

CURRICOLO VERTICALE: EDUCAZIONE FISICA

ISTITUTO COMPRENSIVO "CAMPO DEI FIORI" DI COMERIO

NUCLEI FONDANTI DELLE DISCIPLINE	Cl. 1^ Primaria	Cl. 2^ Primaria	Cl. 3^ Primaria	Cl. 4^ Primaria	Cl. 5^ Primaria	<i>Traguardi per lo sviluppo delle competenze e al termine della scuola primaria</i>	Cl. 1^ Secondaria	Cl. 2^ Secondaria	Cl. 3^ Secondaria	<i>Traguardi per lo sviluppo delle competenze e al termine della scuola secondaria di primo grado</i>
	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO		OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	
IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E TEMPO	- Utilizzare e coordinare gli schemi motori di base (correre / saltare, afferrare, lanciare, strisciare, rotolare).	-Utilizzare e coordinare gli schemi motori di base (correre, saltare, afferrare, lanciare, strisciare, rotolare), combinati tra loro, in successione.	-Utilizzare e coordinare gli schemi motori di base combinati tra loro, anche in modo simultaneo (afferrare/ lanciare durante la corsa, saltare e lanciare /afferrare) -Riconoscere e valutare traiettorie,	-Utilizzare e coordinare gli schemi motori di base combinati tra loro, anche in modo simultaneo (afferrare/ lanciare durante la corsa, saltare e lanciare /afferrare) -Riconoscere e valutare traiettorie,	-Utilizzare e coordinare gli schemi motori di base combinati tra loro, anche in modo simultaneo (afferrare/ lanciare durante la corsa, saltare e lanciare /afferrare) all'interno di giochi di squadra. -Riconoscere e valutare traiettorie,	<i>1.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.</i>	-Saper conoscere e consolidare la laterizzazione -Saper coordinare le varie parti del corpo. -Sapersi orientare nello spazio e nel tempo. -Prendere coscienza delle varie forme di equilibrio: statico, dinamico. -Saper correre,	-Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. - Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport trattati	-Utilizzare e correlare le variabili spazio temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. -Utilizzare efficacemente e le proprie capacità motorie acquisite e applicarle per risolvere in forma originale e	<i>1.L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti. 1.Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</i>

			distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri	distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri	distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.		afferrare, lanciare, arrampicare, strisciare. -Sviluppare e consolidare la resistenza organica generale, la forza muscolare, la velocità (di reazione, esecuzione, traslocazione) e la mobilità articolare.	-Progettare e realizzare lanci e tiri utilizzando il concetto di traiettoria in modo efficace e in situazioni complesse. -Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).	creativa un determinato problema motorio, riproducendo anche nuove forme di movimento. -Utilizzare consapevolmente piani di lavoro per l'incremento delle capacità condizionali (forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare) secondo i propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento	
IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVA-ESPRESSIVA	-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	-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	-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	-Utilizzare in modo originale e creativo il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza	-Utilizzare in modo originale e creativo il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza	1.Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmiche musicali e coreutiche.	-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.	-Saper decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.	1.Utilizza gli aspetti comunicativi-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri

				- Elaborare spontaneamente ed eseguire semplici sequenze di movimenti o semplici coreografie individuali e collettive	-Elaborare spontaneamente ed eseguire semplici sequenze di movimenti o semplici coreografie individuali e collettive					
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY	<p>-Svolgere e/o partecipare a giochi di movimento (giochi di imitazione, di immaginazione, giochi popolari), rispettando semplici regole.</p> <p>-Partecipare a semplici giochi presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>-Conoscere ed applicare semplici regole, anche di fair play, nel gioco individuale e di squadra.</p>	<p>-Svolgere e/o partecipare a giochi di movimento (giochi di imitazione, di immaginazione, giochi popolari), rispettandone le regole.</p> <p>-Conoscere e partecipare a semplici giochi presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>-Conoscere ed applicare le regole, anche di fair play, nel gioco individuale e di squadra</p>	<p>-Conoscere, svolgere e/o partecipare a giochi di movimento (giochi di imitazione, di immaginazione, giochi popolari), rispettandone le regole anche nei momenti non strutturati.</p> <p>-Conoscere e partecipare a giochi presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>-Conoscere e rispettare le regole, anche di fair play, nella competizione sportiva.</p> <p>-Saper accettare la</p>	<p>-Conoscere e partecipare correttamente e a diverse proposte di gocosport.</p> <p>-Conoscere e svolgere e/o partecipare a giochi di movimento, rispettando le regole anche nei momenti non strutturati.</p> <p>-Conoscere e partecipare a giochi derivanti dalla tradizione popolare di diverse culture, applicandone indicazioni e regole.</p>	<p>-Conoscere e partecipare correttamente e a diverse proposte di gocosport.</p> <p>-Conoscere e svolgere e/o partecipare a giochi di movimento, rispettando le regole anche nei momenti non strutturati, dimostrandone il senso di responsabilità.</p> <p>-Conoscere e partecipare a giochi derivanti dalla tradizione popolare di diverse culture, applicandone indicazioni e</p>	<p>1.Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gocosport anche come orientamento o alla futura pratica sportiva.</p> <p>2.Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>3.Comprendere, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il</p>	<p>-Saper riconoscere diverse discipline sportive e le principali regole di gioco.</p> <p>-Saper utilizzare le dinamiche di base e le tecniche dei giochi ludici e sportivi proposti anche in situazioni diverse.</p> <p>-Collaborare nel gruppo, rispettare le regole, compagni, avversari e arbitri.</p>	<p>-Utilizzare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti</p> <p>-Saper svolgere un ruolo attivo utilizzando al meglio le proprie abilità tecniche e tattiche</p> <p>-Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio</p> <p>-Relazionarsi positivamente e con il gruppo</p>	<p>-Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche negli sport individuali e di squadra trattati</p> <p>-Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie del gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi</p> <p>-Conoscere e applicare correttamente e il</p>	<p>1.Praticare attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</p> <p>2.È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità di impegnarsi per il bene comune</p>

			<p>sconfitta e vivere la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti.</p>	<p>-Conoscere, partecipare attivamente alle varie forme di gioco, anche competitivo,ri spettandone le regole e collaborando con gli altri.</p> <p>-Saper accettare la sconfitta e vivere la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti.</p>	<p>regole, e comprendend one il valore culturale.</p> <p>-Conoscere, partecipare attivamente alle varie forme di gioco, anche competitivo,ri spettandone le regole e collaborando con gli altri.</p> <p>-Saper accettare la sconfitta e vivere la vittoria con rispetto nei confronti dei perdenti, dimostrando anche senso di responsabilità e fair play.</p>	<p>valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>		<p>rispettando le diverse capacità, esperienze pregresse e caratteristiche personali.</p>	<p>regolamento tecnico dei giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro.</p> <p>-Riconoscere il valore del confronto e della competizione e stabilire corretti rapporti interpersonali attuando comportamenti cooperativi ed organizzativi all'interno del gruppo</p> <p>-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> <p>Riconosce le figure professionali e gli ambiti lavorativi nel mondo dello sport.</p>	
--	--	--	--	---	--	--	--	---	---	--

<p>SALUTE, BENESSE RE, PREVENZIONE E SICUREZZA</p>	<p>-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti.</p> <p>-Avviarsi al riconoscimento di "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico motoria.</p> <p>-Conoscere e mettere in pratica elementi normativi di igiene personale.</p>	<p>-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti.</p> <p>-Saper riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico motoria.</p> <p>-Conoscere e mettere in pratica con consapevolezza elementi normativi di igiene personale.</p>	<p>-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti.</p> <p>-Riconoscere l'importanza dell'esercizio fisico per la salute.</p> <p>-Conoscere comportamenti alimentari corretti.</p> <p>-Conoscere e mettere in pratica, con consapevolezza, elementi normativi di igiene personale.</p>	<p>-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti.</p> <p>-Riconoscere l'esercizio fisico e la corretta alimentazione e come elementi costitutivi di un sano stile di vita.</p> <p>-Essere consapevoli delle funzioni fisiologiche (cardio respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>-Conoscere e mettere in pratica elementi normativi di igiene personale, in modo responsabile.</p>	<p>-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti.</p> <p>-Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>-Essere consapevoli delle funzioni fisiologiche (cardio respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> <p>-Conoscere e mettere in pratica elementi normativi di igiene personale, in modo autonomo e responsabile.</p>	<p>1. 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.</p> <p>2. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p>	<p>-Aver cura della propria persona assumendo comportamenti consoni alla pratica delle attività sportive, anche nell'utilizzo di un abbigliamento o idoneo.</p> <p>-Utilizzare nel rispetto e nella sicurezza di sé e degli altri, le attrezzature e gli spazi di lavoro.</p>	<p>-Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo del proprio corpo nella sua funzionalità cardio respiratoria e muscolare</p> <p>-Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente e gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p>	<p>-Modulare e distribuire il carico motorio sportivo secondo i propri parametri fisiologici e rispettare le pause di recupero attraverso una autovalutazione</p> <p>-Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione e di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol). Sviluppa un efficace metodo di studio e consapevolezza delle proprie capacità.</p>	<p>1. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>2. Rispetta i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p>
---	---	--	---	---	--	--	---	--	---	---

