risultato positivo 	
	<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni 	<p><u>Ambito del gioco</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conosce e applica i principali elementi tecnici di diverse discipline sportive • Partecipa attivamente alla scelta della tattica di squadra e alla sua realizzazione • Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la sconfitta • Applica il fair play durante il gioco <p><u>Ambito della salute e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Riconosce il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e corretti stili di vita • Mette in atto in modo autonomo comportamenti 	

	<ul style="list-style-type: none">- Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro- Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza- Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici	funzionali alla sicurezza.	
--	--	----------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none">- Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).		
--	--	--	--