CURRICOLO SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Istituto Comprensivo FOCE

Fonti di legittimazione:
Raccomandazione del Parlamento Europeo e Consiglio 18.12.2006 - Indicazioni nazionali 2012



CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE

ESPRESSIONE CORPOREA

DISCIPLINE DI RIFERIMENTO: Educazione fisica
DISCIPLINE CONCORRENTI: tutte

TRAGUARDI ALLA FINE 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 ALLA FINE DEL PRIMO CICLO

L'alunno:

- acquisisce consapevolezza 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.

TRAGUARDI FORMATIVI

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: COMPETENZE IN MATEMATICA E COMPETENZE DI BASE IN SCIENZA E TECNOLOGIA - TECNOLOGIA

COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE

- 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.

ABILITA'
FINE CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA

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

- Utilizzare diversi schemi motori in forma successiva (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc).
- Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc).
- Riconoscere traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.
- Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo - espressiva

- Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.
- Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie collettive e/o individuali.

ABILITA'
FINE CLASSE QUINTA SCUOLA PRIMARIA

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

- Coordinare diversi schemi motori in forma successiva (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).
- Coordinare diversi schemi motori combinati tra loro ~~in~~ (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).
- Valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie.
- Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo -espressiva

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.
- Elaborare semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

ABILITA'
FINE SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

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

- Utilizzare le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.
- Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.
- Correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.
- Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale.
- Applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in gruppo.
- Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.
- Decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.

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

- Applicare modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.
- Utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.
- Partecipare alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara.
- Collaborare con gli altri nelle forme di gioco-gara.
- Rispettare le regole 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.



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

- Applicare modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.
- Utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.
- Partecipare alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.
- Rispettare le regole nella competizione sportiva.
- Accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti.
- Accettare 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.

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.
- Realizzare strategie di gioco.
- Mettere in atto comportamenti collaborativi.
- Applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati.
- Assumere il ruolo di arbitro o di giudice.
- 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

- Riconoscere 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.
- Applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.
- Disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.
- 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.

MICROABILITA'

FINE CLASSE TERZA SCUOLA PRIMARIA

- Individuare le diverse posture e movimenti possibili del corpo e dei suoi segmenti.
- Consolidare gli schemi motori statici.
- Consolidare gli schemi motori dinamici.
- Affinare gli schemi motori statici.
- Affinare gli schemi motori dinamici.
- Consolidare la lateralità in situazioni statiche rispetto a sé e agli altri.
- Consolidare la lateralità in situazioni dinamiche rispetto a sé e agli altri.
- Coordinare combinazioni di schemi motori dinamici e posturali.

Esempi

Movimenti del corpo e degli arti:

1. andature.
2. Mimica.
3. Coordinazione di movimenti di vari segmenti.
4. Esercizi di equilibrio statico e dinamico.
5. Flettere, estendere, spingere, inclinare, ruotare, piegare, circondurre, slanciare, elevare.
6. Camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare.
7. Salti a piedi uniti, con un piede, in alto, in basso, saltare nel cerchio, a dx , a sx, in avanti , indietro, ecc.
8. Corse a passi corti, con le ginocchia alte, calciando dietro, corsa balzata, ecc .
9. Esercizi a coppie da eseguire a specchio, con o senza attrezzi.

MICROABILITA'

FINE CLASSE QUINTA SCUOLA PRIMARIA

- Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi.
- Controllare il ritmo respiratorio durante e dopo l'esercizio.
- Riconoscere i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi.
- Utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi.
- Coordinare i movimenti del corpo e le facoltà sensoriali per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc.
- Consolidare gli schemi motori statici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.
- Affinare gli schemi motori dinamici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.
- Coordinare due schemi motori di base (camminare palleggiando, ecc.).

Esempi:

- Superare correndo (saltellando, camminando all'indietro) alcuni ostacoli ad altezze diverse.
- Correre (più o meno velocemente) sugli over.
- Rotolare.
- Saltellare (a piedi uniti, con un piede, a balzi) sui cerchi.
- Slalom veloce tra clavette.
- Traslocare su una linea tracciata a terra o su un asse di equilibrio.
- Seguire uno stimolo sonoro a occhi chiusi.
- Cadere all'indietro sul tappeto.
- Movimenti combinati: effettuare sui lati del campo andature diverse (galoppo laterale sul lato lungo, corsa lenta su un lato corto, corsa veloce sull'altro lato lungo, deambulazione normale sull'altro lato corto).

MICROABILITA'

FINE SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

- Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi.
- Controllare il ritmo respiratorio durante e dopo l'esercizio.
- Utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi.
- Coordinare i movimenti del corpo e le facoltà sensoriali per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc.
- Affinare gli schemi motori statici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.
- Affinare gli schemi motori dinamici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi.
- Coordinare diversi schemi motori di base (camminare palleggiando e lanciando, correre e lanciare un attrezzo, ecc.).
- Eseguire correttamente capriole.
- Effettuare esercizi ginnici con attrezzi (parallele, anelli, pertica, ecc. e a corpo libero).
- Eseguire esercizi di ginnastica ritmica e danza sportiva.
- Partecipare al gioco e allo sport rispettando le regole.
- Spiegare l'utilità e l'importanza delle regole.
- Partecipare al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti.
- Partecipare ai giochi e sport a squadre accettando vittorie e sconfitte.
- Utilizzare la mimica facciale e la gestualità in attività di drammatizzazione.

- Partecipare ai giochi riconoscendo le regole e il bisogno di rispettarle.
- Collaborare nei giochi per una finalità comune.
- Partecipare ai giochi a squadre accettando vittorie e sconfitte.
- Risolvere in forma creativa le situazioni che via via si presentano.
- Utilizzare la mimica facciale e la gestualità in giochi di drammatizzazione.
- Interpretare con il corpo semplici ritmi musicali.
- Rispettare le regole per prevenire infortuni.

- Partecipare ai giochi rispettando le regole.
- Prendere coscienza dell'utilità e dell'importanza delle regole.
- Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti.
- Partecipare ai giochi a squadre accettando vittorie e sconfitte.
- Utilizzare la mimica facciale e la gestualità in giochi di drammatizzazione.
- Interpretare con il corpo semplici ritmi musicali.
- Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni.
- Seguire autonomamente le regole dell'igiene personale.

- Interpretare con il corpo brani musicali nell'ambito di spettacoli e/o di sport (pattinaggio artistico, ginnastica, danza sportiva).
- Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni.
- Seguire autonomamente le regole dell'igiene personale e corretti stili di vita.

CONOSCENZE
fine Scuola Primaria

- Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.
- Regole fondamentali di alcuni giochi propedeutiche allo sport discipline.
- 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.

CONOSCENZE
fine Scuola Secondaria di primo grado

- Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.
- Regole fondamentali di alcune discipline sportive.
- Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).

EVIDENZE E COMPITI SIGNIFICATIVI

EVIDENZE

- Coordina azioni e schemi motori.
- Utilizza strumenti ginnici.
- Partecipa a giochi rispettando le regole e gestendo ruoli ed eventuali conflitti.
- Utilizza il movimento come espressione di stati d'animo diversi.
- Assume comportamenti corretti dal punto di vista igienico–sanitario e della sicurezza di sé e degli altri.

COMPITI SIGNIFICATIVI

ALCUNI ESEMPI:

- Partecipare a eventi ludici e sportivi rispettando le regole e tenendo comportamenti improntati a fair-play, lealtà e correttezza.
- Rappresentare drammatizzazioni attraverso il movimento, la danza, l'uso espressivo del corpo.
- Effettuare giochi di comunicazione non verbale.
- Costruire decaloghi, schede, vademecum relativi ai corretti stili di vita per la conservazione della propria salute e dell'ambiente.



LIVELLI DI PADRONANZA

livelli 1 e 2 attesi nella Scuola Primaria

1

- Individua le caratteristiche essenziali del proprio corpo nella sua globalità (dimensioni, forma, posizione, peso…).
- Individua le varie parti del corpo su di sé e sugli altri.
- Usa il proprio corpo rispetto alle varianti spaziali (vicino-lontano, davanti-dietro, sopra-sotto, alto-basso, corto-lungo, grande-piccolo, sinistra-destra, pieno-vuoto) e temporali (prima-dopo, contemporaneamente, veloce-lento).
- Individua le variazioni fisiologiche del proprio corpo (respirazione, sudorazione) nel passaggio dalla massima attività allo stato di rilassamento.
- Conosce l'ambiente (spazio) in rapporto al proprio corpo e si muove in esso.
- Padroneggia gli schemi motori di base: strisciare, rotolare, quadrupedia, camminare, correre, saltare, lanciare, mirare, arrampicarsi, dondolarsi.
- Esegue semplici consegne in relazione agli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, lanciare…).
- Utilizza il corpo per esprimere sensazioni, emozioni nel gioco simbolico e nelle drammatizzazioni.
- Utilizza il corpo per accompagnare ritmi, brani musicali, nel gioco simbolico e nelle drammatizzazioni.
- Rispetta le regole dei giochi.
- Sotto la supervisione dell'adulto, osserva le norme igieniche e comportamenti di prevenzione degli infortuni.

2

- Coordina tra loro alcuni schemi motori di base.
- Utilizza gli attrezzi ginnici e gli spazi di gioco secondo le consegne dell'insegnante.
- Partecipa a giochi di movimento tradizionali e di squadra, seguendo le regole e le istruzioni impartite dall'insegnante o dai compagni.
- Accetta i ruoli affidatigli nei giochi.
- Segue le osservazioni degli adulti e i limiti da essi impartiti nei momenti di conflittualità.
- Utilizza il corpo e il movimento per esprimere vissuti e stati d'animo e nelle drammatizzazioni.
- Conosce le misure dell'igiene personale che segue in autonomia
- Segue le istruzioni per la sicurezza propria e altrui impartite dagli adulti.

livello 3 atteso a partire dalla fine della Scuola Primaria

3

- 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.

livello 4 atteso nella Scuola Secondaria di primo grado

4

- Coordina azioni, schemi motori, gesti tecnici.
- Utilizza in maniera appropriata attrezzi ginnici e spazi di gioco.
- Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando autonomamente le regole, i compagni, le strutture.
- Conosce le regole essenziali di alcune discipline sportive.
- Gestisce i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità senza reazioni fisiche, né aggressive, né verbali.
- Utilizza il movimento anche per rappresentare e comunicare stati d'animo, nelle rappresentazioni teatrali, nell'accompagnamento di brani musicali, per la danza, utilizzando suggerimenti dell'insegnante.
- Assume comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie ed altrui.

livello 5 atteso alla fine della Scuola Secondaria di primo grado

5

- E'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.
- Si integra nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.