

ISTITUTO FRANCESCO VENTORINO

Curricolo verticale

Scuola secondaria di I grado

EDUCAZIONE FISICA

Competenze chiave europee

- Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare
- Competenza in materia di cittadinanza
- Competenza imprenditoriale
- Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali

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, inoltre, attivamente i valori sportivi (*fair play*) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.

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.

Classe I Secondaria di I Grado		
ore settimanali: 2		
Ambiti	Obiettivi di apprendimento	Metodi e Contenuti
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata. Utilizzare in modo guidato i principali schemi motori, combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso- percettive. Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici.	Potenziamento progressivo delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive. Attività individuali, a coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Dal gioco allo sport (incontro con i diversi regolamenti e le caratteristiche degli sport). Sport di squadra: pallamano, pallavolo, basket, calcio, baseball. Atletica leggera: Velocità sui 60 e 80 mt., resistenza sui 400 mt.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità e posture. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione al regolamento del gioco.	Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità. Esperienza della fatica (lavori su resistenza e forza tramite corsa, andature e circuit training).
Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play	Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali. Organizzarsi in maniera guidata insieme agli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive. Padroneggiare le capacità coordinative nello spazio e nel tempo attraverso esercizi semplici.	La dinamica dell'assistenza e correzione reciproca nei lavori a gruppi.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	Essere attento alla cura della propria persona, degli altri e delle cose. Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.	
---	--	--

Classe II Secondaria di I Grado		
ore settimanali: 2		
Ambiti	Obiettivi di apprendimento	Metodi e Contenuti
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Utilizzare in modo guidato i principali schemi motori, combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso-percettive. Utilizzare con disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici. Inventare movimenti con piccoli attrezzi su specifica richiesta.	Dal gioco allo sport (incontro con i diversi regolamenti e le caratteristiche degli sport) Sport di squadra: pallamano, pallavolo, basket, calcio, baseball. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità. Esperienza della fatica (lavori su resistenza e forza tramite corsa, andature e circuit training). La dinamica dell'assistenza e correzione reciproca nei lavori a gruppi.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Rappresentare idee, stati d'animo mediante l'utilizzo del proprio corpo attraverso gestualità e posture. Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione al regolamento del gioco	
Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play	Utilizzare le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali, in maniera guidata.	

	Organizzarsi insieme agli altri compagni nelle diverse esperienze motorie e sportive. Accettare la diversità e riconoscere i punti di forza propri e dei compagni.	
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	Essere attento alla cura della propria persona, delle cose e degli altri	

Classe III Secondaria di I Grado		
ore settimanali: 2		
Ambiti	Obiettivi di apprendimento	Metodi e Contenuti
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Conoscere ed assumere atteggiamenti e posture corrette nella motricità finalizzata dimostrando di avere acquisito sensibilità propriocettiva. Utilizzare in modo appropriato tutti gli schemi motori combinati con diverse variabili spaziali, temporali e senso-percettive. Utilizzare con esperienza e disinvoltura i più tradizionali attrezzi ginnici. Inventare e coordinare movimenti in sequenza con piccoli attrezzi su specifica richiesta	Potenziamento progressive delle capacità condizionali e coordinative in palestra, in ambiente naturale ed in previsione di competizioni sportive. Attività individuali, a coppie, per piccoli gruppi, a squadre. Dal gioco allo sport (incontro con i diversi regolamenti e le caratteristiche degli sport). Sport di squadra: pallamano, pallavolo, basket, calcio, baseball. Atletica leggera: Velocità sui 60 e 80 mt., resistenza sui 400 e 600 mt. Attività motorie differenziate per difficoltà e complessità.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Raccogliere e rappresentare idee, stati d'animo mediante gestualità, posture e movimenti Saper decodificare, comprendere ed imitare i gesti arbitrali in relazione al regolamento del gioco e anche i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport	Esperienza della fatica (lavori su resistenza e forza tramite corsa, andature e circuit training). La dinamica dell'assistenza e correzione reciproca nei lavori a gruppi.
Il gioco, lo sport, le regole e il fair-play	Utilizzare nel migliore dei modi le abilità specifiche dei principali giochi di squadra e di alcune specialità sportive individuali Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra Organizzarsi autonomamente e con gli altri nelle diverse esperienze motorie e sportive	
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	Essere attento alla cura della propria persona, degli altri e delle cose. Comprende l'importanza di una corretta alimentazione. Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età. Applicarsi con costanza nella pratica sportiva allo scopo di migliorare le prestazioni del proprio corpo e ricavarne un benessere psicofisico.	