

CURRICOLO VERTICALE: EDUCAZIONE FISICA

ISTITUTO COMPRENSIVO “CAMPO DEI FIORI” DI COMERIO a.s. 2020-2021

NUCLEI FONDANTI DELLE DISCIPLINE	Cl. 1 ^a Primaria	Cl. 2 ^a Primaria	Cl. 3 ^a Primaria	Cl. 4 ^a Primaria	Cl. 5 ^a Primaria	<i>Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria</i>	Cl. 1 ^a Secondaria	Cl. 2 ^a Secondaria	Cl. 3 ^a Secondaria	<i>Traguardi per lo sviluppo delle competenze 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 spazio e tempo	- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare, afferrare/ lanciare, strisciare, rotolare).	-Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre / saltare, afferrare/ lanciare, strisciare, rotolare).	-Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). -Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali	-Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). -Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali	-Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). -Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali	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.	-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 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 -Progettare e realizzare lanci e tiri	-Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. -Utilizzare efficacemente le proprie capacità motorie acquisite e applicarle per risolvere in forma originale e creativa un	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.

			delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.		-Saper correre, afferrare, lanciare, arrampicare, strisciare. -Sviluppare e consolidare la resistenza organica generale, la forza muscolare, la velocità (di reazione, esecuzione, traslocazione) e la mobilità articolare.	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).	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	
-II linguaggio del corpo come modalità comunicativo-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 forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali Elaborare ed eseguire	-Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. Elaborare ed eseguire	1.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.	-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 comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri

				semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive	semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive					
-Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>-Avvio alle modalità esecutive di giochi di movimento (giochi di imitazione, di immaginazione, giochi popolari) e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>-Avvio alla conoscenza ed all'applicazione di semplici regole e di fair play nel gioco individuale e di squadra.</p>	<p>-Conoscere e applicare correttamente e modalità esecutive di numerosi giochi di movimento (giochi di imitazione, di immaginazione, giochi popolari) e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>-Rispettare semplici regole e di fair play nel gioco individuale e di squadra.</p>	<p>Conoscere e applicare correttamente e modalità esecutive di numerosi giochi di movimento (giochi di imitazione, di immaginazione, giochi popolari) e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>-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</p>	<p>-Conoscere e applicare correttamente e modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>-Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>-Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>-Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con</p>	<p>-Conoscere e applicare correttamente e modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>-Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>-Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>-Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con</p>	<p>1. Sperimenta a una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento o alla futura pratica sportiva.</p> <p>2. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>3. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di</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 con il gruppo rispettando le diverse capacità,</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 regolamento tecnico dei</p>	<p>1. Pratica 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>

				equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.	rispettarle.		esperienze pregresse e caratteristiche personali	giochi sportivi, assumendo anche il ruolo di arbitro. -Riconoscere il valore del confronto e della competizione e stabilire corretti rapporti interpersonali attuando comportamenti cooperativi ed organizzativi all'interno del gruppo -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.	
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni	-Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni	1. Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia	-Aver cura della propria persona assumendo comportamenti consoni alla	-Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo	-Modulare e distribuire il carico motorio sportivo secondo i propri	1. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione

	<p>sicurezza nei vari ambienti di vita. -Imparare a riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. -</p>	<p>sicurezza nei vari ambienti di vita. -Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.</p>	<p>sicurezza nei vari ambienti di vita. -Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. - Conoscere e mettere in pratica elementari norme di igiene personale. - Acquisire prime conoscenze su comportamenti alimentari corretti</p>	<p>e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. -Riconoscere il rapporto tra alimentazione e ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all’esercizio fisico. Conoscere e mettere in pratica elementari norme di igiene personale.</p>	<p>e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. -Riconoscere il rapporto tra alimentazione e ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all’esercizio fisico. Conoscere e mettere in pratica elementari norme di igiene personale.</p>	<p>nel movimento sia nell’uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell’ambient e 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>pratica delle attività sportive, anche nell’utilizzo di un abbigliamento o idoneo. -Utilizzare nel rispetto e nella sicurezza di sé e degli altri, le attrezzature e gli spazi di lavoro.</p>	<p>del proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria e muscolare -Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente e gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.</p>	<p>parametri fisiologici e rispettare le pause di recupero attraverso una autovalutazione -Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione e di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol).</p>	<p>dello «star bene» in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>2.Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------