

**Scuola dell'Infanzia**  
**CAMPO DI ESPERIENZA/DISCIPLINA: IL CORPO IN MOVIMENTO**  
**Sezione 3 ANNI**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno conosce il proprio corpo sa che cosa fa bene e cosa fa male</p> <p>L' alunno conosce le diverse parti del corpo e inizia a rappresentarlo</p> <p>L'alunno prova piacere nel movimento e in diverse forme di attività</p> <p>L'alunno esercita le potenzialità sensoriali, conoscitive, relazionali, ritmiche ed espressive del corpo.</p>	<p>Assumere positive abitudini igienico-sanitarie</p> <p>Riconoscere e denominare le parti del corpo</p> <p>Compiere movimenti a comando, sa fare un girotondo e un semplice percorso</p> <p>Manipolare materiali ed oggetti camminare, correre, su comando (fermati, vai)</p> <p>Sapersi muovere lentamente, strisciare, rotolare</p> <p>Imitare movimenti</p> <p>Sapersi muovere secondo un ritmo veloce o lento</p> <p>Saper scandire un ritmo semplice con le mani -rispettare il proprio ed altrui corpo</p>	<p><i>Contenuti:</i> curare la propria persona <i>Attività:</i> visione di cartoni, utilizzo di libricini illustrati, routine igieniche a scuola.</p> <p><i>Contenuti:</i> esplorare e conoscere con il corpo nuovi spazi <i>Attività:</i> giochi di gruppo</p> <p><i>Contenuti:</i> muoversi nello spazio in maniera adeguata <i>Attività:</i> gioco motorio Attività di gioco volte al potenziamento della coordinazione grosso motoria</p> <p><i>Contenuti:</i> esplorare lo spazio usando tutti i canali sensoriali Comunicare con il corpo <i>Attività:</i> giochi con la musica, attività senso percettive, giochi d'imitazione</p> <p><i>Contenuti:</i> percepire e rappresentare globalmente il proprio corpo <i>Attività:</i> gioco volto al potenziamento della coordinazione fine motoria Percorsi motori giochi con regole e turni.</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Compiere semplici movimenti a comando
- Riconoscere e denominare le principali parti del corpo
- Manipolare
- Imitare semplici movimenti.

**Scuola dell'Infanzia**  
**CAMPO DI ESPERIENZA/DISCIPLINA: IL CORPO IN MOVIMENTO**  
**Sezione 4 ANNI**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUITO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno riconosce i segnali del proprio corpo;</p> <p>L'alunno conosce il proprio corpo e lo rappresenta;</p> <p>L'alunno riconosce le differenze sessuali e di sviluppo</p> <p>L'alunno esercita le potenzialità sensoriali, conoscitive, relazionali, ritmiche ed espressive del corpo</p> <p>L'alunno si muove con sicurezza nell'ambiente e nei giochi, rispettandone le regole (anche nel gruppo)</p>	<p>Conoscere ed utilizzare adeguatamente oggetti di igiene personale</p> <p>Spostarsi con diverse andature su percorsi definiti</p> <p>Denominare e disegnare in modo completo le parti del corpo</p> <p>Compiere movimenti di precisione con le mani</p> <p>Saper lanciare la palla ad un compagno o verso un bersaglio</p> <p>Imitare movimenti complessi</p> <p>Saper mimare e drammatizzare</p> <p>Assumere ruoli, compiti di responsabilità</p>	<p><i>Contenuti:</i> prendersi cura della propria persona  <i>Attività:</i> racconti in circle time, disegni sull'igiene elencando tutti i compiti e le sane abitudini Giochi di associazione (memory del corpo)</p> <p><i>Contenuti:</i> padroneggiare il proprio corpo nelle attività motorie  <i>Attività:</i> di gioco motorio            Attività di gioco volte al potenziamento della coordinazione grosso motoria</p> <p><i>Contenuti:</i> muoversi nello spazio in maniera adeguata  <i>Attività:</i> di gioco volte al potenziamento della coordinazione fine – motoria            Attività di gioco volte al potenziamento dell'equilibrio            Percorsi motori Giochi d'imitazione            Giochi con la musica            Attività sensoriali e percettive Attività di gioco con regole e turni</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Sapersi muovere lentamente, strisciare, rotolare
- Denominare e disegnare le principali parti del corpo
- Conoscere ed utilizzare oggetti di igiene personale

**Scuola dell'Infanzia**  
**CAMPO DI ESPERIENZA/DISCIPLINA: IL CORPO IN MOVIMENTO**  
**Sezione 5 ANNI**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno è autonomo nel vestirsi/svestirsi, nell'alimentazione e nella cura di sé e del proprio materiale.</p> <p>L'alunno rappresenta il corpo anche in movimento.</p> <p>L'alunno ha padronanza degli schemi motori e dell'uso degli attrezzi; esercita le potenzialità sensoriali, conoscitive, relazionali, ritmiche ed espressive del corpo.</p> <p>L' alunno controlla l'esecuzione del gesto, sia nella grossa motricità che nella fine.</p> <p>L'alunno interagisce con gli altri nei giochi di movimento, con regole, nella musica e nella danza.</p>	<p>Curare autonomamente la propria persona</p> <p>Denominare e disegnare in modo completo le parti del corpo</p> <p>Compiere movimenti di precisione con le mani, camminare, correre, saltare su comando e in varie direzioni</p> <p>Saper stare in equilibrio</p> <p>Saper riprodurre ritmi complessi con il corpo e con strumenti</p> <p>Riconoscere e rispettare i propri e altrui spazi</p> <p>Saper riconoscere e comunicare le proprie sensazioni uditive, olfattive, gustative, tattili e visive</p> <p>Sperimentare la dominanza laterale sul proprio corpo</p> <p>Affinare la fine motricità e potenziare la grosso motricità</p> <p>Imparare le regole di giochi motori e rispettarle</p>	<p><i>Contenuti:</i> riconoscere i bisogni del proprio corpo  <i>Attività</i> di routine per consolidare l'autonomia.</p> <p><i>Contenuti:</i> riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente nella loro globalità  <i>Attività:</i> giochi motori con l'utilizzo di specchi, racconto di storie e ricostruzione dello schema corporeo.            Attività di gioco volte al potenziamento della coordinazione fine – motoria, tagliare e punteggiare.</p> <p><i>Contenuti:</i> controllare l'intensità del movimento nell'interazione con gli altri  <i>Attività</i> di gioco volte al potenziamento dell'equilibrio            Percorsi motori Giochi d'imitazione Giochi con la musica Attività sensoriali e percettive Attività di gioco con regole e turni</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Denominare e disegnare in modo completo le parti del corpo
- Imitare movimenti complessi
- Saper riprodurre semplici ritmi con il corpo e con gli strumenti

**Scuola Primaria**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe PRIMA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno si muove nei vari ambienti scolastici e usa gli attrezzi in modo corretto.</p> <p>L'alunno riconosce e denomina le parti del corpo e si muove nello spazio sperimentando gli schemi motori di base.</p> <p>L'alunno utilizza le modalità espressive del corpo in giochi di vario genere.</p> <p>L'alunno sperimenta una pluralità di esperienze motorie e di gioco, sia individuali che collettive.</p>	<p>Muoversi nello spazio seguendo indicazioni verbali o simboli.</p> <p>Muoversi correttamente nello spazio coordinando i propri spostamenti con quelli del gruppo.</p> <p>Utilizzare il corpo come modalità comunicativo-espressiva.</p> <p>Eseguire sequenze e schemi ritmici di movimento.</p> <p>Utilizzare il corpo per produrre suoni e rumori.</p> <p>Utilizzare il corpo per esprimere stati d'animo.</p> <p>Organizzare e coordinare i propri movimenti in semplici competizioni.</p>	<p><i>Contenuti:</i>  orientamento spaziale.  Schemi motori di base.  Il ritmo.  Le regole nel gioco.  Giochi individuali e di squadra.</p> <p><i>Attività:</i>  Esercitazioni collettive per assumere determinate posture, posizioni e formare schieramenti con il corpo.  Attività di mimo per narrare fiabe.  Riproduzione di andature di animali.  Riproduzione di ritmi con mani, piedi, bocca, corpo per imitare oggetti, animali o rappresentare mestieri.  Giochi di movimento a coppie, in squadra e collettivi per sperimentare l'importanza delle regole.</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Muoversi nello spazio seguendo indicazioni verbali.
- Muoversi correttamente nello spazio coordinando i propri spostamenti con quelli del gruppo.
- Utilizzare il corpo come modalità comunicativo-espressiva.
- Utilizzare il corpo per produrre suoni e rumori.



**Scuola Primaria**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe SECONDA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUITO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno conosce le varie parti del corpo e si muove nello spazio sperimentando e coordinando vari schemi motori.  L'alunno partecipa in modo attivo a vari tipi di gioco organizzato rispettando le regole.  L'alunno conosce ed esegue in modo semplificato e personalizzato i gesti e i movimenti relativi ai vari giochi.</p>	<p>Muoversi consapevolmente nello spazio a disposizione utilizzando schemi motori diversi.  Eseguire sequenze di movimenti memorizzate.  Muoversi nello spazio in relazione a punti di riferimento e indicazioni verbali e iconiche.  Effettuare scelte consapevoli dell'arto col quale compiere un'azione al fine di ottenere una buona performance motoria.  Collaborare con i compagni rispettando le regole di gioco.  Conoscere le posture corrette e metterle in pratica nelle azioni della vita di ogni giorno e nello sport.  Conoscere e applicare i fondamentali di alcuni giochi di squadra.  Collaborare con i compagni per la riuscita di un gioco.</p>	<p><i>Contenuti:</i>  Schemi motori e memoria motoria.  Orientamento spaziale.  Lateralità.  Le regole dei giochi.  Le posture corrette.  I fondamentali nei giochi di squadra.  <i>Attività:</i>  Giochi motori che prevedono la memorizzazione e la successiva riproduzione di sequenze di movimenti.  Esecuzione di sequenze visuo-spaziali e di percorsi a stazione.  Attività di gioco-sport che prevede tiri e lanci.  Esercitazioni per migliorare la mira e centrare un bersaglio.  Giochi di cooperazione e collaborazione.</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Muoversi consapevolmente nello spazio a disposizione.
- Eseguire semplici sequenze di movimenti memorizzate.
- Muoversi nello spazio seguendo semplici indicazioni verbali.
- Collaborare con i compagni rispettando le regole di gioco.
- Assumere posture corrette nelle azioni della vita di ogni giorno.
- Collaborare con i compagni per la riuscita di un gioco.

**Scuola Primaria**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe TERZA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUITAMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno conosce le varie parti del corpo e si muove nello spazio sperimentando e coordinando vari schemi motori.</p> <p>L'alunno partecipa in modo attivo a vari tipi di gioco organizzato rispettando le regole.</p> <p>L'alunno conosce ed esegue in modo semplificato e personalizzato i gesti e i movimenti relativi ai vari giochi.</p>	<p>Muoversi consapevolmente nello spazio a disposizione utilizzando schemi motori diversi.</p> <p>Eseguire sequenze di movimenti memorizzate.</p> <p>Muoversi nello spazio in relazione a punti di riferimento e indicazioni verbali e iconiche.</p> <p>Effettuare scelte consapevoli dell'arto col quale compiere un'azione al fine di ottenere una buona performance motoria.</p> <p>Collaborare con i compagni rispettando le regole di gioco.</p> <p>Conoscere le posture corrette e metterle in pratica nelle azioni della vita di ogni giorno e nello sport.</p> <p>Conoscere e applicare i fondamentali di alcuni giochi di squadra.</p> <p>Collaborare con i compagni per la riuscita di un gioco.</p>	<p><i>Contenuti:</i></p> <p>Schemi motori e memoria motoria.</p> <p>Orientamento spaziale.</p> <p>Lateraltà.</p> <p>Le regole dei giochi.</p> <p>Le posture corrette.</p> <p>I fondamentali nei giochi di squadra.</p> <p><i>Attività:</i></p> <p>Giochi motori che prevedono la memorizzazione e la successiva riproduzione di sequenze di movimenti.</p> <p>Esecuzione di sequenze visuo-spaziali e di percorsi a stazione.</p> <p>Attività di gioco-sport che prevede tiri e lanci.</p> <p>Esercitazioni per migliorare la mira e centrare un bersaglio.</p> <p>Giochi di cooperazione e collaborazione.</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Muoversi consapevolmente nello spazio a disposizione.
- Eseguire semplici sequenze di movimenti memorizzate.
- Muoversi nello spazio seguendo semplici indicazioni verbali.
- Collaborare con i compagni rispettando le regole di gioco.
- Assumere posture corrette nelle azioni della vita di ogni giorno.
- Collaborare con i compagni per la riuscita di un gioco.

**Scuola Primaria**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe QUARTA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno 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.  L'alunno comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a se stessi, agli attrezzi, agli altri.  Muoversi con scioltezza e abilità coordinando più schemi motori.  Coordinare il movimento della mano dominante con quello dell'occhio per lanciare con precisione e mira.  Coordinare il movimento del piede dominante con quello dell'occhio per lanciare con precisione.  Riconoscere e seguire ritmi nell'esecuzione di azioni motorie.  Collaborare con gli altri per la realizzazione di attività di squadra.  Elaborare tattiche di gioco con i compagni di squadra, coordinando le proprie azioni con quelle degli altri.  Apprendere ed eseguire correttamente regole di gioco, rispettando il proprio ruolo.</p>	<p><i>Contenuti:</i>  Le capacità coordinative speciali.  Coordinazione oculo-manuale.  Coordinazione oculo-podolica.  Esercizi collaborativi.  Strategie tattiche dei giochi di squadra.  Rispetto delle regole.  Fair play.  <i>Attività:</i>  Esecuzione di percorsi per l'allenamento della destrezza e di altre capacità coordinative speciali (combinazione motoria, capacità di memorizzazione, capacità di orientamento).  Esecuzione di attività di muscolazione e di coordinazione da svolgersi a coppie.  Esecuzione di esercizi di motricità fine per il controllo della muscolatura distale delle mani e dei piedi.  Esecuzione di percorsi e circuiti per l'allenamento della velocità.  Corse con ostacoli.  Esecuzione di esercizi per allenare la capacità di reazione</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a se stessi, agli altri.
- Coordinare il movimento della mano dominante con quello dell'occhio per lanciare.
- Coordinare il movimento del piede dominante con quello dell'occhio per lanciare.
- Collaborare con gli altri per la realizzazione di attività di squadra.
- Apprendere ed eseguire correttamente regole di gioco, rispettando il proprio ruolo.

**Scuola Primaria**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe QUINTA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b><i>Consapevolezza ed espressione culturale</i></b></p>	<p>L'alunno 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.  L'alunno comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p>Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a se stessi, agli attrezzi, agli altri.  Muoversi con scioltezza e abilità coordinando più schemi motori.  Coordinare il movimento della mano dominante con quello dell'occhio per lanciare con precisione e mira.  Coordinare il movimento del piede dominante con quello dell'occhio per lanciare con precisione.  Riconoscere e seguire ritmi nell'esecuzione di azioni motorie.  Collaborare con gli altri per la realizzazione di attività di squadra.  Elaborare tattiche di gioco con i compagni di squadra, coordinando le proprie azioni con quelle degli altri.  Apprendere ed eseguire correttamente regole di gioco, rispettando il proprio ruolo.</p>	<p><i>Contenuti:</i>  Le capacità coordinative speciali.  Coordinazione oculo-manuale.  Coordinazione oculo-podolica.  Esercizi collaborativi.  Strategie tattiche dei giochi di squadra.  Rispetto delle regole.  Fair play.  <i>Attività:</i>  Esecuzione di percorsi per l'allenamento della destrezza e di altre capacità coordinative speciali (combinazione motoria, capacità di memorizzazione, capacità di orientamento).  Esecuzione di attività di muscolazione e di coordinazione da svolgersi a coppie.  Esecuzione di esercizi di motricità fine per il controllo della muscolatura distale delle mani e dei piedi.  Esecuzione di percorsi e circuiti per l'allenamento della velocità.  Corse con ostacoli.  Esecuzione di esercizi per allenare la capacità di reazione</p>

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a se stessi, agli altri.
- Coordinare il movimento della mano dominante con quello dell'occhio per lanciare.
- Coordinare il movimento del piede dominante con quello dell'occhio per lanciare.
- Collaborare con gli altri per la realizzazione di attività di squadra.
- Apprendere ed eseguire correttamente regole di gioco, rispettando il proprio ruolo.



**Scuola Secondaria di primo grado**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe PRIMA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUITO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b>Consapevolezza ed espressione culturale</b></p>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>L'alunno riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita alla prevenzione.</p> <p>L'alunno è capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità ed impegnarsi per il bene comune.</p> <p>L'alunno rispetta criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionale del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando inoltre, attivamente i valori sportivi del fair play come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>L'alunno utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p>	<p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p> <p>Poter realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Saper gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per</p>	<p><i>Contenuti:</i> Equilibrio <i>Attività:</i> Percorso motorio per lo sviluppo delle capacità di equilibrio statico e dinamico</p> <p><i>Contenuti:</i> Capacità coordinative globali e speciali <i>Attività:</i> Percorso motorio-coordinativo per lo sviluppo delle capacità coordinative. Andature nella corsa.</p> <p><i>Contenuti:</i> <i>Attività'</i> in ambiente naturale: <i>Attività:</i> progettare e organizzare un percorso in ambiente naturale a piccoli gruppi. Esprimere le proprie capacità motorie e competenze tecniche nella corsa. Determinare la soglia di sforzo con il parametro della frequenza cardiaca. Calcolare l'intensità dello sforzo misurando i battiti cardiaci.</p> <p><i>Contenuti:</i> Linguaggi del corpo componente emozionale e comunicativa. <i>Attività':</i> Lavori a gruppi per la costruzione</p>

		<p>l'altro, sia in caso di vittoria, sia in caso di sconfitta.</p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche delle varianti.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p>	<p>coreografica su una base ritmica</p> <p><i>Contenuti:</i> Teoria dei comportamenti leciti e illeciti nel mondo sportivo</p> <p><i>Attività:</i> Lavori a gruppi per la realizzazione di un power point riguardante le tematiche del doping e del fair play</p> <p><i>Contenuti:</i> Teoria e didattica del corpo umano (apparato locomotore, sistema nervoso, apparato respiratorio e cardiocircolatorio)</p> <p><i>Attività:</i> A piccoli gruppi per la realizzazione e presentazione alla classe di ricerche riguardanti i vari apparati e sistemi del corpo umano</p> <p><i>Contenuti:</i> Tecniche dei vari sport di squadra</p> <p><i>Attività:</i> Approfondimento della conoscenza delle tecniche, strategie e tattiche dei giochi. Trasferire autonomamente fondamentali individuali e di squadra appartenenti a diversi giochi.</p> <p><i>Contenuti:</i> Sport di squadra</p> <p><i>Attività:</i> Fondamentali individuali dei giochi di squadra della pallavolo (colpo sulla palla, bagher di difesa a coppie, palleggio); del basket</p>
--	--	--	---

			<p>(sensibilizzazione e controllo di palla, esercizi preparatori al palleggio, al tiro e al terzo tempo); del calcio a 5 (sensibilizzazione, controllo e conduzione della palla, trasmissione della palla e tiro in porta); della pallamano (passaggi, tiri in porta da fermo e tiro in corsa, palleggio).</p> <p><i>Contenuti:</i> Atletica leggera: conoscere teoria e pratica delle tecniche di alcune discipline dell'atletica leggera</p> <p><i>Attività:</i> Attività coordinative di pre atletismo finalizzate allo sviluppo delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare)</p> <p>Tecnica e didattica del salto in alto, del salto in lungo, della corsa veloce, della corsa di resistenza, corsa ad ostacoli, del getto del peso e lancio del vortex</p> <p><i>Contenuti:</i> Partecipazione a gare e tornei di istituto</p> <p><i>Attività:</i> Organizzazione di un torneo giocato nell'ambito della propria classe, la sua gestione e l'arbitraggio.</p>
--	--	--	--

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi
- Conoscere i benefici dell'esercizio fisico su se stesso
- Utilizzare il linguaggio corporeo per interagire con gli altri
- Utilizzare il proprio corpo per semplici esercizi di coordinazione segmentaria e statica
- Adottare semplici comportamenti igienici

**Scuola Secondaria di primo grado**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe SECONDA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b>Consapevolezza ed espressione culturale</b></p>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>L'alunno riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita alla prevenzione.</p> <p>L'alunno è capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità ed impegnarsi per il bene comune.</p> <p>L'alunno rispetta criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionale del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri praticando inoltre attivamente i valori sportivi del fair play come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>L'alunno utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p>	<p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p> <p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>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</p>	<p><i>Contenuti:</i> Equilibrio <i>Attività:</i> Percorso motorio per lo sviluppo delle capacità di equilibrio statico e dinamico</p> <p><i>Contenuti:</i> Capacità coordinative globali e speciali <i>Attività:</i> Percorso motorio-coordinativo per lo sviluppo delle capacità coordinative. Andature nella corsa.</p> <p><i>Contenuti:</i> Attività in ambiente naturale: <i>Attività:</i> progettare e organizzare un percorso in ambiente naturale a piccoli gruppi. Esprimere le proprie capacità motorie e competenze tecniche nella corsa. Determinare la soglia di sforzo con il parametro della frequenza cardiaca. Calcolare l'intensità dello sforzo misurando i battiti cardiaci.</p> <p><i>Contenuti:</i> Linguaggi del corpo, componente emozionale e comunicativa. <i>Attività:</i> Lavori a gruppi per la costruzione coreografica su una base ritmica</p>

		<p>caso di sconfitta.</p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p>	<p><i>Contenuti:</i> Teoria dei comportamenti leciti e illeciti nel mondo sportivo <i>Attività:</i> Lavori a gruppi per la realizzazione di un power point riguardante le tematiche del doping e del fair play</p> <p><i>Contenuti:</i> Teoria e didattica del corpo umano (apparato locomotore, sistema nervoso, apparato respiratorio e cardiocircolatorio) <i>Attività:</i> A piccoli gruppi per la realizzazione e presentazione alla classe di ricerche riguardanti i vari apparati e sistemi del corpo umano</p> <p><i>Contenuti:</i> Tecniche dei vari sport di squadra <i>Attività:</i> Approfondimento della conoscenza delle tecniche, strategie e tattiche dei giochi. Trasferire autonomamente fondamentali individuali e di squadra appartenenti a diversi giochi.</p> <p><i>Contenuti:</i> Sport di squadra <i>Attività:</i> Fondamentali individuali dei giochi di squadra della pallavolo (colpo sulla palla, bagher di difesa a coppie, palleggio e schiacciata); del basket</p>
--	--	---	---

		<p>(sensibilizzazione e controllo di palla, esercizi preparatori al palleggio, al tiro e al terzo tempo); del calcio a 5 (sensibilizzazione, controllo e conduzione della palla, trasmissione della palla e tiro in porta); della pallamano (passaggi, tiri in porta da fermo e tiro in corsa, palleggio).</p> <p><i>Contenuti:</i> Atletica leggera: conoscere teoria e pratica delle tecniche di alcune discipline dell'atletica leggera</p> <p><i>Attività:</i> Attività coordinative di pre atletismo finalizzate allo sviluppo delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare)</p> <p>Tecnica e didattica del salto in alto, del salto in lungo, della corsa veloce, della corsa di resistenza, corsa ad ostacoli, del getto del peso e lancio del vortex.</p>
--	--	--

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Gestire in modo consapevole le fasi della competizione sportiva con autocontrollo e rispetto dell'altro
- Anteporre il benessere e la crescita del gruppo alla voglia di imporsi e di vincere ad ogni costo
- Assumere una propria autonomia gestuale in sequenze e prassie coordinative e sportive
- Applicare gli schemi motori nella pratica ludico-sportiva
- Conoscere ed utilizzare in modo adeguato gli spazi e gli attrezzi



**Scuola Secondaria di primo grado**  
**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA**  
**Classe TERZA**

COMPETENZA EUROPEA	TRAGUARDO CONSEGUIIMENTO COMPETENZE	OBIETTIVI di APPRENDIMENTO	CONTENUTI E ATTIVITA'
<p><b>Consapevolezza ed espressione culturale</b></p>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>L'alunno riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita alla prevenzione.</p> <p>L'alunno è capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità ed impegnarsi per il bene comune.</p> <p>L'alunno rispetta criteri di base di sicurezza per se' e per gli altri.</p> <p>L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionale 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.</p> <p>L'alunno utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p>	<p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e altrui sicurezza.</p> <p>Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p> <p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>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</p>	<p><i>Contenuti:</i> Equilibrio <i>Attività:</i> Percorso motorio per lo sviluppo delle capacità di equilibrio statico e dinamico</p> <p><i>Contenuti:</i> Capacità coordinative globali e speciali <i>Attività:</i> Percorso motorio- coordinativo per lo sviluppo delle capacità coordinative. Andature nella corsa.</p> <p><i>Contenuti:</i> Attività in ambiente naturale: <i>Attività:</i> progettare e organizzare un percorso in ambiente naturale a piccoli gruppi. Esprimere le proprie capacità motorie e competenze tecniche nella corsa. Determinare la soglia di sforzo con il parametro della frequenza cardiaca. Calcolare l'intensità dello sforzo misurando i battiti cardiaci e programmare l'allenamento.</p> <p><i>Contenuti:</i> Linguaggi del corpo componente emozionale e comunicativa. <i>Attività:</i></p>

		<p>caso di sconfitta.</p> <p>Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p>	<p>Lavori a gruppi per la costruzione coreografica su una base ritmica</p> <p><i>Contenuti:</i> Teoria dei comportamenti leciti e illeciti nel mondo sportivo</p> <p><i>Attività:</i> Lavori a gruppi per la realizzazione di un power point riguardante le tematiche del doping e del fair play</p> <p><i>Contenuti:</i> Teoria e didattica del corpo umano (apparato locomotore, sistema nervoso, apparato respiratorio e cardiocircolatorio)</p> <p><i>Attività:</i> A piccoli gruppi per la realizzazione e presentazione alla classe di ricerche riguardanti i vari apparati e sistemi del corpo umano</p> <p><i>Contenuti:</i> Tecniche dei vari sport di squadra</p> <p><i>Attività:</i> Approfondimento della conoscenza delle tecniche, strategie e tattiche dei giochi. Trasferire autonomamente fondamentali individuali e di squadra appartenenti a diversi giochi.</p> <p><i>Contenuti:</i> Sport di squadra</p> <p><i>Attività:</i> Fondamentali individuali dei giochi di squadra della pallavolo (colpo sulla palla, bagher di difesa a coppie, palleggio e schiacciata e muro); del</p>
--	--	---	--

			<p>basket (sensibilizzazione e controllo di palla, esercizi preparatori al palleggio, al tiro e al terzo tempo); del calcio a 5 (sensibilizzazione, controllo e conduzione della palla, trasmissione della palla e tiro in porta); della pallamano (passaggi, tiri in porta da fermo e tiro in corsa, palleggio).</p> <p><i>Contenuti:</i> Atletica leggera: conoscere teoria e pratica delle tecniche di alcune discipline dell'atletica leggera</p> <p><i>Attività:</i> Attività coordinative di pre atletismo finalizzate allo sviluppo delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare)</p> <p>Tecnica e didattica del salto in alto, del salto in lungo, della corsa veloce, della corsa di resistenza, corsa ad ostacoli, del getto del peso e lancio del vortex.</p>
--	--	--	---

## **OBIETTIVI MINIMI DI APPRENDIMENTO**

- Acquisire un corretto atteggiamento di fronte alle problematiche riguardante lo sport al fine di costruire una mentalità sana, corretta e leale.
- Saper applicare alla propria gestualità in sequenze motorie
- Applicare il gesto motorio nella pratica ludico-sportiva
- Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni gli spazi e le attrezzature
- Applicare correttamente il regolamento tecnico dei giochi sportivi assumendo anche il ruolo di arbitro
- Partecipare alla realizzazione di strategie di gioco adottando nella squadra comportamenti collaborativi