

**CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA - classe PRIMA**

<b>COMPETENZE EUROPEE DI RIFERIMENTO:</b> <b>Consapevolezza ed espressione culturale</b> <b>DISCIPLINA DI RIFERIMENTO: educazione fisica</b> <b>DISCIPLINE CONCORRENTI: scienze</b>							
	O.S.A.			COMPETENZE			
NUCLEO FONDANTE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ITINERARIO DIDATTICO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<b>SPAZIO</b> <b>VIVERE E SPERIMENTARE IL CORPO NELLA SUA DIMENSIONE</b>	Riconoscere lo schema corporeo e denominare le varie parti del corpo.	Conoscere il proprio corpo e utilizzare le proprie abilità in forma semplice e complessa.	Attività a corpo libero, con piccoli attrezzi, singoli, a coppie, in gruppo di occupazione spaziale, di percezione, organizzazione e osservazione. Test motori e misurazione performance atletiche.	Conosce i sistemi motori di base e li utilizza prevalentemente e con la guida dell'insegnante in situazioni semplici e conosciute.	Conosce il proprio corpo e utilizza la motricità di base in situazioni semplici con una certa sicurezza.	Conosce il proprio corpo e utilizza la motricità di base con sicurezza in situazioni semplici e complesse.	Conosce il proprio corpo e utilizza la motricità di base con sicurezza e padronanza in situazioni semplici e complesse.
	Conoscere le caratteristiche e l'utilizzo dell'ambiente palestra e dei vari attrezzi.	Utilizzare l'esperienza motoria pregressa per risolvere situazioni nuove.  Sapersi orientare e organizzare nella dimensione spazio-temporale in forma globale e nell'avviamento all'attività sportiva	Giochi di base e presportivi con poche regole e senza limiti di campo (tutti contro tutti, 10 passaggi, vuota campo).  Giochi di regole e sportivi con iniziale organizzazione di tattica e di squadra.				

		Saper lavorare in gruppo accogliendo limiti e potenzialità dei compagni e rispettando spazi e attrezzature.					
<b>UTILIZZARE IL LINGUAGGIO DEL CORPO SIA NEGLI ASPETTI STRUMENTALI CHE DI COMUNICAZIONE :</b>	<p>Conoscere in forma globale i gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Conoscere i principali gesti arbitrali.</p> <p>Conoscere le potenzialità espressive e di comunicazione del proprio corpo.</p>	<p>Utilizzare il linguaggio corporeo e la gestualità per comunicare emozioni, stati d'animo, creatività.</p> <p>Utilizzare il linguaggio tecnico di base nei giochi presportivi e nello sport.</p>	<p>Giochi sportivi e di regole.</p> <p>Attività motoria di base con utilizzo della terminologia specifica.</p> <p>Attività di comunicazione e espressività corporea, movimento creativo.</p>	Si esprime con il proprio corpo in forma elementare e utilizza in modo iniziale il linguaggio specifico della disciplina.	Si esprime con il proprio corpo in forma elementare e utilizza il linguaggio specifico della disciplina.	Si esprime con una certa sicurezza e utilizza in modo abbastanza appropriato il linguaggio specifico della disciplina.	Si esprime con sicurezza e utilizza con padronanza il linguaggio specifico della disciplina.
<b>VIVERE L' ESPERIENZA SPORTIVA IN TUTTE LE SUE DIMENSIONI E</b>	<p>Conoscere le caratteristiche tecniche degli sport praticati.</p> <p>Conoscere le regole del fair-play.</p>	<p>Conoscere le proprie capacità e saperle utilizzare nel gioco e nello sport.</p> <p>Saper collaborare in modo propositivo e costruttivo con i compagni.</p>	<p>Avviamento alla pratica sportiva in tutte le sue componenti di gruppo, tecniche e organizzative.</p> <p>Attività finalizzate al riconoscimento dell'importanza delle regole e al loro rispetto nello sport.</p>	Pratica e conosce alcune delle attività sportive proposte, nel gruppo preferisce lasciarsi guidare	Pratica e conosce le attività sportive proposte con una certa sicurezza e negli aspetti elementari, nel gruppo	Pratica e conosce le discipline sportive con sicurezza, nel gruppo fornisce il proprio contributo, è disponibile alla collaborazione	Pratica e conosce le discipline sportive con padronanza, assume ruoli di guida nel gruppo, sa collaborare in

		Rispettare le regole ed i regolamenti dei vari giochi e sport praticati.		e non prende iniziativa.	preferisce lasciarsi guidare e non prende iniziativa.		modo costruttivo coi compagni e con l'insegnante.
<b>ASSUMERE COMPORAMENTI CORRETTI IN FUNZIONE DELLA SALUTE E DEL BENESSERE</b>	<p>Conoscere in forma globale i gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Conoscere i principali gesti arbitrali.</p> <p>Conoscere le potenzialità espressive e di comunicazione del proprio corpo.</p>	<p>Utilizzare il linguaggio corporeo e la gestualità per comunicare emozioni, stati d'animo, creatività.</p> <p>Utilizzare il linguaggio tecnico di base nei giochi presportivi e nello sport.</p>	<p>Giochi sportivi e di regole</p> <p>Attività motoria di base con utilizzo della terminologia specifica.</p> <p>Attività di comunicazione e espressività corporea, movimento creativo.</p>	<p>Sa stare in palestra, conosce in modo iniziale le norme fondamentali relative alla salute (alimentazione) e all'igiene personale e alla sicurezza.</p>	<p>Sa utilizzare gli attrezzi e gli ambienti in modo sicuro per sé e per gli altri riconoscendo situazioni di rischio.</p>	<p>Sa stare in palestra, conosce le norme fondamentali relative alla salute, all'igiene personale e alla sicurezza e le utilizza anche al di fuori della realtà scolastica.</p>	<p>Sa stare in palestra, conosce le norme fondamentali relative alla salute, all'igiene personale e alla sicurezza e le utilizza in modo autonomo in ogni ambito di vita.</p>

**CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA - classe SECONDA**

COMPETENZE EUROPEE DI RIFERIMENTO: Consapevolezza ed espressione culturale. Corpo e movimento							
DISCIPLINA DI RIFERIMENTO: EDUCAZIONE FISICA							
	O.S.A.			COMPETENZE			
NUCLEO FONDANTE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ITINERARIO DIDATTICO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<p align="center"><b>QUOTIDIANA</b></p> <p align="center"><b>SPERIMENTARE LA CORPOREITÀ NEI VARI AMBITI DI VITA, SPORTIVA E</b></p>	<p>Conoscere le attività di consolidamento delle capacità coordinative.</p> <p>Conoscere il livello di sviluppo e le tecniche di miglioramento delle capacità condizionali: forza, rapidità, resistenza, mobilità.</p> <p>Prendere coscienza del proprio stato di efficienza attraverso test e autovalutazione delle proprie esperienze e performance.</p>	<p>Utilizzare le proprie capacità in condizioni normali di esecuzione.</p> <p>Utilizzare consapevolmente le abilità secondo i propri livelli di maturazione.</p> <p>Distribuire il lavoro motorio-sportivo secondo i giusti parametri fisiologici, rispettare le pause di lavoro e l'attività in gruppo.</p>	<p>Attività motoria di base, sviluppo e consolidamento abilità motorie e coordinative a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi, singoli, in gruppo, in attività di gioco, in circuito</p> <p>Test motori e misurazione performance atletiche, giochi sportivi</p>	<p>Impiega la motricità di base e controlla la propria postura in situazioni semplici e con una certa sicurezza.</p>	<p>Impiega la motricità di base e controlla la propria postura con sicurezza in situazioni semplici e complesse.</p>	<p>Impiega la motricità di base e controlla la propria postura con sicurezza in situazioni nuove e complesse.</p>	<p>Impiega la motricità di base e controlla la propria postura in ogni ambito con sicurezza e padronanza.</p>

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO ESPRESSIONE E COMUNICAZIONE</b></p>	<p>Conoscere le tecniche di espressione corporea.</p> <p>Conoscere la gestualità dell'attività motoria e sportiva.</p>	<p>Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando i vari codici espressivi, di comunicazione, tecnici e della danza.</p> <p>Rappresentare idee, stati d'animo, storie con gestualità e posture, con musica, singolarmente e in gruppo.</p>	<p>Attività motoria di base e sportiva con l'utilizzo di comunicazione, gestualità libera e tecnica tipica della disciplina praticata.</p> <p>Attività di movimento creativo, mimo, jonglage, danza, acrosport.</p>	<p>Utilizza il linguaggio del corpo e della disciplina in modo semplice e iniziale sia negli aspetti espressivi che di comunicazione.</p>	<p>Utilizza il linguaggio del corpo e della disciplina con una certa sicurezza e padronanza sia negli aspetti espressivi che di comunicazione.</p>	<p>Utilizza il linguaggio del corpo e della disciplina con sicurezza e padronanza sia negli aspetti espressivi che di comunicazione.</p>	<p>Utilizza e interpreta il linguaggio del corpo e della disciplina negli aspetti espressivi e di comunicazione con sicurezza e padronanza.</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>L'ATTIVITA' SPORTIVA, LE REGOLE, IL FAIR PLAY</b></p>	<p>Conoscere gli elementi tecnici e i regolamenti degli sport praticati a livello scolastico.</p> <p>Conoscere il valore educativo, etico e sociale dell'attività sportiva.</p>	<p>Gestire in modo consapevole le abilità specifiche in situazioni tecniche e tattiche di sport individuali e di squadra.</p>	<p>Attività sportiva di base negli aspetti didattici, tecnici e tattici, tornei, giochi sportivi studenteschi.</p> <p>Attività di riflessione sul fair play, arbitraggio e organizzazione.</p>	<p>Pratica le discipline sportive negli elementi di base, conosce in modo superficiale le regole e il fair play, ma li utilizza solo se guidato.</p>	<p>Pratica le discipline sportive con una certa sicurezza, conosce le regole e il fair play e li applica con disponibilità.</p>	<p>Pratica le discipline sportive con una sicurezza, conosce le regole e il fair play e li applica con disponibilità e pertinenza.</p>	<p>Pratica le discipline sportive con sicurezza e padronanza, conosce e utilizza le regole e il fair play in modo autonomo.</p>

	Conoscere il valore del confronto e della competizione.		Visione di film come approfondimento delle tematiche sociali dello sport.				
<b>SALUTE E BENESSERE: PREVENZIONE E TUTELA</b>	<p>Conoscere gli effetti dell'attività motoria per il benessere della persona e la prevenzione delle malattie.</p> <p>Conoscere le norme di prevenzione degli infortuni in palestra e nell'attività motorio-sportiva.</p> <p>Conoscere e rispettare la segnaletica stradale.</p>	<p>Applicare i principi dell'allenamento e dell'attività motoria in funzione del mantenimento della salute</p> <p>Lavorare e interagire positivamente coi compagni e con l'insegnante nel rispetto di capacità, caratteristiche personali e temperamento</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e benessere</p> <p>Utilizzare responsabilmente spazi, attrezzature, veicoli</p>	<p>Sperimentare nelle varie attività la positività del movimento per il benessere, la tutela della salute in ogni ambito di vita.</p> <p>Assumere in ogni momento dell'attività motoria atteggiamenti utili al mantenimento della salute e alla prevenzione per sé e per gli altri.</p> <p>Rispettare regole e regolamenti di ogni attività praticata in forma autonoma e consapevole.</p>	Conosce e sperimenta le principali norme per la tutela della salute e della sicurezza, ma le utilizza con superficialità e poca autonomia.	Conosce e utilizza con una certa consapevolezza le principali norme per la tutela della salute e della sicurezza in ambito scolastico.	Conosce e utilizza con una certa consapevolezza le principali norme per la tutela della salute e della sicurezza sia in ambito scolastico che di vita quotidiana.	Conosce e utilizza le principali norme per la tutela della salute e della sicurezza in modo autonomo e consapevole in ogni ambito.

		Assumere una postura corretta in palestra, nel banco, per la strada.					
--	--	--	--	--	--	--	--

**CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA - classe TERZA**

<b>COMPETENZE EUROPEE DI RIFERIMENTO.</b> <b>Consapevolezza ed espressione culturale</b> <b>DISCIPLINA DI RIFERIMENTO: educazione fisica</b> <b>DISCIPLINE CONCORRENTI: scienze</b>							
	O.S.A.			COMPETENZE			
NUCLEO FONDANTE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ITINERARIO DIDATTICO	INIZIALE	BASE	INTERMEDIO	AVANZATO
<b>UTILIZZARE LE PROPRIE ABILITÀ MOTORIE IN OGNI AMBITO E SITUAZIONE</b>	<p>Conoscere le fasi di sviluppo delle capacità motorie e della disponibilità variabile.</p> <p>Conoscere gli elementi costitutivi dell'anticipazione motoria.</p> <p>Riconoscere l'importanza della creatività nell'azione motoria e sportiva.</p>	<p>Utilizzare le abilità motorie in ambiti e contesti diversi, sportivi e di vita quotidiana.</p> <p>Prevedere l'andamento e l'esito di un'azione.</p> <p>Risolvere un problema motorio o sportivo in modo efficace e/o creativo.</p> <p>Allenarsi per mantenere un buono stato di salute e per migliorare le proprie performance.</p>	<p>Sviluppo e consolidamento capacità coordinative e fattori d'esecuzione nelle varie modalità, in attività di base, nel gioco e nello sport.</p> <p>Test motori, autovalutazione.</p>	<p>Utilizza la propria motricità e controlla la propria postura in situazioni semplici con poca sicurezza e in modo superficiale.</p>	<p>Utilizza la propria motricità e controlla la propria postura in situazioni complesse e combinate con poca sicurezza.</p>	<p>Utilizza la propria motricità e controlla la propria postura in situazioni complesse e combinate con sicurezza e in modo appropriato.</p>	<p>Utilizza la propria motricità e controlla la propria postura in situazioni complesse e combinate con sicurezza, padronanza e pertinenza.</p>



<p><b>IL LINGUAGGIO DEL CORPO E DELLO SPORT</b></p>	<p>Conoscere le tecniche disciplinari e l'espressione corporea nei loro elementi costitutivi e nei vari aspetti attuativi.</p> <p>Conoscere gli elementi che caratterizzano le capacità tecniche e espressive, il loro sviluppo e utilizzo nel contesto o nella prestazione richiesta.</p>	<p>Saper stabilire rapporti interpersonali positivi, responsabili e costruttivi.</p> <p>Mettere in atto comportamenti operativi e organizzativi all'interno del gruppo.</p>	<p>Attività motoria di base e sportiva con l'utilizzo di comunicazione, gestualità e tecnica specifica della disciplina praticata.</p> <p>Attività di acrosport, jonglage, mimo, espressività corporea libera e con musica, danza.</p>	<p>Conosce il linguaggio del corpo e dello sport negli elementi tecnici e espressivi, ma li utilizza con poca padronanza e in modo superficiale.</p>	<p>Conosce il linguaggio del corpo e dello sport negli elementi tecnici e espressivi e li utilizza con una certa sicurezza.</p>	<p>Conosce il linguaggio del corpo e dello sport negli elementi tecnici e espressivi e li utilizza con sicurezza e pertinenza.</p>	<p>Conosce il linguaggio del corpo e dello sport negli elementi tecnici e espressivi e li utilizza in modo autonomo e personale.</p>
<p><b>LO SPORT NELLE SUE MANIFESTAZIONI TECNICHE, SOCIALI E CULTURALI</b></p>	<p>Conoscere le metodiche di preparazione e allenamento</p> <p>Conoscere le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi</p>	<p>Rispettare le regole dei giochi di squadra (basket, volley, badminton, baskin..) svolgendo un ruolo attivo e utilizzando al meglio le proprie abilità tecniche e tattiche</p> <p>Saper arbitrare una partita degli sport praticati</p>	<p>Attività sportiva: preparazione tecnico-tattica, allenamento, arbitraggio, attività agonistica, organizzativa.</p> <p>2 visione di film tematici sullo sport e le sue implicazioni socio-culturali</p>	<p>Pratica l'attività sportiva e ne conosce gli elementi costitutivi in forma superficiale e con poca sicurezza.</p>	<p>Pratica l'attività sportiva e ne conosce gli elementi costitutivi con sicurezza, ma in modo non ancora autonomo.</p>	<p>Pratica l'attività sportiva e ne conosce gli elementi costitutivi con sicurezza e in modo autonomo.</p>	<p>Pratica l'attività sportiva e ne conosce gli elementi costitutivi con padronanza, autonomia e spirito critico e d'iniziativa.</p>

	Conoscere i gesti arbitrari delle varie discipline sportive.	Organizzare coi compagni una tattica di squadra.					
<b>LA TUTELA DEL BENESSERE E DELLA SALUTE COME COSTUME DI VITA NELL' OGGI E NEL DOMANI</b>	<p>Conoscere il rapporto tra l'attività motoria e i cambiamenti fisici e psicologici della preadolescenza.</p> <p>Riconoscere la dimensione sociale, educativa, culturale, storica dello sport.</p> <p>Conoscere le norme di attuazione e prevenzione della sicurezza.</p>	<p>Mettere in atto, nel gioco e nella vita, comportamenti equilibrati e positivi dal punto di vista fisico, emotivo, cognitivo.</p> <p>La tutela del benessere e della salute come costume di vita nell'oggi e nel domani.</p> <p>Maturare la consapevolezza di sé nell'ottica delle scelte future attraverso l'esperienza motorio-sportiva e di gruppo</p>	<p>Elementi relativi alla fisiologia, alla psicologia dell'età adolescenziale.</p> <p>Elementi di riflessione sul ruolo socioculturale dello sport nella storia con l'utilizzo di documenti, video, articoli di giornale.</p> <p>Elementi di riflessione sull'importanza del movimento per la crescita e la tutela della salute.</p>	Conosce l'importanza del movimento e le norme di tutela della salute e del benessere personale solo negli elementi pratici e in modo superficiale.	Conosce l'importanza del movimento e le norme di tutela della salute e del benessere personale solo negli elementi pratici di base	Conosce l'importanza del movimento e le norme di tutela della salute e del benessere personale anche nelle implicazioni socioculturali e li assume come abitudine permanente di vita.	Conosce l'importanza del movimento e le norme di tutela della salute e del benessere personale anche nelle implicazioni socioculturali e li assume come abitudine permanente di vita in modo consapevole e responsabile.