

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE DI SERMIDE

CURRICOLO VERTICALE - disciplina: EDUCAZIONE FISICA

ORDINE DI SCUOLA	TRAGUARDI per lo SVILUPPO delle COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO TRADOTTI IN CONOSCENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO TRADOTTI IN ABILITÀ
SCUOLA DELL'INFANZIA 3/4 ANNI	<ul style="list-style-type: none"> - Sviluppa capacità senso percettive attraverso il piacere del movimento. - Sviluppa lo schema corporeo - sviluppa l'autonomia personale 	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Camminare liberamente su indicazioni. - Camminare liberamente nelle varie direzioni. - Correre liberamente e/o su indicazione dell'insegnante (concetti topologici dentro/fuori, ecc). - Riconoscere ed indicare su se stesso le varie parti del viso. <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autonomie personali: alimentarsi correttamente, utilizzare i servizi igienici, lavarsi correttamente le mani (motricità fine). - Camminare e correre avanti e indietro. - Segue un percorso su indicazione. - Partecipa ad un gioco in un gruppo rispettando le regole. - Riconoscere e indica le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. 	<p>3 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Semplici coordinazioni (corsa, salto, saltelli). - Le parti del viso. - Alimentazione e igiene personale. <p>4 ANNI</p> <ul style="list-style-type: none"> - Giochi di regole, semplici percorsi. - Le parti del corpo.
SCUOLA DELL'INFANZIA 5 ANNI	<ul style="list-style-type: none"> - Sviluppa un linguaggio espressivo. - Sviluppa la socializzazione. 	<ul style="list-style-type: none"> - Camminare, correre e saltare a destra e a sinistra. - Riprodurre graficamente e denomina le varie parti del corpo. - Vestirsi autonomamente (indossare, allacciare, slacciare). 	<ul style="list-style-type: none"> - Gestione dell'abbigliamento. - Espressività del corpo. - Le regole del gioco e della convivenza civile nelle varie situazioni.

		<ul style="list-style-type: none"> - Rappresentare, drammatizzare personaggi, cose e situazioni. - Conoscere e applicare le regole del gioco. 	
SCUOLA PRIMARIA	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO: sviluppare la consapevolezza del sé</p> <p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA: utilizzare il linguaggio del corpo come espressività</p> <p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY: sperimentare le varie attività passando dal gioco ludico a quello sportivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Coordinazione, successione di fasi nei salti, nei lanci, nella corsa -Riprodurre sequenze ritmiche col corpo, con gli attrezzi -Comunicazione di stati d'animo -Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive -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, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità 	<ul style="list-style-type: none"> -Conoscere e denominare le parti del corpo -Utilizzo degli schemi motori di base in rapporto allo spazio-tempo -Riconoscere e valutare traiettorie, distanze e ritmi esecutivi delle azioni motorie organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri -Posture e azioni che indicano situazioni, sentimenti, stati d'animo - Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gocosport -Conoscere e rispettare le regole dei giochi e della convivenza civile -Giochi di movimento -Giochi tradizionali -Specialità atletiche e giochi sportivi (minibasket, pallamano, minivolley, atletica, etc.) -Conoscere il corretto utilizzo degli attrezzi

	SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA: agire rispettando i criteri base di sicurezza e riconoscendo alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita -Assumere corretti comportamenti alimentari ed igienici	-Conoscere l'abbigliamento adatto all'attività da svolgere -Riconoscere il rapporto tra corretta alimentazione e benessere psico-fisico
SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO CLASSE 1^	IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO: conoscere, migliorare e utilizzare le capacità coordinative e condizionali	Lo studente è in grado di migliorare e utilizzare efficacemente -Le capacità coordinative(coordinazione generale, segmentaria e specifica) -L'equilibrio posturale e dinamico, con variabili spazio-temporali e ritmiche, in condizioni facili di esecuzione -Piani di lavoro adeguati per l'incremento delle capacità condizionali (forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare),secondo i propri livelli di maturazione , sviluppo e apprendimento	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce: -L'essenziale terminologia specifica -In modo elementare il proprio corpo(muscoli, ossa e articolazioni principali) -Gli schemi motori di base(camminare, correre, saltare, rotolare, ecc.) -Le capacità coordinative e condizionali(quali sono e le principali funzioni)
	IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO prendere coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance	Lo studente è in grado di valutare le proprie performance, anche creando rubriche di autovalutazione	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce: -I principali test standardizzati per le valutazioni delle capacità coordinative e condizionali; -Le misure di lunghezza e di tempo
	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVA-ESPRESSIVA: utilizzare alcune tecniche di espressione corporea	Lo studente è in grado di -Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica -Rappresentare idee e stati d'animo mediante l'espressione corporea, individualmente, a coppie e in gruppo	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce: -Il valore della comunicazione verbale e non verbale nelle relazioni
	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY:	Lo studente è in grado di:	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce, dei diversi giochi e sport presentati: -I gesti tecnici fondamentali

	<p>praticare alcuni grandi giochi, conoscere gli elementi tecnici e i regolamenti di alcuni sport, riconoscendo all'attività sportiva il valore etico del confronto e della competizione</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche in alcuni sport individuali -Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche nei grandi sport di squadra -Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio -Relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali -Rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate 	<ul style="list-style-type: none"> -Il lessico specifico dei gesti tecnici -Il regolamento a livello scolastico -I gesti arbitrali -Il valore del rispetto dei regolamenti e dei compagni -Il codice deontologico dello sportivo
	<p>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA Essere consapevoli degli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e prevenzione delle malattie</p>	<p>Lo studente è in grado di mettere in atto abitudini igieniche corrette nella pratica scolastica, in palestra, in ambiente naturale e nella vita quotidiana</p>	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Norme igieniche relative all'igiene personale -Il valore della scelta dell'abbigliamento adeguato all'attività scolastica -Le regole essenziali relative all'assunzione di cibo e bevande prima, dopo e durante l'attività sportiva
	<p>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA Norme fondamentali di prevenzione degli infortuni legati all'attività fisica</p>	<p>Lo studente è in grado di</p> <ul style="list-style-type: none"> -Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature della palestra -Rispettare l'ambiente "spogliatoio", utilizzando gli arredi in modo consono 	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -La corretta modalità d'uso dei piccoli e grandi attrezzi, degli arredi e degli spazi della palestra e degli spogliatoi -Le norme di base di sicurezza nella pratica sportiva -Il nome degli infortuni più frequenti e basilari nozioni di primo soccorso

<p>CLASSE 2° SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO</p>	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO: conoscere, migliorare e utilizzare le capacità coordinative e condizionali</p>	<p>Lo studente è in grado di migliorare e utilizzare efficacemente</p> <ul style="list-style-type: none"> -Le capacità coordinative(coordinazione generale ,segmentaria e specifica) -L'equilibrio posturale e dinamico, con variabili spazio-temporali e ritmiche, in condizioni facili di esecuzione; -Piani di lavoro adeguati per l'incremento delle capacità condizionali(forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare),secondo i propri livelli di maturazione , sviluppo e apprendimento 	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -L'essenziale terminologia specifica -il proprio corpo e il suo funzionamento(apparato cardio-circolatorio, muscolo-scheletrico e respiratorio) -Gli schemi motori di base(camminare, correre, saltare, rotolare, ecc.) -Le capacità coordinative e condizionali(quali sono e le principali funzioni)
	<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO prendere coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance</p>	<p>Lo studente è in grado di valutare le proprie performance, anche creando rubriche di autovalutazione</p>	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -I principali test standardizzati per le valutazioni delle capacità coordinative e condizionali; -Le misure di lunghezza e di tempo, le percentuali e la media; è in grado di confrontare dati
	<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVA-ESPRESSIVA: utilizzare alcune tecniche di espressione corporea</p>	<p>Lo studente è in grado di</p> <ul style="list-style-type: none"> -Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi combinando la componente comunicativa e quella estetica -Rappresentare idee e stati d'animo mediante l'espressione corporea, individuale, a coppie e in gruppo -Decodificare i gesti di compagni ed avversari in situazione di gioco e sport -Comprendere e decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco 	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Il valore della comunicazione verbale e non verbale nelle relazioni -I principali gesti arbitrari dei giochi/sport studiati

	<p>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY: praticare alcuni grandi giochi, conoscere gli elementi tecnici e i regolamenti di alcuni sport, riconoscendo all'attività sportiva il valore etico del confronto e della competizione</p>	<p>Lo studente è in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche in alcuni sport individuali -Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche nei grandi sport di squadra -Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio -Rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate 	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce, dei diversi giochi e sport presentati:</p> <ul style="list-style-type: none"> -I gesti tecnici fondamentali -Il lessico specifico dei gesti tecnici -Il regolamento -I gesti arbitrali -Il valore del rispetto dei regolamenti e dei compagni -Il codice deontologico dello sportivo
	<p>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA Essere consapevoli degli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e prevenzione delle malattie</p>	<p>Lo studente è in grado di</p> <ul style="list-style-type: none"> -acquisire abitudini igieniche e di prevenzione delle malattie finalizzata al mantenimento di uno stato di salute ottimale -riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico-alimentazione benessere 	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Norme igieniche relative all'igiene personale nella vita quotidiana e durante/dopo la pratica sportiva -Il valore della scelta dell'abbigliamento adeguato all'attività scolastica -Le regole essenziali relative all'assunzione di cibo e bevande prima, dopo e durante l'attività sportiva
	<p>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA Norme fondamentali di prevenzione degli infortuni legati all'attività fisica</p>	<p>Lo studente è in grado di, ai fini della sicurezza, utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature e veicoli sia individualmente che in gruppo</p>	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -La corretta modalità d'uso dei piccoli e grandi attrezzi, degli arredi e degli spazi della palestra e degli spogliatoi -Le norme di base di sicurezza nella pratica sportiva -Il nome degli infortuni più frequenti e basilari nozioni di primo soccorso

CLASSE 3° SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO: conoscere, migliorare e utilizzare le capacità coordinative e condizionali	Lo studente è in grado di migliorare e utilizzare efficacemente -Le capacità coordinative(coordinazione generale ,segmentaria e specifica) -L'equilibrio posturale e dinamico, con variabili spazio-temporali e ritmiche, in condizioni facili di esecuzione; -Piani di lavoro adeguati per l'incremento delle capacità condizionali(forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare),secondo i propri livelli di maturazione , sviluppo e apprendimento	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce: -La relazione tra movimento e sistema nervoso -Le capacità coordinative e condizionali a livello teorico e alcuni metodi per allenarle
	IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E CON IL TEMPO prendere coscienza del proprio stato di efficienza fisica attraverso l'autovalutazione delle personali capacità e performance	Lo studente è in grado di sperimentare piani di lavoro personalizzati	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce: -La relazione tra movimento e sistema nervoso -Le capacità coordinative e condizionali a livello teorico e alcuni metodi per allenarle
	IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA'COMUNICATIVA- ESPRESSIVA: utilizzare alcune tecniche di espressione corporea	Lo studente è in grado di -Applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie -Decodificare i gesti di compagni ed avversari in situazione di gioco e sport -Comprendere e decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce: -Diversi linguaggi espressivi(danza, musica, arte) -I principali gesti arbitrali dei giochi/sport studiati
	IL GIOCO, LO SPORT,LE REGOLE, IL FAIR PLAY: praticare alcuni grandi giochi, conoscere gli elementi tecnici e i regolamenti di alcuni sport, riconoscendo all'attività sportiva	Lo studente è in grado di: -Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche in alcuni sport individuali -Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche nei grandi sport di squadra	Per sviluppare tale competenza lo studente conosce, dei diversi giochi e sport presentati: -Gli elementi tecnici e tattici di base -Gli aspetti formativi ed educativi dello sport -Il codice deontologico dello sportivo

	il valore etico del confronto e della competizione	<ul style="list-style-type: none"> -Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio -Rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate 	
	<p>SALUTE E BENESSERE PREVENZIONE E SICUREZZA Essere consapevoli degli effetti delle attività motorie e sportive per il benessere della persona e prevenzione delle malattie. Norme fondamentali di prevenzione degli infortuni legati all'attività fisica</p>	<p>Lo studente è in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Comprendere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni -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 -Utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e altrui sicurezza -Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza per sé e gli altri 	<p>Per sviluppare tale competenza lo studente conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Norme igieniche relative all'igiene personale nella vita quotidiana e durante/dopo la pratica sportiva -Il valore della scelta dell'abbigliamento adeguato all'attività scolastica -Le regole essenziali relative all'assunzione di cibo e bevande prima, dopo e durante l'attività sportiva -Le norme base di sicurezza nella pratica sportiva -Il nome degli infortuni più frequenti e basilari nozioni di primo soccorso