**CURRICULO DISCIPLINARE VERTICALE-EDUCAZIONE MOTORIA**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| COMPETENZE/INDICATORI PER LA VALUTAZIONE | | | | | | | |  |
| **EDUCAZIONE MOTORIA** | 5 ANNI  INFANZIA | I  PRIMARIA | | II  PRIMARIA | | III  PRIMARIA | | IV  PRIMARIA |
| • Controllare gli schemi dinamici generali: correre, camminare, saltare, arrampicarsi.  • Conoscere i cinque sensi, la loro funzione ed utilizzarli correttamente per discriminare le percezioni.  • Muoversi in modo guidato da soli o in gruppo, esprimendosi in base a stimoli sonori o musicali.  • Comprendere, concordare e rispettare le regole stabilite dal gruppo.  •Raggiungere una graduale autonomia personale nell’alimentarsi, nel riconoscere i segnali del corpo e nella cura di sé. | • Riconoscere e denominare le varie parti del corpo.  • Muoversi nello spazio secondo una direzione controllando la lateralità.  • Conoscere gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare e saper gestire l’equilibrio. | | • Consolidare gli schemi motori di base e gli schemi motori complessi  • Controllare  l’equilibrio e la dinamica nelle andature.  • Seguire un ritmo adattandolo allo spazio a disposizione  • Consolidare ed affinare la coordinazione oculo-manuale.  •Comunicare  attraverso  la gestualità e la mimica. | | **•** Consolidare e affinare la capacità senso percettiva.  **•** Muoversi consapevolmente con il corpo esercitando un controllo volontario.  **•** Controllare la palla nei giochi di movimento.  **•** Adattare la coordinazione di movimenti a situazioni diverse.  **•** Sviluppare/rinforzare la fiducia in se stessi, l'autostima, la determinazione. | | • Promuovere la partecipazione di tutti i bambini ad attività ludiche e proposte di gioco-sport  • Sviluppare interazioni ed atteggiamenti positivi verso i compagni (rispetto reciproco, collaborazione, sostegno, condivisione) e verso la frustrazione della sconfitta.  • Scoprire il valore delle regole in situazioni di gioco e l'importanza di rispettarle per la buona riuscita dello stesso e del gioco-sport.  • Acquisire e sviluppare qualità individuali e capacità sociali. |
| **EDUCAZIONE MOTORIA** | V  PRIMARIA | | I  SECONDARIA | | II  SECONDARIA | | III  SECONDARIA | | |
| **•** Conoscere le principali funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) ed i  loro cambiamenti in relazione all’esercizio fisico.  **•** Conoscere le variazioni fisiologiche indotte dall’esercizio e tecniche di modulazione/recupero dello sforzo (frequenza cardiaca e respiratoria).  •Utilizzare schemi motori e le loro interazioni in situazione simultanea e  combinata.  **•** Eseguire semplici composizioni e/o progressioni  motorie utilizzando  un’ampia gamma di codici  espressivi.  • Partecipare ai giochi sportivi collaborando con gli altri con senso di responsabilità. | | • Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.  • Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.  • Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.  • Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.  • Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alla scelta della squadra.  • Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza. | | • Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.  • Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.  • Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.  • Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.  • Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. | | • Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).  • Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.  • 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.  • Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.  • Essere in grado di 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.  • Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol). | | |

CURRICOLO DIPARTIMENTO EDUCAZIONE FISICA

*ISTITUTO COMPRENSIVO “Teresa Mattei”*

|  |
| --- |
| **Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola dell'Infanzia** |
| *Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo,*  *matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola.*  *Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di*  *cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.*  *Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di*  *gruppo, anche con l’uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all’interno della*  *scuola e all’aperto.*  *Controlla l’esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.*  *Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della scuola dell'infanzia** | |
| Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo | Controllare gli schemi dinamici generali: correre, camminare, saltare, arrampicarsi. |
| Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espresssiva | Conoscere i cinque sensi, la loro funzione ed utilizzarli correttamente per discriminare le percezioni.  Muoversi in modo guidato da soli o in gruppo, esprimendosi in base a stimoli sonori o musicali. |
| Il gioco, lo sport, le regole,  e il fair play | Comprendere, concordare e rispettare le regole stabilite dal gruppo. |
| Salute e benessere, prevenzione e sicurezza | Raggiungere una graduale autonomia personale nell’alimentarsi, nel riconoscere i segnali del corpo e nella cura di sé. |

|  |
| --- |
| **Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria** |
| 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.  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.  Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.  Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.  Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.  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.  Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta della scuola primaria** | |
| Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo | -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 delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. |
| Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espresssiva | -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 semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. |
| Il gioco, lo sport, le regole,  e il fair play | -Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.  -Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.  -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. |
| Salute e benessere, prevenzione e sicurezza | -Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.  -Riconoscere il rapporto tra alimentazione 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. |

|  |
| --- |
| **Traguardi per lo sviluppo delle competenze al termine della scuola secondaria di primo grado** |
| L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti.  Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.  Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre , attivamente i valori positivi (fair-play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.  Riconosce ricerca ed applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.  Rispetta criteri base della sicurezza per sé e per gli altri.  É capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza della scuola secondaria di primo grado** | |
| Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo | -Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.  -Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.  -Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.  -Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). |
| Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espresssiva | -Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture 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. |
| Il gioco, lo sport, le regole,  e il fair play | -Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.  -Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alla scelta della squadra.  -Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.  -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 | -Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.  -Essere in grado di 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.  Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.  -Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.  -Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.  -Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcol). |