Istituto Comprensivo di Adro

Matrice curricolare Ed. Fisica

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA PRIMARIA\SECONDARIA IC. ADRO

<table>
<tr><td colspan="3">COMPETENZA CHIAVE EUROPOEA

→ COMPETENZA SOCIALE E CIVICA
→ IMPARARE AD IMPARARE</td></tr>
<tr><td>FINALITÀ della disciplina</td><td>CONSAPEVOLEZZA DELLA PROPRIA

IDENTITÀ CORPOREA NEL RAPPORTO CON

L’AMBIENTE, GLI ALTRI E GLI OGGETTI</td><td rowspan="2">PROFILO DELLO STUDENTE
Ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita.</td></tr>
<tr><td>COMPETENZE disciplinari trasversali</td><td>- Stare bene con se stessi. Mettere a frutto le proprie potenzialità e rispondere al bisogno di benessere psico-fisico e movimento
- Stare bene con gli altri. Relazionarsi, comunicare e condividere
- Stare bene con l’ambiente. Esplorare ed operare nello spazio in un’ottica di prevenzione-sicurezza</td></tr>
</table>

NUCLEI TEMATICI	- Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo - Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo -espressiva - Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play - Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	

METODOLOGIA GENERALE	**STRATEGIE DIDATTICHE**	**STRUMENTI DIDATTICI**	**ESPERIENZE SIGNIFICATIVE**
→ Approccio esperienziale (esperienze motorie e sportive) → Integrazione di dimensione corporea, cognitiva, sociale, culturale e affettiva → Riflessione critica	→ Protagonismo → Progressiva consapevolizzazione → Incentivi all'autostima → Inserimento di alunni con varie forme di diversità → Contesti motivanti → Vissuti positivi → Gestione e controllo delle emozioni	→ Corpo → Piccoli e grandi attrezzi → Materiali non convenzionali → Spazi aperti → Palestra	→ Esercizio di schemi motori di base → Prestazioni sportive → Giochi competitivi → Cooperazione e lavoro di squadra → Rispetto delle regole concordate → Assunzione di stili di vita corretti e salutari

CLASSE PRIMA\ SECONDA (primo biennio)

VERSO I TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE
→ Riconosce, individua e denomina le principali parti del corpo, su stesso e sugli altri con sicurezza. → Riconosce con sicurezza la propria dominanza laterale. → Conosce e rispetta le principali regole di un gioco e partecipa con i compagni. → Utilizza i diversi attrezzi in sicurezza.

IL COPRO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

→ Riconoscere le varie parti del corpo su sé e gli altri, denominandole in modo corretto e sapendole rappresentare graficamente
→ Coordinare e utilizzare vari schemi motori di base più complessi combinati tra loro. (Camminare, saltare, rotolare, lanciare, strisciare ect)
→ Orientarsi utilizzando i rapporti topologici, semplici successioni temporali e ritmiche, per eseguire elementari percorsi.
→ Organizzare il proprio movimento nello spazio mettendosi in relazione a sé stesso, ai compagni, agli attrezzi
→ Riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con gli attrezzi.
→ Esercitare capacità espressive nel movimento, utilizzando il proprio corpo come elemento di comunicazione.
→ Imitare con posture del corpo oggetti animati e non.
→ Eseguire da soli o in gruppo semplici sequenze di movimento tratte da situazioni di vita quotidiana o fantastiche (fiabe/ favole)

→ Conoscere e rispettare le principali regole del gioco eseguendo le azioni utili allo svolgimento dei giochi.
→ Collaborare con i compagni per la realizzazione dell'obiettivo del gioco.
→ Iniziare ad accettare i propri limiti in una competizione accettando la sconfitta.

→ Utilizzare gli attrezzi in modo sicuro per sé e per gli altri.
→ Muoversi da soli e in gruppo, rispettando le regole, anche in situazioni d'emergenza
→ Percepire e riconoscere il piacere di fare attività motoria
→ Percepire il diverso battito del cuore

CLASSE TERZA\ QUARTA (secondo biennio)

VERSO I TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

→ Padroneggia gli schemi motori semplici.
→ Controlla le posizioni statiche e dinamiche dei segmenti corporei.
→ Esprime con il proprio corpo emozioni per rappresentare semplici situazioni di vita.
→ Conosce e rispetta le principali regole di un gioco e partecipa attivamente con i compagni.
→ Conosce ed esegue i principali gesti tecnici delle attività sportive praticate.
→ Utilizza i diversi attrezzi in sicurezza per sé e per gli altri.
→ Conosce e rispetta le principali regole di una sana alimentazione e della propria igiene.
→ Assume un atteggiamento responsabile nei confronti dell'esito del gioco.

IL COPRO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO –ESPRESSIVA
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

→ Coordinare e usare in maniera successiva e simultanea gli schemi motori combinandoli fra loro prima in successione poi in simultanea
→ Muoversi nello spazio, senza impaccio motorio, con coordinazione, equilibrio e senso del ritmo
→ Riconoscere e valutare traiettorie e distanze, ritmi in successione organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.
→ Rprodurre sequenze ritmiche sempre più complesse con il proprio corpo e con gli attrezzi.
→ Utilizzare il corpo per esprimersi
attraverso semplici drammatizzazioni.
→ Iniziare ad usare in modo creativo
il linguaggio del corpo per trasmettere anche le proprie emozioni.

→ Eseguire da soli o in gruppo combinazioni di sequenze di movimento tratte da situazioni di vita quotidiana o fantastica
(fiabe/favole) con finalità espressiva - comunicativa
→ Iniziare a produrre semplici coreografie o sequenze ritmiche. →Conoscere e applicare i principali elementi tecnici dei giochi praticati.
→ Conoscere usare ed applicare in modo corretto le indicazioni e le regole dei principali giochi sportivi.
→ Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.
→ Accettare i propri limiti collaborando e mettendosi in relazione con i compagni
→ Rapportarsi con lealtà con i compagni in una gara sportiva, accettando la sconfitta e avendo rispetto di chi ha perso. → Utilizzare gli attrezzi in maniera corretta e sicura per sé e i compagni/ insegnanti
→ Avere atteggiamenti adeguati a seconda dell'ambiente per la sicurezza personale e di quella dei compagni/ insegnanti
→ Rispettare regole di comportamento funzionali alla sicurezza in vari ambienti di vita.
→ Comprendere la stretta relazione tra fare attività sportiva e seguire una sana alimentazione per migliorare la salute del nostro corpo e coglierne l'importanza
→ Prendere coscienza dei cambiamenti del respiro e del battito cardiaco in situazione statica e dinamica.

CLASSE QUINTA\ PRIMA SECONDARIA (terzo biennio)

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE
→ Coordina gli schemi motori. → Controlla il corpo in situazioni dinamiche complesse. → Riesce ad eseguire sequenze ritmiche e sa orientarsi nello spazio. → Padroneggia le regole del gioco e partecipa attivamente con i compagni rispettandoli. → Padroneggia i principali gesti tecnici delle attività sportive praticate e ne conosce i regolamenti. → Prevede ed evita le situazioni di pericolo assumendo comportamenti adeguati. → Pratica le principali regole di una sana alimentazione e dell'igiene. → Assume un atteggiamento responsabile nei confronti dell'esito del gioco.

IL COPRO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO – ESPRESSIVA
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR-PLAY SALUTE E BENESERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

→ Coordinare e usare in maniera successiva e simultanea gli schemi motori combinandoli fra loro per svolgere attività di gioco – sport.
→ Muoversi nello spazio, con coordinazione, equilibrio, ritmo, scioltezza e disinvoltura.
→ Gestire e misurare la propria forza in relazione al lavoro richiesto.
→ Riconoscere e valutare traiettorie e distanze, ritmi in successione organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.
→ Usare in modo creativo il linguaggio del corpo, usando anche la voce, per trasmettere emozioni e stati d'animo.
→ Produrre semplici coreografie utilizzando basi musicali.
→ Riprodurre ritmi adeguandoli alle attività.

→Conoscere e applicare i principali elementi tecnici dei giochi praticati.
→ Conoscere usare ed applicare in modo corretto le indicazioni e le regole dei principali giochi sportivi.
→ Partecipare ad attività di gioco sport individuale e/ o di gruppo, anche in forma di gara, collaborando attivamente con i compagni e accettando i diversi ruoli
→ Prevedere le azioni degli altri e mettere in atto adeguate risposte motorie e strategie di gioco.
→ Collaborare con i compagni accettando l'apporto di ciascuno nei giochi.
→ Accettare i propri limiti
collaborando e mettendosi in relazione con i compagni .
→ Rapportarsi con lealtà con i compagni in una competizione sportiva, accettando la sconfitta e sapendo esprimere rispetto nei confronti di chi ha perso.

→ Utilizzare gli attrezzi in maniera corretta e sicura per sé e i compagni/ insegnanti
→ Avere atteggiamenti adeguati a seconda dell'ambiente per la sicurezza personale e di quella dei compagni/ insegnanti per evitare incidenti.
→ Rispettare regole di comportamento funzionali alla sicurezza in vari ambienti di vita.
→ Comprendere la relazione tra benessere, movimento e alimentazione per uno stile di vita sano.
→ favorire la scoperta personale ritmo respiratorio ottimale, durante
l 'esecuzione di movimenti particolari.