

ISTITUTO COMPRENSIVO "ITALO
CALVINO" – GALLIATE

Scuola Secondaria di 1° grado

CURRICOLO VERTICALE EDUCAZIONE FISICA

CLASSE PRIMA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno è consapevole dei punti di forza e dei limiti delle proprie capacità motorie. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alle situazioni.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Saper controllare il proprio corpo. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. Migliorare la capacità di equilibrio, destrezza, coordinazione e ritmo.</p>	<p>L'alunno: - Sa utilizzare le abilità per l'impostazione dei movimenti fondamentali dei vari giochi sportivi. - Sa utilizzare gli schemi motori di base per affrontare situazioni diverse. - Utilizza le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione dei gesti motori.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Sviluppo degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, arrampicarsi.- Coordinazione generale e oculomotoria.- Sviluppo dell'equilibrio statico e dinamico.- Controllo del proprio corpo nello spazio e nel tempo.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno utilizza modalità comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per relazionarsi con gli altri.</p>	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità, posture e sequenze svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. 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.</p>	<p>L'alunno: - Conosce e applica tecniche di espressione corporea seguendo vari ritmi, svolte in forma individuale. - Sa individuare i gesti motori di compagni e avversari in situazione di gioco. - Sa individuare alcuni gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare le azioni e i gesti per comunicare attraverso il corpo. - Conoscere le regole dei giochi di squadra, socializzare, rispettare i ruoli. - Decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. - Saper accettare la sconfitta e rispettare i compagni.

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno contribuisce al rispetto delle regole, dei ruoli e dell'obiettivo comune. Sperimenta in modo progressivamente sempre più complesso diverse gestualità tecniche.</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Acquisire le capacità di coordinazione adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra, mettendo in atto comportamenti collaborativi. Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati. Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>L'alunno: - Sa riconoscere quali capacità coordinative utilizzare nelle situazioni di gioco. - Mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa alle scelte della squadra. - Conosce le regole dei giochi sportivi praticati. - E' in grado di autocontrollarsi e rispettare l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fondamentali individuali dei grandi giochi di squadra. - Gesti tecnici di alcune specialità di corsa e salto dell'atletica leggera. - Conoscenza delle regole di base e dei punteggi dei vari giochi.

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno mette in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita.</p>	<p>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</p> <ul style="list-style-type: none"> - E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. - Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. - Conosce ed è consapevole dei benefici di una sana alimentazione e degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool). 	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inizia a scoprire i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età. - Sa disporre e utilizzare correttamente gli attrezzi. - Sa adottare comportamenti appropriati per la propria sicurezza. - Conosce i benefici dell'utilizzo di una sana alimentazione. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo responsabile spazi e attrezzature sia individualmente che in gruppo. - Utilizzare in modo responsabile (con "buon senso") spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo. - Acquisire e praticare regole comportamentali riguardo la postura nei banchi e il sollevamento dei carichi (zaino etc.). - Avere consapevolezza dell'importanza di una corretta alimentazione.

CLASSE SECONDA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno è consapevole dei punti di forza e dei limiti delle proprie capacità motorie.</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alle situazioni.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con spazio e tempo</p> <p>Saper controllare il proprio corpo.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>Migliorare la capacità di equilibrio, destrezza, coordinazione e ritmo.</p>	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none">- Sa utilizzare e coordinare le abilità per la realizzazione dei movimenti fondamentali dei vari giochi sportivi.- Sa utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni già vissute.- Utilizza le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico nelle situazioni sportive già sperimentate.	<ul style="list-style-type: none">- Consolidamento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, arrampicarsi, utilizzando piccoli e grandi attrezzi.- Coordinazione generale e oculo-manuale.- Diverse tipi di andature- Sviluppo dell'equilibrio statico e dinamico, utilizzando piccoli e grandi attrezzi- Controllo del proprio corpo nello spazio e nel tempo in relazione a sé e ai compagni.- Presa di coscienza del nuovo sé corporeo.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno utilizza modalità comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per relazionarsi con gli altri.</p>	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità, posture e sequenze svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. 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.</p>	<p>L'alunno: - Conosce e applica tecniche di espressione corporea seguendo vari ritmi, svolte in forma individuale e a coppie. - Sa decifrare i gesti motori di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. - Sa decifrare alcuni gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare le azioni e i gesti per comunicare attraverso il corpo. - Conoscere le regole dei giochi di squadra, socializzare, rispettare i ruoli, collaborare con il gruppo. - Decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. - Saper accettare la sconfitta e rispettare i compagni e gli adulti

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno contribuisce al rispetto delle regole, dei ruoli e dell'obiettivo comune. Sperimenta in modo progressivamente sempre più complesso diverse gestualità tecniche.</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Acquisire le capacità di coordinazione adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra, mettendo in atto comportamenti collaborativi. Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati. Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>L'alunno: - Utilizza le capacità coordinative adattandole alle situazioni di gioco. - Mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. - Conosce il regolamento tecnico degli sport praticati. - Sa affrontare le situazioni di gioco con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fondamentali individuali e di squadra dei grandi giochi di squadra. - Gest tecnici delle specialità di corsa e salto dell'atletica leggera. - Conoscenza delle regole e dei punteggi dei vari giochi e sport.

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno mette in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita.</p>	<p>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</p> <ul style="list-style-type: none"> - E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. - Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. - Conosce ed è consapevole dei benefici di una sana alimentazione e degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool). 	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età. - Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi. - Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni. - E' consapevole dei benefici di una sana alimentazione. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo responsabile (con "buon senso") spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo. - Acquisire e praticare regole comportamentali riguardo la postura nei banchi e il sollevamento dei carichi (zaino etc.). - Utilizzare in modo consapevole gli attrezzi ai fini didattici. - Utilizzare le norme appropriate per la sicurezza dei compagni. - Avere consapevolezza dell'importanza di una corretta alimentazione - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.

CLASSE TERZA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno è consapevole dei punti di forza e dei limiti delle proprie capacità motorie.</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alle situazioni.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con spazio e tempo</p> <p>Saper controllare il proprio corpo.</p> <p>Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>Migliorare la capacità di equilibrio, destrezza, coordinazione e ritmo.</p>	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sa utilizzare e coordinare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. - Sa utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove. - Utilizza le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in situazioni sportive nuove. 	<ul style="list-style-type: none"> - Consolidamento degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, arrampicarsi a ritmi variati nelle diverse situazioni, utilizzando piccoli e grandi attrezzi. - Coordinazione generale e oculo-manuale e oculo-podalica. - Diverse tipi di andature ed esercizi di combinazione motoria gambe e braccia. - Consolidamento dell'equilibrio statico e dinamico, utilizzando piccoli e grandi attrezzi - Controllo del proprio corpo nello spazio in relazione a sè, ai compagni e agli oggetti. - Presa di coscienza del nuovo sè corporeo e consolidamento degli schemi motori di base.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno utilizza modalità comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per relazionarsi con gli altri.</p>	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee e stati d'animo mediante gestualità, posture e sequenze svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>L'alunno: - Conosce e applica tecniche di espressione corporea seguendo vari ritmi, svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo. - Sa decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport e agire di conseguenza. - Sa decodificare gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento degli sport.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare le azioni e i gesti per comunicare attraverso il corpo. - Conoscere le regole dei giochi di squadra, socializzare, rispettare i ruoli, collaborare con il gruppo. - Decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. - Saper accettare la sconfitta e rispettare i compagni e gli adulti

Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno contribuisce al rispetto delle regole, dei ruoli e dell'obiettivo comune. Sperimenta in modo progressivamente sempre più complesso diverse gestualità tecniche.</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Acquisire le capacità di coordinamento adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche variant. Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra, mettendo in atto comportamenti collaborativi. Conoscere ed applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p>	<p>L'alunno: - Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco. - Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra. - Conosce e applica il regolamento tecnico degli sport praticati. - Sa affrontare 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>	<ul style="list-style-type: none"> - Fondamentali individuali e di squadra dei giochi di squadra e tattica di gioco. - Gestì tecnici delle specialità di corsa, salto e lancio dell'atletica leggera. - Conoscenza delle regole e dei punteggi dei vari giochi e sport e applicazione delle stesse nella fase di arbitraggio

Sicurezza e prevenzione, salute e benessere

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITA'	CONTENUTI/ATTIVITA'
<p>L'alunno mette in atto in modo autonomo comportamenti funzionali alla sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita.</p>	<p>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</p> <ul style="list-style-type: none"> - E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. - Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. - Conosce ed è consapevole dei benefici di una sana alimentazione e degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool). 	<p>L'alunno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconosce i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e sa distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi, salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. - Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. - Conosce ed è consapevole dei benefici di una sana alimentazione e degli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze illecite (doping, droghe, alcool). 	<ul style="list-style-type: none"> - Gestire in modo autonomo l'attività nel pieno rispetto di attrezzature e persone. - Utilizzare le norme appropriate per la sicurezza dei compagni. - Essere in grado di percepire e conoscere i mutamenti fisiologici. - Avere consapevolezza dell'importanza di una corretta alimentazione - Acquisire una cultura della legalità sportiva al fine del raggiungimento del risultato grazie ai propri mezzi. - Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).