

**CURRICOLO SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI PRIMO GRADO con riferimento
alle Competenze chiave europee e alle Indicazioni Nazionali 2012 declinato nelle abilità
di ogni annualità**

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE ESPRESSIONE CORPOREA

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – ESPRESSIONE CORPOREA

DISCIPLINE DI RIFERIMENTO: Educazione fisica

DISCIPLINE E INSEGNAMENTI CONCORRENTI: Scienze, Arte, Musica, Cittadinanza e Costituzione

La consapevolezza ed espressione culturale è la competenza che più contribuisce a costruire l'identità sociale e culturale, attraverso la capacità di fruire dei linguaggi espressivi e dei beni culturali e di esprimersi attraverso linguaggi e canali diversi. La storia vi concorre in modo fondamentale rispondendo alle domande "Chi siamo?" "Da dove veniamo?"; le arti e la musica permettendo di fruire e agire modi espressivi diversi, ma anche per riconoscerli come beni culturali che fanno parte del nostro retaggio, da conoscere, tutelare e salvaguardare. L'educazione fisica, che pure concorre alle competenze scientifiche, sociali e civiche, apporta alla costruzione di questa competenza la capacità di utilizzare il linguaggio del corpo e tutte le sue capacità espressive. Per maggiore praticità, la competenza è stata disaggregata nelle sue principali componenti: identità storica; patrimonio ed espressione artistica e musicale; espressione corporea.

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FISSATI DALLE INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO 2012

EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	TRAGUARDI ALLA FINE DEL PRIMO CICLO
<ul style="list-style-type: none">· 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 che 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.	<ul style="list-style-type: none">· L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che 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 sportivi (fair – play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.· Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.· Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.· È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

SEZIONE A: Traguardi formativi

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA	CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – ESPRESSIONE CORPOREA			
Fonti di legittimazione:	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012			
COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE	<ul style="list-style-type: none"> · Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse · Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune · Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo · Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita 			
FINE CLASSE PRIMA SCUOLA PRIMARIA	FINE CLASSE SECONDA SCUOLA PRIMARIA	FINE CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA	FINE CLASSE QUARTA SCUOLA PRIMARIA	FINE CLASSE QUINTA SCUOLA PRIMARIA
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. Coordinare, controllando la lateralità, e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc..)</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. Coordinare, controllando la lateralità, e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc..)</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. Coordinare, controllando la lateralità, 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</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. Coordinare, controllando la lateralità, 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</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. Coordinare, controllando la lateralità, 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</p>

<p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Partecipare a giochi di fantasia che esprimono stati emotivi diversi.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di semplici drammatizzazioni e danze.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giosport. 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>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <p>Riuscire a percepire con consapevolezza le sensazioni legate all'attività ludico-motoria. (fatica, benessere, gestione di piccoli imprevisti e pericoli).</p> <p>Conoscere ed utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi</p>	<p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Partecipare a giochi di fantasia che esprimono stati emotivi diversi.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di semplici drammatizzazioni e danze.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giosport.</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>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <p>Riuscire a percepire con consapevolezza le sensazioni legate all'attività ludico-motoria. (fatica, benessere, gestione di piccoli imprevisti e pericoli).</p> <p>Conoscere ed utilizzare in modo</p>	<p>organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Partecipare a giochi di fantasia che esprimono stati emotivi diversi.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di semplici drammatizzazioni e danze, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giosport. 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>Salute e benessere,</p>	<p>organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Partecipare a giochi di fantasia che esprimono stati emotivi diversi.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di semplici drammatizzazioni e danze, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giosport. 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</p>	<p>esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p>Partecipare a giochi di fantasia che esprimono stati emotivi diversi.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di semplici drammatizzazioni e danze, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giosport. 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,</p>
---	--	--	---	--

rispetto alle attività proposte.	corretto gli attrezzi e gli spazi rispetto alle attività proposte.	<p>prevenzione e sicurezza Riuscire a percepire con consapevolezza le sensazioni legate all'attività ludico-motoria. (fatica, benessere, gestione di piccoli imprevisti e pericoli). Conoscere ed utilizzare in modo corretto gli attrezzi e gli spazi rispetto alle attività proposte.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive . 	<p>accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> <p>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.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p>
CONOSCENZE FINE PRIMA SCUOLA PRIMARIA		CONOSCENZE FINE TERZA SCUOLA PRIMARIA		CONOSCENZE FINE QUINTA SCUOLA PRIMARIA

<ul style="list-style-type: none"> - Percepisce e prende coscienza del corpo, verbalizzando le sue parti. - Controllo e coordinamento dei movimenti seguendo le indicazioni dell'insegnante (camminare secondo andature libere o prestabilite correre liberamente o seguendo ritmi diversi). - Conoscere diversi tipi di andature e percorsi strutturati. - Conoscere la struttura del gioco (regole, divisioni in squadre-ruoli..) 		<ul style="list-style-type: none"> - Eseguire giochi con la palla e acquisire le tecniche di base di giochi di squadra. - Muoversi con scioltezza, e coordinazione (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo e in movimento). - Utilizzare abilità motorie in forma individuale, a coppia, in gruppo. - Rispettare le regole di giochi, anche in forma di gara interagendo positivamente con gli altri. - Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo, equilibrio statico-dinamico. - Utilizzare in modo corretto per sé e per gli altri spazi e attrezzature. - Sviluppare modalità espressive che utilizzano il linguaggio del corpo (utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare: stati d'animo, idee, situazioni etc...). 		<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare gli schemi motori posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea. - Saper valutare le traiettorie della palla; - Migliorare la capacità di anticipazione e scelta; - Migliorare l'equilibrio statico e dinamico; - Utilizzare il corpo e il movimento per esprimere vissuti e stati d'animo e nelle drammatizzazioni (danze e rappresentazioni teatrali); - Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri; - Saper gestire il proprio corpo nelle diverse situazioni di gioco-sport; - Conoscere e rispettare le regole del gioco; - Rispettare i compagni e gli avversari nel gioco; - Conoscere le finalità del gioco; - Conoscere i fondamentali di gioco e la tecnica di base di alcune discipline sportive;
---	--	---	--	--

SEZIONE A: Traguardi formativi

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:	CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – ESPRESSIONE CORPOREA	
Fonti di legittimazione	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012	
COMPETENZE SPECIFICHE/DI BAS	<ul style="list-style-type: none"> · Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse · Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune · Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo · Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita 	
FINE CLASSE PRIMA SCUOLA SECONDARIA		FINE CLASSE TERZA SCUOLA SECONDARIA
ABILITA'		ABILITA'
<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizzare movimenti e sequenze di movimenti su strutture temporali. - Riconoscere e utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria. - Utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione di gesti tecnici dei vari sport. - Controllare i segmenti corporei in situazioni complesse. - Essere in grado di rilevare i principali cambiamenti morfologici del corpo. - Riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento. - Mantenere un impegno motorio prolungato nel tempo, manifestando autocontrollo del proprio corpo nella sua funzionalità cardio-respiratoria-muscolare, rispettando le pause di recupero. <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in forma originale e creativa gli oggetti e il proprio corpo. - Usare consapevolmente il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi. - Decodificare i gesti arbitrari. <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestire in modo consapevole abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche semplificate negli sport. - Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione mettendo in atto comportamenti collaborativi. - Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi, 		<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. - Risolvere situazioni nuove o particolarmente complesse attraverso le esperienze motorie acquisite <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. <p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. - Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. - Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.

assumendo anche il ruolo di arbitro e/o di giuria.
- Gestire le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto per il compagno e l'avversario accettando gli esiti.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere consapevolezza della propria efficienza fisica, sapendo applicare principi metodologici utili e funzionali per mantenere un buon stato di salute (metodiche di allenamento, principi alimentari, ecc)
- Utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo.
- Acquisire e praticare regole comportamentali riguardo la postura (in piedi, da seduti nei banchi, nel sollevamento di carichi)

- 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, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).

CONOSCENZE FINE PRIMA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

- Conosce le modalità per eseguire semplici piani di allenamento e di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita.
- Consolida gli schemi motori di base attraverso attività ludico-sportive.
- Rispetta le regole e l'ambiente.
- Accetta il compagno attraverso attività di gruppo e di giochi sportivi.
- Conosce le norme igieniche.
- Conosce e rispetta i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri nel movimento e nell'uso degli attrezzi.
- Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.
- Conoscere le finalità del gioco.
- Conoscere e rispettare le regole del gioco.
- Rispettare i compagni e gli avversari nel gioco.
- Conoscere i fondamentali di gioco e la tecnica di base di alcune discipline sportive.

CONOSCENZE FINE TERZA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

- Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia
- Regole fondamentali di alcune discipline sportive