

# IL CURRICOLO DI SCUOLA

## EDUCAZIONE FISICA

*SCUOLA DELL'INFANZIA*

- IL CORPO E IL MOVIMENTO

*SCUOLA PRIMARIA*

- EDUCAZIONE FISICA

*SCUOLA SECONDARIA I GRADO*

- EDUCAZIONE FISICA

L'educazione fisica promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella relazione con l'ambiente, gli altri e gli oggetti, contribuendo alla formazione della personalità dell'alunno, della propria identità corporea, favorendo esperienze cognitive, sociali, culturali ed affettive.

La valorizzazione di pratiche motorie e sportive induce a conseguire stili di vita corretti e salutari come prevenzione a cattive abitudini alimentari, contribuendo allo star bene con se stessi.

L'esperienza motoria deve connotarsi come "vissuto positivo", mettendo in risalto la capacità di fare dell'alunno, rendendolo costantemente protagonista e sempre più consapevole delle competenze motorie acquisite.

Quindi una modalità di insegnamento che preveda il ruolo attivo dell'alunno nella costruzione delle sue conoscenze.

## EDUCAZIONE FISICA

### OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

<i>SCUOLA DELL'INFANZIA</i>	<i>SCUOLA PRIMARIA</i>			<i>SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO</i>	
	Classe 1°	I Biennio	II Biennio	Biennio	Classe 3°
<p><i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO</i></p> <p>Riconoscere e denominare le parti del corpo su se stesso, sugli altri e su immagini</p> <p>Rappresentare la figura umana in modo completo</p> <p>Scoprire nel movimento le potenzialità e i limiti della propria fisicità</p> <p>Controllare il movimento in situazioni statico-dinamiche (<i>stop-via, coppia, di gruppo</i>)</p> <p>Gestire il proprio corpo</p>	<p><i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i></p> <p>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</p> <p>- Gestire l'orientamento spaziale in riferimento ai concetti di: destra-sinistra, sopra-sotto, dentro-fuori, alto-basso</p> <p>- Coordinare e utilizzare diversi</p>	<p><i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i></p> <p>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente</p> <p>- Organizzare e gestire l'orientamento del corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità)</p> <p>- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-</p>	<p><i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i></p> <p>- Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico, sapendo anche modularle e controllarle in base alla forza, alla resistenza, alla velocità e alla durata del compito motorio</p> <p>- Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e</p>	<p><i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i></p> <p>- Saper utilizzare efficacemente le proprie capacità in condizioni facili e normali di esecuzione (accoppiamento e combinazione di movimenti, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo, reazione, trasformazione).</p> <p>- Utilizzare le variabili spazio – temporali nella gestione delle azioni.</p> <p><i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</i></p>	<p><i>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</i></p> <p>- Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici nei vari sport</p> <p>- Saper applicare schemi motori e azioni di movimento acquisiti per risolvere situazioni nuove e inusuali, utilizzando e correlando le variabili spazio-temporali</p> <p>- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe,bussole)</p>

<p>in relazione agli altri e ad un oggetto</p> <p>Eseguire semplici ritmi (<i>lento-veloce</i>) nel camminare, saltellare, galoppare...</p> <p>Eseguire percorsi su imitazione e su consegne verbali</p> <p><i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</i></p> <p>Partecipare ai giochi mimico-gestuali</p> <p>Gestire il movimento in semplici danze</p> <p>Gestire una battuta teatrale in situazione corale</p> <p>Identificarsi in personaggi e situazioni</p> <p><i>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i></p>	<p>schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc..)</p> <p>- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p> <p><i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</i></p> <p>Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione</p> <p><i>IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i></p> <p>- Applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento,</p>	<p>dinamico del proprio corpo</p> <p>- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi</p> <p><i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</i></p> <p>Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive</p> <p><i>IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i></p> <p>- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>- Assumere un atteggiamento</p>	<p>successione</p> <p>- Riconoscere e valutare 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><i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</i></p> <p>- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso semplici forme di drammatizzazione, trasmettendo contenuti emozionali</p> <p>- Elaborare semplici coreografie o sequenze di movimento</p> <p><i>IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i></p> <p>-Partecipare attivamente</p>	<p>- Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea.</p> <p>- Rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, in coppie, in gruppo.</p> <p>- Reinventare la funzione degli oggetti (scoprire diversi utilizzi, diverse gestualità).</p> <p>- Riconoscere i segnali di affaticamento durante una attività aerobica prolungata.</p> <p><i>IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i></p> <p>- Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport individuali e di squadra.</p> <p>- Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio.</p> <p>- Relazionarsi positivamente con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse, le caratteristiche personali.</p> <p>- Rispettare il codice</p>	<p><i>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</i></p> <p>- Rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità e posture in forma individuale, in coppie, in gruppo</p> <p>- Saper decodificare i gesti dei compagni e avversari in situazione di gioco e di sport e quelli arbitrari in relazione all'applicazione dei vari regolamenti</p> <p><i>IL GIOCO LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</i></p> <p>- Padroneggiare molteplici capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa</p> <p>- Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione mettendo in atto comportamenti collaborativi, gestendo in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per</p>
--	---	--	--	--	--

<p>Partecipare e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento</p> <p><i>SALUTE , BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</i></p> <p>Adottare pratiche corrette nella cura di sé, nell'igiene e in una sana alimentazione</p> <p>Assumere volentieri incarichi di fiducia</p> <p>Essere autonomo nelle azioni quotidiane</p> <p>Muoversi in autonomia negli spazi scolastici</p> <p>Rispettare e riordinare il materiale presente a scuola</p> <p>Sviluppare la consapevolezza dei rischi di movimenti incontrollati</p>	<p>individuali e di squadra.</p> <p>Assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle</p> <p><i>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</i></p> <p>- Utilizzare il modo corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>- Percepire sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.</p>	<p>positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle</p> <p><i>SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA</i></p> <p>- Conoscere e utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p> <p>- Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria</p>	<p>ai giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità</p> <p><i>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA</i></p> <p>- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita</p> <p>- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici</p>	<p>deontologico dello sportivo e le regole delle discipline sportive praticate.</p> <p><i>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA</i></p> <p>- Utilizzare le procedure proposte per l'incremento delle capacità condizionali (resistenza, forza, velocità, mobilità articolare), secondo i propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento.</p> <p>- Dosare le proprie energie in relazione alla durata dell'azione.</p> <p>- Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzi sportivi, sia individualmente che in gruppo.</p> <p>- Sapersi muovere nell'ambiente esterno al contesto scolastico facendo proprie le regole dell'ambiente urbano adottando comportamenti di salvaguardia della sicurezza, anche alla guida di un mezzo.</p>	<p>l'altro sia in caso di vittoria che di sconfitta.</p> <p>- Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi utilizzati, assumendo anche il ruolo arbitrario di giuria</p> <p><i>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA</i></p> <p>- Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo e applicare i conseguenti piani di lavoro per raggiungere un miglioramento delle proprie prestazioni</p> <p>- 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</p> <p>- Saper utilizzare correttamente gli attrezzi adottando comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni</p>
--	--	---	--	--	--

				<ul style="list-style-type: none"><li>- Riflettere sui propri punti di forza e di debolezza, individuando le personali potenzialità e attitudini.</li><li>- Conoscere le principali funzioni fisiologiche in relazione all'attività motoria.</li><li>- Riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico- alimentazione – benessere.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Conoscere ed essere consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze illecite o che inducono dipendenza</li></ul>
--	--	--	--	--	---

## EDUCAZIONE FISICA

### TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

<i>SCUOLA INFANZIA</i>	<i>SCUOLA PRIMARIA</i>	<i>SCUOLA SECONDARIA</i>
Ultimo Anno	Al termine della classe Quinta	Al termine della classe Terza
<p><i>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Scopre e riconosce il proprio sé in stasi e in movimento: rafforza la propria identità</li> <li>- Riconosce i vari segmenti corporei su se stesso, su gli altri e su un'immagine</li> <li>- Riproduce la figura umana in maniera completa</li> <li>- Coordina i propri movimenti su indicazioni spazio-temporali</li> <li>- Controlla i movimenti in situazioni statiche e dinamiche</li> <li>- Esegue percorsi su consegne verbali</li> </ul> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordina il movimento in relazione agli altri</li> </ul>	<p>L'alunno</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> <li>- 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;</li> <li>- sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva;</li> <li>- sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità</li> </ul>	<p>L'alunno</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti;</li> <li>- utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione;</li> <li>- 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;</li> <li>- riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione;</li> <li>- rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri;</li> <li>- è capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esprime una gestualità ricca e spontanea</li> <li>- Segue e produce con attenzione e piacere spettacoli di animazione teatrale-musicale: esprime uno o più ruoli espressivi nel gioco teatrale, gestisce il movimento in semplici danze</li> </ul> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Controlla la forza del corpo e valuta il rischio</li> <li>- Comprende e applica le regole nel gioco di movimento</li> </ul> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Conosce e applica le norme igieniche</li> <li>-Si uniforma a regole comuni che attengono alla sicurezza nei vari ambienti frequentati</li> <li>- Dimostra un atteggiamento di curiosità e di esplorazione nei confronti del cibo.</li> </ul>	<p>tecniche;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico;</li> <li>- 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;</li> <li>- comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li> </ul>	
--	---	--

## EDUCAZIONE FISICA

### LE STRATEGIE DIDATTICHE

MACRO INDICATORI	GRADO SCOLASTICO	STRATEGIE DI INSEGNAMENTO/APPRENDIMENTO
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY	SCUOLA INFANZIA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tutoring</li><li>• Pensiero ad alta voce</li><li>• Discussione, ragionamento condiviso, dialogo, confronto</li><li>• Didattica multisensoriale</li><li>• Problem solving</li><li>• Uso motivato del rinforzo</li><li>• Attività che accrescano la fiducia nelle proprie capacità</li></ul>
	SCUOLA PRIMARIA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apprendimento cooperativo</li><li>• Tutoring</li><li>• Didattica laboratoriale</li><li>• Discussione, ragionamento</li></ul>



		<p>condiviso, dialogo, confronto.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Didattica multisensoriale</li> <li>• Problem solving</li> <li>• Uso efficace e motivato del rinforzo</li> <li>• Attività che accrescono la fiducia nelle proprie capacità</li> </ul>
	<p><b>SCUOLA SECONDARIA I GRADO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendimento cooperativo</li> <li>• Tutoring</li> <li>• Procedure strutturali e sequenziali</li> <li>• Didattica laboratoriale</li>   <li>• Discussione, ragionamento condiviso, dialogo, confronto</li> <li>• Strategie per la conoscenza metacognitiva</li> <li>• Didattica multisensoriale</li> <li>• Problem solving</li> <li>• Tecnologie multimediali</li> <li>• Uso efficace e motivato del rinforzo</li> <li>• Attività che accrescano la fiducia nelle proprie capacità</li> <li>• Compiti\attività "sfidanti"</li> </ul>