

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

**ELABORATO DAI DOCENTI
ISTITUTO COMPRENSIVO "CITTÀ DI CHIARI"**

Anno scolastico 2020-2021

Il curricolo è il complesso organizzato delle esperienze di apprendimento che una scuola intenzionalmente progetta e realizza per gli alunni al fine di conseguire le mete formative

MAPPA PEDAGOGICA EDUCAZIONE FISICA

PROCESSI COGNITIVI fondamentali che connotano la disciplina

- ✓ Coordinare il corpo e il movimento
- ✓ Esprimersi e comunicare con il corpo
- ✓ Confrontarsi e collaborare
- ✓ Selezionare comportamenti adeguati:
 - curare l'igiene personale
 - curare la propria alimentazione
 - muoversi in sicurezza

Stare bene con gli altri
Partecipare alle attività motorie e sportive per condividere con altre persone esperienze di gruppo che promuovano l'inserimento anche di alunni con varie forme di diversità esaltando il valore della cooperazione e del lavoro di squadra.

COMPETENZE DI CITTADINANZA

Imparare a imparare

Competenze sociali

Consapevolezza ed espressione culturale

PROFILO

Cura di sé come presupposto di un sano e corretto stile di vita

Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti.

Rispetta regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune.

Star bene con se stessi ,
Sperimentare esperienze motorie e sportive che tendano a far accettare e vivere serenamente i cambiamenti del proprio corpo come espressione della crescita.

Conoscenza e consapevolezza della propria identità corporea e delle proprie potenzialità in relazione con l'ambiente, con gli altri e con gli oggetti

Star bene nell'ambiente:
Esplorare ed operare nello spazio, in un'ottica di prevenzione, sicurezza e benessere psico-fisico.

Esprimersi e comunicare attraverso il linguaggio corporeo

SCUOLA PRIMARIA - CURRICOLO DISCIPLINARE DI EDUCAZIONE FISICA

CLASSE

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<ul style="list-style-type: none"> → L'alunno utilizza consapevolmente il proprio corpo evidenziando padronanza degli schemi motori e posturali sperimentati per giocare, per orientarsi nello spazio vissuto , per comunicare agli altri anche le proprie emozioni. → Utilizza il corpo per produrre semplici strutture ritmiche e per seguire ritmi. → E' disponibile ad interagire nel gioco di gruppo rispettando le regole e collaborando con i compagni per realizzare l'obiettivo comune. → Si rende conto della disfunzionalità di alcuni comportamenti in relazione alla sicurezza e cerca di adeguarli al contesto.

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri – Coordinare e utilizzare semplici schemi motori di base in forma successiva (camminare , saltare, rotolare, lanciare, strisciare ecc) 	<ul style="list-style-type: none"> – Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri – Coordinare e utilizzare semplici schemi motori di base in forma successiva (camminare , saltare, rotolare, lanciare, strisciare ecc)

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Utilizzare in modo imitativo e poi personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo. 	<ul style="list-style-type: none"> – Utilizzare in modo imitativo e poi personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo.

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Conoscere e applicare modalità esecutive di numerosi giochi di movimento individuali e di squadra. – Comprendere semplici regole di gioco e capirne lo scopo. – Partecipare al gioco collettivo rispettando le regole. – Iniziare ad accettare la sconfitta. 	<ul style="list-style-type: none"> – Conoscere e applicare modalità esecutive di alcuni giochi di movimento individuali e di squadra. – Partecipare al gioco collettivo rispettando le regole.

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Iniziare ad utilizzare gli attrezzi in modo sicuro per sé e per gli altri. – Percepire il piacere di fare attività motoria 	<ul style="list-style-type: none"> – Iniziare ad utilizzare gli attrezzi in modo sicuro per sé e per gli altri. – Percepire il piacere di fare attività motoria

CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE

Coordinare schemi motori di base, sviluppo di schemi motori di base attraverso giochi di imitazione, esercizi svolti a gruppi e a coppie, giochi sulla corsa, giochi con la palla, percorsi e staffette, Gym in English, esercizi e giochi sulla coordinazione intersegmentaria e oculo manuale, esercizi e giochi di imitazione, esercizi pre sportivi a squadre, esercizi sul correre, saltare, arrampicare, rotolare, strisciare, lanciare, attraverso l'esecuzione di percorsi di abilità.

APPROCCI METODOLOGICO

Gli esercizi devono essere presentati giocando, misurando le proprie capacità e abilità motorie. Lo stimolo o motivazione al confronto, non dev'essere esasperato ed eccessivo, ma solo un incentivo a migliorarsi.

CLASSE SECONDA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno utilizza il proprio corpo esercitando maggiore autocontrollo nell'uso degli schemi motori e posturali appresi soprattutto per rispondere a richieste precise del contesto.
- Utilizza il corpo per comunicare ed esprimere emozioni e stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e l'uso delle sequenze ritmiche.
- Rispetta alcune semplici regole di cui coglie la necessità, per giocare in gruppo ed interagisce in modo positivo allo scopo di collaborare per raggiungere il risultato del gruppo.
- Capisce l'importanza di assumere atteggiamenti corretti negli ambienti frequentati ai fini della propria sicurezza.

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.– Coordinare e utilizzare vari schemi motori di base più complessi combinati tra loro. (camminare , saltare , rotolare , lanciare, strisciare ect)– Organizzare il proprio movimento nello spazio mettendosi in relazione a sé stesso , ai compagni , agli attrezzi– Riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con gli attrezzi.	<ul style="list-style-type: none">– Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.– Coordinare e utilizzare vari schemi motori di base più complessi combinati tra loro. (camminare , saltare , rotolare , lanciare, strisciare ect)– Organizzare il proprio movimento nello spazio mettendosi in relazione a sé stesso , ai compagni , agli attrezzi– Riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con gli attrezzi.

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza– Imitare con posture del corpo oggetti animati e non.– Eseguire da soli o in gruppo semplici sequenze di movimento tratte da situazioni di vita quotidiana o fantastiche (fiabe/ favole)	<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza– Imitare con posture del corpo oggetti animati e non.– Eseguire da soli o in gruppo semplici sequenze di movimento tratte da situazioni di vita quotidiana o fantastiche (fiabe/ favole)

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e rispettare le principali regole del gioco eseguendo le azioni utili allo svolgimento dei giochi.– Collaborare con i compagni per la realizzazione dell'obiettivo del gioco.– Iniziare ad accettare i propri limiti in una competizione	<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e rispettare le principali regole del gioco eseguendo le azioni utili allo svolgimento dei giochi.– Collaborare con i compagni per la realizzazione dell'obiettivo del gioco.

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.– Muoversi da soli e in gruppo, rispettando le regole, anche in situazioni d'emergenza– Percepire e riconoscere il piacere di fare attività motoria– Percepire il diverso battito del cuore	<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.– Muoversi da soli rispettando le regole, anche in situazioni d'emergenza

CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE

Consolidamento schemi motori di base attraverso giochi di squadra, esercizi e giochi sulla corsa GYM, giochi di squadra propedeutici al Basket, esercizi e giochi di squadra con la corda, giochi di squadra, pallavolo, palla rilanciata esercizi di giochi sulla corsa, esercizi e giochi della tradizione popolare, introduzione sulla storia delle olimpiadi.

APPROCCI METODOLOGICO

CLASSE TERZA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno padroneggia posture e schemi motori per conoscersi e muoversi in spazi vissuti e nel tempo in modo consapevole e finalizzato.
- Utilizza e riconosce gli elementi principali del linguaggio corporeo per esprimere aspetti diversi delle esperienze vissute e rappresentate.
- Sperimenta un pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva
- Conosce ed applica regole e modalità esecutive di giochi di movimento e presportivi individuali e di squadra.
- Si avvia alla conoscenza di alcuni principi relativi ad un corretto regime alimentare.
- Riconosce ed applica comportamenti finalizzati al proprio benessere psico-fisico e legati alla cura del proprio corpo.

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su sé e gli altri .– Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare ,rotolare...).– Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo– Organizzare il proprio movimento nello spazio mettendosi in relazione a sé, i compagni , gli attrezzi– Riprodurre sequenze ritmiche sempre più complesse con il proprio corpo e con gli attrezzi	<ul style="list-style-type: none">– Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su sé e gli altri .– Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare ,rotolare...).– Organizzare il proprio movimento nello spazio mettendosi in relazione a sé, i compagni , gli attrezzi– Riprodurre sequenze ritmiche con il proprio corpo e con gli attrezzi

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive	<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Comprendere e rispettare le regole di gioco eseguendo correttamente i gesti tecnici per la riuscita dei giochi.– Collaborare in modo positivo con i compagni di squadra e accettare i ruoli stabiliti.	<ul style="list-style-type: none">– Comprendere e rispettare le regole di gioco eseguendo correttamente i gesti tecnici per la riuscita dei giochi.– Collaborare con i compagni di squadra e accettare i ruoli stabiliti.– Conoscere , applicare e rispettare le regole dei giochi

<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere , applicare e rispettare le regole dei giochi e comprenderne l'importanza - Riconoscere ed accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni - Accettare responsabilmente l'esito del confronto 	<ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere ed accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni
---	--

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Muoversi da soli e in gruppo, rispettando le regole, anche in situazioni d'emergenza - Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria e alla corretta alimentazione. - Percepire il battito del cuore e l'aumento o la diminuzione del respiro 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. - Muoversi da soli e in gruppo, rispettando le regole, anche in situazioni d'emergenza - Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria e alla corretta alimentazione.

CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE
<p>Schemi motori - Controllo tonico e posturale - Concetti temporali - Concetti spaziali - Modalità espressivo-corporee - Conoscere semplici ritmi e riconoscere le sequenze temporali - Il giochi di movimento, tradizionali, pre-sportivi, individuali e di squadra - Concetti di lealtà, rispetto, partecipazione e collaborazione- Utilizzo degli attrezzi e degli spazi di attività</p>

CLASSE QUARTA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno si muove nello spazio libero ed organizzato in modo consapevole e finalizzato.
- Consolida la 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.
- Interpreta ed utilizza in modo consapevole alcuni elementi del linguaggio corporeo per esprimere e comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, attraverso il corpo ed il movimento.
- Sperimenta in forma semplificata e progressiva diverse gestualità tecniche
- Nei giochi di squadra sa rispettare e far rispettare le regole funzionali allo scopo del gioco.
- Riconosce alcuni principi legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.
- Riconosce l'importanza della prevenzione della salute del benessere psicofisico e vi adegua le proprie scelte.
- Assume comportamenti adeguati per la sicurezza di base per se per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare, arrampicarsi, strisciare).– Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo su basi d'appoggio rialzate.– Eseguire sequenze motorie precedentemente visualizzate.– Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi	<ul style="list-style-type: none">– Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare, arrampicarsi, strisciare).– Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo su basi d'appoggio rialzate.– Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive– Iniziare a produrre semplici coreografie o sequenze ritmiche	<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e applicare i principali elementi tecnici dei giochi praticati.– Conoscere usare ed applicare in modo corretto le indicazioni e le regole dei principali giochi sportivi.– Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.– Accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni– Rapportarsi con lealtà con i compagni in una gara sportiva , accettando la sconfitta e avendo rispetto di chi ha perso	<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e applicare i principali elementi tecnici dei giochi praticati.– Conoscere usare ed applicare in modo corretto le indicazioni e le regole dei principali giochi sportivi.– Accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni– Accettare la sconfitta e avere rispetto di chi ha perso

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.– Avere atteggiamenti adeguati a seconda dell'ambiente per la sicurezza personale e di quella dei compagni/ insegnanti– Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria e le regole specifiche per la prevenzione degli infortuni.– Comprendere la stretta relazione tra fare attività sportiva e seguire una sana alimentazione per migliorare la salute del nostro corpo e coglierne l'importanza	<ul style="list-style-type: none">– Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.– Avere atteggiamenti adeguati a seconda dell'ambiente per la sicurezza personale e di quella dei compagni/ insegnanti– Comprendere la stretta relazione tra fare attività sportiva e seguire una sana alimentazione per migliorare la salute del nostro corpo e coglierne l'importanza–

CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE

Esercizi sulla corsa, esercizi e partita di Pallavolo, Pallamano, Pallacanestro, esercizi di allungamento, Rugby e Pallabase (esercizi e gioco propedeutico) esercizi e test sulla corsa, gioco della bandiera, giochi della tradizione popolare, giochi e gare pre- sportivi dell'atletica leggera, breve descrizione delle olimpiadi. Movimento del corpo - Schemi motori - Concetti spaziali e temporali - I diversi codici espressivi - Norme di prevenzione e sicurezza di tutti gli spazi - Attività e benessere

CLASSE QUINTA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- 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
- 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.
- Utilizza gli elementi principali del linguaggio corporeo per esprimersi in modo personale e finalizzato.
- Partecipa ai giochi ed alle attività pre-sportive assumendo ruoli diversi e comportamenti di correttezza.
- E' consapevole della stretta relazione tra gli aspetti anatomici e fisiologici del proprio corpo e l'assunzione di sane abitudini e corretti comportamenti in funzione della tutela della propria salute.
- Agisce rispettando i criteri di base per la sicurezza per se per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Coordinare ed usare in maniera successiva e simultanea gli schemi motori di base combinandoli fra loro per svolgere attività di gioco – sport.– Muoversi nello spazio con, coordinazione , equilibrio , ritmo , scioltezza e disinvoltura– Gestire e misurare la propria forza in relazione al lavoro richiesto– Riconoscere e valutare traiettorie e distanze, ritmi in successione organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	<ul style="list-style-type: none">– Coordinare ed usare in maniera successiva e simultanea gli schemi motori di base combinandoli fra loro per svolgere attività di gioco – sport.– Muoversi nello spazio con, coordinazione , equilibrio , ritmo , scioltezza e disinvoltura– Riconoscere e valutare traiettorie e distanze, ritmi in successione organizzando il proprio movimento nello spazio

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive– Produrre semplici coreografie utilizzando basi musicali.	<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Conoscere, applicare e padroneggiare i principali elementi tecnici dei giochi praticati.– Conoscere usare ed applicare in modo corretto le indicazioni e le regole dei principali giochi sportivi.– Partecipare ad attività di gioco sport individuale e/ o di gruppo ,anche in forma di gara , collaborando attivamente con i compagni e accettando i diversi ruoli– Prevedere le azioni degli altri e mettere in atto adeguate risposte motorie e strategie di gioco.– Collaborare con i compagni accettando l’apporto di ciascuno nei giochi.– Accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni– Rapportarsi con lealtà con i compagni in una competizione sportiva , accettando la sconfitta e sapendo esprimere rispetto nei confronti di chi ha perso	<ul style="list-style-type: none">– Conoscere, applicare e padroneggiare i principali elementi tecnici dei giochi praticati.– Conoscere usare ed applicare in modo corretto le indicazioni e le regole dei principali giochi sportivi.– Partecipare ad attività di gioco sport individuale e/ o di gruppo ,anche in forma di gara , collaborando attivamente con i compagni e accettando i diversi ruoli– Collaborare con i compagni accettando l’apporto di ciascuno nei giochi.– Accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.– Aver comportamenti adeguati a seconda dell’ambiente per la sicurezza personale e di quella dei compagni/ insegnanti per evitare incidenti– Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.– Riconoscere il rapporto tra alimentazione, movimento e benessere.– Favorire la scoperta del personale ritmo respiratorio ottimale, durante l’esecuzione di movimenti particolari.	<ul style="list-style-type: none">– Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.– Aver comportamenti adeguati a seconda dell’ambiente per la sicurezza personale e di quella dei compagni/ insegnanti per evitare incidenti– Riconoscere il rapporto tra alimentazione, movimento e benessere.–

CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE

Esercizi sulla corsa, Pallamano, Pallavolo, Palla rilanciata, Pallacanestro (esercizi e gioco propedeutico), un tuffo a scuola (progetto sul nuoto) Tornei Basket e Pallamano, breve descrizione delle olimpiadi. Il movimento del corpo - Gli schemi motori e le diverse abilità motorie - Modifiche fisiologiche del corpo durante l’attività motoria (respirazione, battito, ...) - Coordinate spaziali e temporali - I diversi codici espressivi - Norme di prevenzione e sicurezza di tutti gli spazi - Attività e benessere

SNODI DI PASSAGGIO TRA SCUOLA PRIMARIA – SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO

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

- Avere 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.
- Partecipare a giochi di gruppo strutturati con semplici gestualità per cominciare a distinguere i diversi ruoli all'interno del gioco.
- Possedere una buona consapevolezza del proprio corpo e saper utilizzare gli attrezzi a disposizione in modo corretto e consapevole per non creare situazioni di pericolo per sé e per gli altri.
- Agire rispettando i criteri di base per la sicurezza per sé per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi
- Conoscere le norme di prevenzione e sicurezza di tutti gli spazi.
- Conoscere le norme di igiene personale e di comportamento sia in spogliatoio, sia in palestra.
- Conoscere le coordinate spaziali e temporali.
- Conoscere gli schemi motori di base e posturali e loro applicazione pratica.

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO – CURRICOLO DISCIPLINARE DI EDUCAZIONE FISICA

CLASSE PRIMA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
<ul style="list-style-type: none"> → L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie . → Sperimenta le abilità motorie e sportive anche adattandole alle situazioni mutevoli. → Sperimenta l'integrazione nel gruppo, rispettandogli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole. → Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. (Comprende ed applica le regole basilari dei vari sport, decodifica semplici gesti arbitrari, accetta la vittoria e la sconfitta) → Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. (Comprende ed evita comportamenti potenzialmente pericolosi) → Conosce la differenza tra le capacità condizionali

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Realizzare movimenti e sequenze di movimenti su strutture temporali – Orientarsi nell'ambiente naturale e negli edifici attraverso la lettura e decodificazione di mappe – Utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione di gesti tecnici dei vari sport. – Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto motorio efficace – Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria – Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo – Controllare i segmenti corporei in situazioni complesse – Riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento – Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo del proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria e muscolare, rispettando le pause di recupero – Utilizza la corretta capacità motoria a seconda della situazione 	<ul style="list-style-type: none"> – Controlla i segmenti corporei in situazioni semplici – Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Le capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, mobilità) – Principi fondamentali che regolano lo svolgimento di una corretta attività motoria – Relazione tra quantità, intensità e durata di un'attività

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica – Decodificare i gesti arbitrari – Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti e il proprio corpo (ACROGYM) 	<ul style="list-style-type: none"> – Decodifica semplici gesti arbitrari
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Regole della disciplina sportiva – Mimica arbitrale – Regole del gioco-sport

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra – Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi – Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro e/o funzioni di giuria. – Gestire gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per il compagno e l'avversario accettando gli esiti. (fair-play) – -Inventare nuove forme di attività ludico-sportive. – 	<p>Rispetta gli altri, gli oggetti ed alcune semplici regole</p> <p>Accetta serenamente la vittoria e la sconfitta</p>
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – La carta del “fair-play” – La carta del “tifoso” – Il diritto al gioco – Regole di comportamento per l’attività motoria – Gioco- sport – Sport individuali e di squadra – Fondamentali tecnico-tattici delle discipline sportive – Competizioni di classe, d’istituto ed con altre scuole

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buono stato di salute (metodiche di allenamento, principi alimentari, ecc). – Utilizzare in modo responsabile (con “buon senso”) spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo. – Acquisire e praticare regole comportamentali riguardo la postura nei banchi e il sollevamento dei carichi (zaino etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> – Acquisire semplici regole che promuovano un sano stile di vita – Comprende ed evita comportamenti potenzialmente pericolosi
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Principi alimentari – Protezioni – Norme igieniche - Posture ed atteggiamenti corretti – Condizionamento organico generale e defaticamento

RUBRICA DI VALUTAZIONE

<p>PROCESSI COGNITIVI/ ATTEGGIAMENTI fondamentali</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ COORDINARE <i>il corpo e il movimento</i> ▪ GIOCARE ▪ PRENDERSI CURA DELLA SALUTE propria e altrui <ul style="list-style-type: none"> ○ Curare l'igiene personale ○ Curare la propria alimentazione ○ Muoversi in sicurezza 			
<p>LIVELLI</p>	<p>AVANZATO:</p>	<p>INTERMEDIO:</p>	<p>BASE:</p>	<p>INIZIALE:</p>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ COORDINARE <i>il corpo e il movimento</i> 	<p>Usa il corpo in modo coordinato e consapevole adattando il movimento alle mutevoli situazioni</p>	<p>Usa il corpo in modo abbastanza coordinato e consapevole cercando di adattare il movimento alle mutevoli situazioni</p>	<p>Usa il corpo in modo abbastanza coordinato, ma poco consapevole e poco sa adattare il movimento alle nuove situazioni</p>	<p>Usa il corpo in modo poco coordinato, ha necessità di essere stimolato e di continue ripetizioni di modelli di movimento, non si adatte alle nuove situazioni</p>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ GIOCARE 	<p>Quando è in gruppo, rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole Conosce ed applica le regole basilari dei vari sport, apprezza la vittoria ed accetta la sconfitta</p>	<p>Quando è in gruppo, non sempre rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole Non conosce e non applica del tutto le regole basilari dei vari sport, apprezza la vittoria e non sempre accetta la sconfitta</p>	<p>Quando è in gruppo, raramente rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole Conosce poco le regole basilari dei vari sport e le applica raramente, apprezza la vittoria ed accetta la sconfitta con eccessivo rammarico</p>	<p>Quando è in gruppo, non rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole Non conosce e non applica le regole basilari dei vari sport, si esalta per la vittoria in modo esagerato e non accetta la sconfitta</p>
<p>PRENDERSI CURA DELLA SALUTE propria e altrui</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Curare l'igiene personale ○ Curare la propria alimentazione ○ Muoversi in sicurezza 	<p>Conosce l'importanza dell'igiene personale e mette in atto comportamenti adeguati Capisce l'importanza di una sana alimentazione e si alimenta in modo corretto Assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>	<p>Conosce l'importanza dell'igiene personale, ma non sempre mette in atto comportamenti adeguati Capisce l'importanza di una sana alimentazione ma non sempre si alimenta in modo corretto Non sempre assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>	<p>Non dà molta importanza all'igiene personale per cui raramente si comporta in modo adeguato Non dà molta importanza alla sana alimentazione per cui raramente si alimenta in modo corretto A volte assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>	<p>Non conosce l'importanza dell'igiene personale Non conosce l'importanza di una sana alimentazione Raramente assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>

CLASSE SECONDA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	
→	L'alunno consolida la consapevolezza delle proprie competenze motorie , nei punti di forza , nei limiti propri e degli altri
→	Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione. (gestisce le proprie capacità motorie: forza, resistenza, velocità e coordinazione a seconda del compito richiesto)
→	Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole. (Rispetta le regole dei vari sport, accetta serenamente vittoria, sconfitta e gli errori dei compagni)
→	È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.(Comprende l'importanza della collaborazione e del valore dei compagni)
→	Si avvia a comprendere l'importanza di un sano stile di vita
→	Rispetta ed applica criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. (Comprende ed evita comportamenti potenzialmente pericolosi)

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Realizzare movimenti e sequenze di movimenti su strutture temporali – Orientarsi nell'ambiente naturale e negli edifici attraverso la lettura e decodificazione di mappe – Utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione di gesti tecnici dei vari sport. – Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto motorio efficace – Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria – Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo. – Controllare i segmenti corporei in situazioni complesse 	<ul style="list-style-type: none"> – Controlla i segmenti corporei in situazioni semplici – Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Atteggiamenti e posizioni corrette – Terminologia specifica dell'attività motoria – Mappe e/o carte da orientamento – Grandi e piccoli attrezzi – Gli schemi motori di base (equilibrio, destrezza, coordinazione oculo-manuale-podalica, coordinazione spazio-temporale, ecc...) – Vari di tipi di lanci, salti, andature, ecc.. – Relazioni e differenze tra i vari schemi motori

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica – Cogliere e decodificare i gesti di compagni in situazione di gioco e di sport – Decodificare semplici gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco – Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti e il proprio corpo (ACROGYM) 		Decodifica semplici gesti arbitrali
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Regole della disciplina sportiva – Mimica arbitrale – Regole del gioco-sport 	

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra – Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi – Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro e/o funzioni di giuria. – Gestire gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per il compagno e l'avversari gli esiti. (fair- play) – Inventare nuove forme di attività ludico-sportive. – 		<ul style="list-style-type: none"> – Rispetta gli altri, gli oggetti ed alcune semplici regole – Accetta serenamente la vittoria e la sconfitta
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – La carta del “fair-play” – La carta del “tifoso” – Il diritto al gioco – Regole di comportamento per l'attività motoria – Gioco- sport – Sport individuali e di squadra – Fondamentali tecnico-tattici delle discipline sportive – Competizioni di classe, d'istituto ed con altre scuole 	

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buono stato di salute (metodiche di allenamento, principi alimentari, ecc). – Utilizzare in modo responsabile (con “buon senso”) spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo. – Acquisire e praticare regole comportamentali riguardo la postura nei banchi e il sollevamento dei carichi (zaino etc.) – Utilizzare in modo consapevole gli attrezzi ai fini didattici – Utilizzare le norme appropriate per la sicurezza dei compagni 	<p>Acquisire semplici regole che promuovano un sano stile di vita</p> <p>Comprende ed evita comportamenti potenzialmente pericolosi</p>
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Principi alimentari – Protezioni – Norme igieniche - Posture ed atteggiamenti corretti – Condizionamento organico generale e defaticamento

RUBRICA DI VALUTAZIONE

PROCESSI COGNITIVI /ATTEGGIAMENTI fondamentali	<ul style="list-style-type: none"> ▪ COORDINARE <i>il corpo e il movimento</i> ▪ GIOCARE ▪ PRENDERSI CURA DELLA SALUTE propria e altrui <ul style="list-style-type: none"> ○ Curare l'igiene personale ○ Curare la propria alimentazione ○ Muoversi in sicurezza 			
LIVELLI	AVANZATO:	INTERMEDIO:	BASE:	INIZIALE:
<ul style="list-style-type: none"> ▪ COORDINARE <i>il corpo e il movimento</i> 	Usa il corpo in modo coordinato e consapevole adattando il movimento alle mutevoli situazioni	Usa il corpo in modo abbastanza coordinato e consapevole cercando di adattare il movimento alle mutevoli situazioni	Usa il corpo in modo abbastanza coordinato, ma poco consapevole e poco sa adattare il movimento alle nuove situazioni	Usa il corpo in modo poco coordinato, ha necessità di essere stimolato e di continue ripetizioni di modelli di movimento, non si adatte alle nuove situazioni

<ul style="list-style-type: none"> ▪ GIOCARE 	<p>Quando è in gruppo, rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole</p> <p>Conosce ed applica le regole basilari dei vari sport, apprezza la vittoria ed accetta la sconfitta</p> <p>Si integra nel gruppo e comprende l'importanza della collaborazione</p>	<p>Quando è in gruppo, non sempre rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole</p> <p>Non conosce e non applica del tutto le regole basilari dei vari sport, apprezza la vittoria e non sempre accetta la sconfitta</p> <p>Non sempre si integra nel gruppo e non sempre comprende l'importanza della collaborazione</p>	<p>Quando è in gruppo, raramente rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole</p> <p>Conosce poco le regole basilari dei vari sport e le applica raramente, apprezza la vittoria ed accetta la sconfitta con eccessivo rammarico</p> <p>Si integra poco nel gruppo e comprende poco l'importanza della collaborazione</p>	<p>Quando è in gruppo, non rispetta gli altri, gli oggetti, gli spazi, le regole</p> <p>Non conosce e non applica le regole basilari dei vari sport, si esalta per la vittoria in modo esagerato e non accetta la sconfitta</p> <p>Non si integra nel gruppo e non comprende l'importanza della collaborazione</p>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ PRENDERSI CURA DELLA SALUTE propria e altrui <ul style="list-style-type: none"> ○ Curare l'igiene personale ○ Curare la propria alimentazione ○ Muoversi in sicurezza 	<p>Conosce l'importanza dell'igiene personale e mette in atto comportamenti adeguati</p> <p>Capisce l'importanza di una sana alimentazione e si alimenta in modo corretto</p> <p>Assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>	<p>Conosce l'importanza dell'igiene personale, ma non sempre mette in atto comportamenti adeguati</p> <p>Capisce l'importanza di una sana alimentazione ma non sempre si alimenta in modo corretto</p> <p>Non sempre assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>	<p>Non dà molta importanza all'igiene personale per cui raramente si comporta in modo adeguato</p> <p>Non dà molta importanza alla sana alimentazione per cui raramente si alimenta in modo corretto</p> <p>A volte assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>	<p>Non conosce l'importanza dell'igiene personale</p> <p>Non conosce l'importanza di una sana alimentazione</p> <p>Raramente assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri</p>

CLASSE TERZA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti. (Comprende la possibilità di migliorarsi attraverso l'impegno e l'applicazione)
- Utilizza consapevolmente le abilità e capacità motorie.
- 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. (Rispetta le regole e le fa rispettare assumendo all'occorrenza il ruolo di arbitro)
- È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune (Sa assumere all'occorrenza vari ruoli: leader o gregario a seconda delle necessità)
- Riconosce l'importanza di un sano stile di vita e capisce il valore dell'attività motoria come mezzo di prevenzione e promozione della salute
- Rispetta ed applica criteri di sicurezza per sé e per gli altri. (Comprende ed evita comportamenti potenzialmente pericolosi)
- Conosce la differenza tra le capacità condizionali e coordinative, progettando semplici piani di allenamento

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

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none">– Trasferisce le abilità in gesti tecnici dei vari sport. e per risolvere situazioni nuove o inusuali– Applicare gli schemi motori appropriati nelle varie discipline.– Riconoscere i propri limiti e le proprie potenzialità nelle capacità condizionali (forza- velocità- resistenza)– Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole) – gare d'istituto.– Ampliare l'applicazione dei principi metodologici dell'allenamento per mantenere un buono stato di salute.– Gestire un proprio programma d'allenamento		<ul style="list-style-type: none">– Controlla i segmenti corporei in situazioni semplici– Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none">– Apparato articolare e muscolare– Funzionamento dell'apparato cardio-circolatorio e respiratorio– Forme di allenamento– Piccoli e grandi attrezzi	

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica – Elaborare strategie di gioco sempre più complesse. – Cogliere e decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport – Decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. – Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti e il proprio corpo (ACROGYM). 	<ul style="list-style-type: none"> – Decodifica semplici gesti arbitrari
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Regole della disciplina sportiva – Mimica arbitrale – Regole del gioco-sport

IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Eseguire gesti tecnici sempre più complessi in situazione statica e dinamica e in forma analitica. – Relazionarsi positivamente con il gruppo , rispettando regole e collaborando con i compagni. – Condividere con la squadra strategie di gioco mettendo in atto comportamenti collaborativi per la realizzazione di un fine comune – Rispettare le regole in un gioco di squadra(pallavolo, basket, ecc.), svolgere un ruolo attivo utilizzando al meglio le proprie abilità tecniche e tattiche, svolgere ruolo di arbitro e giudice – Gestire in modo consapevole le situazioni competitive. – Gestire in autonomia e consapevolezza situazioni agonistiche con autocontrollo e rispetto per l'avversario, accettando serenamente la sconfitta 	<ul style="list-style-type: none"> – Rispetta gli altri, gli oggetti ed alcune semplici regole – Accetta serenamente la vittoria e la sconfitta
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – La carta del “fair-play” – La carta del “tifoso” – Il diritto al gioco

	<ul style="list-style-type: none"> – Regole di comportamento per l'attività motoria – Gioco- sport – Sport individuali e di squadra – Fondamentali tecnico-tattici delle discipline sportive – Competizioni di classe, d'istituto ed con altre scuole
--	--

SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA	
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> – Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica sapendo applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro – Gestire in modo autonomo l'attività nel pieno rispetto di attrezzature e persone. – Utilizzare le norme appropriate per la sicurezza dei compagni. – Essere in grado di percepire e conoscere i mutamenti fisiologici. – Acquisire una cultura della legalità sportiva al fine del raggiungimento del risultato grazie ai propri mezzi. – Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool). 	<ul style="list-style-type: none"> – Acquisire semplici regole che promuovano un sano stile di vita – Comprende ed evita comportamenti potenzialmente pericolosi
CONTENUTI DI ATTIVITÀ OFFERTE	<ul style="list-style-type: none"> – Principi alimentari – Protezioni – Norme igieniche - Posture ed atteggiamenti corretti – Conoscenza del rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute – Condizionamento organico generale e defaticamento

RUBRICA DI VALUTAZIONE

PROCESSI COGNITIVI/ ATTEGGIAMENTI fondamentali	<ul style="list-style-type: none"> ▪ COORDINARE <i>il corpo e il movimento</i> ▪ GIOCARE ▪ PRENDERSI CURA DELLA SALUTE propria e altrui <ul style="list-style-type: none"> ○ Curare l'igiene personale ○ Curare la propria alimentazione ○ Muoversi in sicurezza 			
LIVELLI	AVANZATO:	INTERMEDIO:	BASE:	INIZIALE:
COORDINARE <i>il corpo e il movimento</i>	Usa il corpo in modo coordinato e consapevole adattando il movimento alle mutevoli situazioni	Usa il corpo in modo abbastanza coordinato e consapevole cercando di adattare il movimento alle mutevoli situazioni	Usa il corpo in modo abbastanza coordinato, ma poco consapevole e poco sa adattare il movimento alle nuove situazioni	Usa il corpo in modo poco coordinato, ha necessità di essere stimolato e di continue ripetizioni di modelli di movimento, non si adatte alle nuove situazioni
GIOCARE	Rispetta e fa rispettare le regole degli sport e della convivenza Sa assumersi responsabilità Capisce l'importanza della collaborazione con i compagni	Non sempre rispetta e fa rispettare le regole degli sport e della convivenza Non sempre sa assumersi responsabilità Non sempre capisce l'importanza della collaborazione con i compagni	Raramente rispetta e fa rispettare le regole degli sport e della convivenza Raramente si assume responsabilità Capisce poco l'importanza della collaborazione con i compagni	Fatica a rispettare e a far rispettare le regole degli sport e della convivenza Fatica ad assumersi delle responsabilità Non coglie l'importanza della collaborazione con i compagni
PRENDERSI CURA DELLA SALUTE propria e altrui <ul style="list-style-type: none"> ○ Curare l'igiene personale ○ Curare la propria alimentazione ○ Muoversi in sicurezza 	Conosce l'importanza dell'igiene personale e mette in atto comportamenti adeguati Capisce l'importanza di una sana alimentazione e si alimenta in modo corretto Assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri	Conosce l'importanza dell'igiene personale, ma non sempre mette in atto comportamenti adeguati Capisce l'importanza di una sana alimentazione ma non sempre si alimenta in modo corretto Non sempre assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri	Non dà molta importanza all'igiene personale per cui raramente si comporta in modo adeguato Non dà molta importanza alla sana alimentazione per cui raramente si alimenta in modo corretto A volte assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri	Non conosce l'importanza dell'igiene personale Non conosce l'importanza di una sana alimentazione Raramente assume comportamenti adeguati per la propria sicurezza e quella degli altri

APPROCCI METODOLOGICO

I contenuti verranno sempre proposti in modo stimolante e con motivazioni che suscitino l'interesse di tutti e cercando di soddisfare e capire le esigenze degli alunni.

Per l'apprendimento di un gesto motorio verranno utilizzate le seguenti metodologie:

MODELLAGGIO (SHAPING)

Il metodo è improntato sulla pratica e se necessario si approfondiscono i passaggi più complessi. Il vantaggio di questo metodo è che l'intero movimento non è spezzato.

Il potenziale svantaggio è che la complessità degli elementi combinati senza pause può rendere difficile la comprensione del gesto.

GLOBALE ANALITICO GLOBALE (WHOLE PART WHOLE)

Con questo metodo si esegue l'intero movimento; in seguito, una parte specifica è separata, affinata e reintrodotta nel movimento. Il vantaggio di questo approccio è la semplicità poiché insegnante ed alunno possono concentrarsi su un singolo elemento. Il potenziale svantaggio è la possibile perdita della continuità e della naturalezza di esecuzione del gesto.

CONCATENAMENTO (CHAINING)

Con il chaining si lavora sulla prima parte di un movimento per poi aggiungere le parti rimanenti in sequenza man mano che l'alunno migliora e così via sino a completare il movimento stesso. Il vantaggio di questo metodo è la semplicità e il controllo, poiché l'alunno passerà alla parte successiva del movimento solo quando quella precedente avrà raggiunto un livello accettabile.