



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE DI CREAZZO

## CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

### ASPETTI FORMATIVI

Obiettivo generale e finale delle attività motorie è quello di contribuire alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza di sé e la consapevolezza del proprio benessere. L'interazione infatti "tra i linguaggi della mente e i linguaggi del corpo abbatte la tradizionale barriera tra i processi cognitivi e emozioni, facendo emergere un'idea di persona come sistema integrato, alla cui formazione e al cui equilibrio concorrono la componente percettivo - motoria, quella logico - naturale, quella affettivo - sociale" (I contenuti essenziali per la formazione di base, Documento della Commissione dei Saggi, marzo 1998).

Si promuoverà una equilibrata maturazione globale, offrendo agli alunni la possibilità e i mezzi per star bene :

- con se stessi, per favorire l'introspezione, la conoscenza di sé, l'autostima ed il controllo delle proprie emozioni;
- con gli altri, per inserirsi positivamente nel sociale, accettando regole e norme della convivenza civile, controllando l'aggressività e negando ogni forma di violenza.

Si porranno le basi per sane abitudini di vita e per una consuetudine alla pratica dello sport attivo, rendendo l'alunno progressivamente consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.

L'obiettivo sarà conseguire una base motoria più ampia possibile sviluppando anche la capacità di iniziativa a partire da "situazioni problema". Si punterà al miglioramento della sensibilità espressiva ed estetica collegando la motricità all'acquisizione di abilità relative alla comunicazione gestuale e mimica, alla drammatizzazione, al rapporto tra musica e movimento favorendo l'attività in ambiente naturale.

Si mirerà ad una attività motoria che non discrimina, non annoia, non seleziona, permettendo a tutti gli alunni totale partecipazione nel rispetto delle molteplici diversità.

**INDICAZIONI METODOLOGICHE:** le attività motorie dovranno svolgersi in forma "ludica,variata,polivalente,partecipata" facendo attenzione che il tipo di intervento sia proporzionato all'età. Compito dell'insegnante sarà di individuare e proporre le attività più idonee al raggiungimento dei traguardi prefissati.

Saranno privilegiati momenti di confronto, di rispetto e di reciproca conoscenza, favorendo agganci multidisciplinari.

Si favorirà ,inoltre la collaborazione con enti, associazioni e strutture sportive presenti nel territorio.

### **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 gioco sport 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.

### **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 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 attivamente i valori sportivi 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 ad un sano stile di vita e alla prevenzione.
- ✓ Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.
- ✓ E' capace di integrarsi nel gruppo,di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.

**VALUTAZIONE** L' osservazione sistematica sarà la base della valutazione. Posto come riferimento il punto di partenza iniziale delle diverse situazioni di funzionalità senso percettivo motorie, si andranno a misurare i reali incrementi di tutte le varie abilità accompagnando gli alunni nei processi di apprendimento e stimolandoli al miglioramento continuo.

**SCUOLA PRIMARIA**

**IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO**

CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA/TERZA	CLASSE QUARTA / QUINTA
<p>A) Conoscere i segmenti del corpo e le loro possibilità di movimento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere, individuare, denominare, rappresentare graficamente le varie parti del corpo.</li> <li>- Controllare, coordinare e combinare in forma globale semplici schemi motori.</li> </ul> <p>B) Controllarsi in situazioni di disequilibrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere su di sé la destra e la sinistra.</li> <li>- Organizzare il proprio movimento nello spazio in rapporto agli oggetti e agli altri.</li> <li>- Utilizzare lo spazio a disposizione individuando i punti di riferimento.</li> <li>- Conoscere semplici sequenze temporali.</li> </ul>	<p>A) Conoscere i segmenti del corpo e le loro possibilità di movimento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere, individuare, denominare, rappresentare graficamente le varie parti del corpo.</li> <li>- Controllare, coordinare e combinare in forma globale semplici schemi motori.</li> </ul> <p>B) Controllarsi in situazioni di disequilibrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere su di sé la destra e la sinistra.</li> <li>- Organizzare il proprio movimento nello spazio in rapporto agli oggetti e agli altri.</li> <li>- Utilizzare lo spazio a disposizione individuando i punti di riferimento.</li> <li>- Conoscere semplici sequenze temporali.</li> </ul>	<p>A) Coordinare e utilizzare gli schemi motori in forme sempre più complesse. Sviluppare l'indipendenza segmentaria.</p> <p>B) Controllarsi in situazioni di disequilibrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sapersi orientare nello spazio in relazione agli oggetti e alle persone in movimento.</li> <li>- Organizzare il movimento rispettando le equenze temporali</li> </ul>

**IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA**

CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA / TERZA	CLASSE QUARTA / QUINTA
<p>A) Muoversi in modo personale assecondando il proprio ritmo.</p> <p>B) Eseguire gesti e azioni con finalità espressive e comunicative.</p>	<p>A) Saper eseguire semplici combinazioni individuali e di gruppo, danze tradizionali o di animazione.</p> <p>B) Saper comunicare attraverso un linguaggio gestuale e motorio sensazioni e stati d'animo.</p>	<p>A) Elaborare semplici coreografie e sequenze di movimento individuali e di gruppo utilizzando basi ritmiche e musicali.</p> <p>B) Saper comunicare attraverso un linguaggio gestuale e motorio sensazioni e stati d'animo.</p>

**IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY**

CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA / TERZA	CLASSE QUARTA / QUINTA
<p>B) Conoscere alcuni giochi tradizionali.</p> <p>C) Rispettare le regole e assumere atteggiamenti positivi nella cooperazione e nell'accettazione dei ruoli</p> <p>D) Saper affrontare esperienze nuove e acquisire fiducia nelle proprie capacità.</p>	<p>B) Conoscere alcuni giochi tradizionali.</p> <p>C) Rispettare le regole e assumere atteggiamenti positivi nella cooperazione e nell'accettazione dei ruoli</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Scegliere azioni utili per risolvere problemi motori.</li> <li>- Comprendere e prevedere le intenzioni degli altri in alcune situazioni di gioco.</li> </ul> <p>D) Saper affrontare esperienze nuove e acquisire fiducia nelle proprie capacità.</p>	<p>A) Conoscere ed eseguire correttamente attività di <i>Giocosport</i></p> <p>B) Saper utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare.</p> <p>C) Rispettare le regole dei giochi e proporre varianti.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Assumere atteggiamenti positivi nella cooperazione e nell'accettazione dei ruoli.</li> <li>- Scegliere azioni utili per risolvere problemi motori.</li> <li>- Comprendere e prevedere le intenzioni degli altri in alcune situazioni di gioco.</li> </ul> <p>D) Saper affrontare esperienze nuove e acquisire fiducia nelle proprie capacità.</p>

**SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA**

CLASSE PRIMA	CLASSE SECONDA / TERZA	CLASSE QUARTA / QUINTA
<p>A) Porre attenzione alla propria funzione cardio respiratoria. Conoscere i cinque sensi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Muoversi con piacere anche in ambiente naturale.</li> </ul> <p>B) Essere in grado di usare in modo sicuro per sé e per gli altri gli attrezzi.</p>	<p>A) Porre attenzione alla propria funzione cardio respiratoria .Controllare la respirazione.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere i cambiamenti morfologici del corpo.</li> <li>- Muoversi con piacere anche in ambiente naturale.</li> </ul> <p>B) Essere in grado di usare in modo sicuro per sé e per gli altri gli attrezzi.</p>	<p>A) Porre attenzione alla propria funzione cardio-respiratoria. Controllare la respirazione.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendere i cambiamenti morfologici del corpo.</li> <li>- Muoversi con piacere anche in ambiente naturale.</li> </ul> <p>B) Essere in grado di usare in modo sicuro per sé e per gli altri gli attrezzi.</p>

## SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

### 1 ) IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

CLASSE PRIMA / SECONDA	CLASSE TERZA
A) Consolidare e rafforzare gli schemi motori di base trasferendoli gradualmente nei gesti tecnici dei vari sport. B) Sviluppare e migliorare le capacità condizionali. C) Utilizzare e correlare le variabili spazio- temporali. D) Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche con ausili specifici.	A) Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. B) Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. C) Saper utilizzare le variabili spazio-temporali in ogni situazione sportiva. D) Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche con ausili specifici.

### 2) IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA

CLASSE PRIMA / SECONDA	CLASSE TERZA
A) Saper comunicare attraverso il linguaggio gestuale e motorio sensazioni e stati d'animo in forma individuale e di gruppo. B) Saper capire ed interpretare le azioni dei compagni in situazioni di gioco C) Saper interpretare i gesti arbitrali.	A) Saper comunicare attraverso il linguaggio gestuale e motorio sensazioni e stati d'animo interagendo con altri linguaggi. B) Saper capire ed interpretare le azioni dei compagni in situazioni di gioco C) Saper interpretare i gesti arbitrali.

### 3) IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY

CLASSE PRIMA / SECONDA	CLASSE TERZA
A) Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dai vari giochi. B) Saper cooperare in gruppo valorizzando le attitudini individuali. C) Conoscere e applicare correttamente le regole degli sport praticati. D) Saper controllare l'emotività e l'aggressività.	A) Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dai vari giochi proponendo anche varianti. B) Saper cooperare in gruppo valorizzando le attitudini individuali. C) Conoscere e applicare correttamente le regole degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. D) Saper controllare l'emotività e l'aggressività gestendo in modo consapevole le situazioni competitive .

### 4) SALUTE E BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA

CLASSE PRIMA / SECONDA	CLASSE TERZA
A) Saper riconoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età B) Riconoscere e controllare le modificazioni cardio-respiratorie durante il movimento. C) Saper assumere comportamenti funzionali alla sicurezza propria e degli altri in palestra, a scuola , negli spazi aperti e,anche, in situazioni di pericolo. D)Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.	A) Saper controllare i diversi segmenti corporei e il loro movimento in situazioni complesse adattandoli ai cambiamenti morfologici del corpo,saper realizzare ritmi personali in vista del miglioramento delle prestazioni. B) Saper controllare la respirazione durante il movimento - Conoscere tecniche di rilassamento a conclusione dell'attività. C) Saper assumere comportamenti funzionali alla sicurezza propria e degli altri in palestra, a scuola , negli spazi aperti e,anche, in situazioni di pericolo. D) Assumere stili di vita e comportamenti attivi nei confronti della salute dinamica conferendo il giusto valore all'attività fisica e sportiva riconoscendo i danni legati all'assunzione di sostanze pericolose.