CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI AL TERMINE DI CIASCUN LIVELLO			
	AL TEMINE DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA	**AL TEMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA**	**AL TERMINE DEL PRIMO CICLO DI ISTRUZIONE**
COMPETENZA Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	Avviarsi ad acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.	Consolidare consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.	Utilizzare consapevolmente le abilità motorie acquisite per risolvere situazioni complesse e per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Orientarsi nell'ambiente naturale e artificiale, anche sconosciuto, attraverso ausili specifici.
Abilità	• Coordinare gli schemi motori statici e dinamici di base: camminare, correre, saltare, stare in equilibrio, strisciare, rotolare • Organizzare il movimento nello spazio e nel tempo in relazione a sé, gli altri e agli oggetti	• Utilizzare consapevolmente la propria capacità motoria • Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro • Valutare semplici traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie • organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri	• Percepire correttamente le variabili spazio-tempo • Controllare il movimento • Effettuare combinazioni di coordinazioni dinamiche complesse • Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali in ogni situazione sportiva

			• Essere consapevoli delle proprie abilità motorie sia nei punti di forza sia nei limiti • Utilizzare ausili specifici di orientamento sul territorio
Conoscenze	• Schemi motori globali e posturali • Orientamento spazio/temporale (direzionalità, concetti topologici, prima/dopo)	• Schemi motori e posturali. • - Semplici traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie	• Schemi motori diversificati • Tecniche finalizzate all'acquisizione di nuovi gesti • Orientamento in ambiente naturale •
COMPETENZA Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo/ espressiva.	Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare e relazionare.	Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere stati d'animo.	Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, assumendo il ruolo di leader.
Abilità	• Utilizzare vari tipi di movimento per comunicare attraverso il corpo (danza, andature, ritmi) • Sperimentare ed esprimere sentimenti ed emozioni attraverso il linguaggio corporeo • Muoversi in accordo con brani musicali diversi	• Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie • Esprimere con il movimento contenuti emozionali in forma originale e creativa	• Esprimere idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture in forma individuale, a coppie, in gruppo • Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport • Anticipare le intenzioni di gioco • Decodificare i gesti arbitrali

Conoscenze	• Le diverse modalità espressive del corpo (la mimica facciale, le tonalità della voce, il simbolismo del corpo) • Sequenze di movimento	• Espressività corporea • Semplici sequenze di movimento • Semplici coreografie individuali o di gruppo	• Espressività corporea • Sequenze di movimento
COMPETENZA Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.	Partecipare alle attività ludiche rispettando le regole e cooperando con gli altri.	Partecipare in modo corretto alle attività ludiche e pre-sportive rispettando le regole, cooperando con gli altri, accettando le decisioni arbitrali e la sconfitta.	Padroneggiare strategie di gioco adattandole alle situazioni richieste in forma originale e creativa, proponendo anche varianti e gestendo in modo consapevole le situazioni competitive.
Abilità e comportamenti	• Agire con autonomia e responsabilità nei confronti di se stesso, degli altri e dell'ambiente • Coordinarsi con altri nei giochi di gruppo • Controllare l'esecuzione del gesto, valutare il rischio nei giochi di movimento e nell'interazione con gli altri • Rispettare le regole di gioco e di comportamento	• Applicare correttamente indicazioni e regole delle attività motorie e sportive • Interagire e cooperare lealmente con l'altro nel gruppo • Accettare la sconfitta e rispettare gli sconfitti • Accettare la diversità delle prestazioni motorie	• Integrarsi nel gruppo • Collaborare e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra • Assumersi responsabilità e impegnarsi per il fine comune • - Mostrare, in gara e non, autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta
Conoscenze	• Le regole dei giochi • Giochi individuali, di coppia, di piccolo e di grande gruppo • L'utilizzo sicuro dei materiali/oggetti	• Regole dei giochi praticati e conseguenti comportamenti corretti • Pluralità di esperienze, di gioco e di sport • Giochi svolti individualmente, in coppia e in squadra	• I fondamentali individuali e di squadra della disciplina praticata • Tecniche per svolgere funzioni di arbitraggio

COMPETENZA Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.	Adottare pratiche di cura di sé, di igiene, di sana alimentazione e di sicurezza.	Riconoscere e mettere in pratica alcuni essenziali principi relativi al benessere psico-fisico e al rispetto dei criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.	Riconoscere, applicare e condividere comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.
Abilità	• Acquisire autonomia nella cura di sé, dell'igiene personale, dei propri oggetti e comunitari • Riconoscere, con riferimento a esperienze vissute, sani comportamenti alimentari • Percepire il pericolo e assumere comportamenti adeguati per prevenire rischi	• Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita • Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza	• Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica • Riconoscere i benefici dell'attività motoria • Predisporre un piano di lavoro in vista del miglioramento delle prestazioni • Valutare le proprie capacità confrontandole con dati di riferimento • Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo
Conoscenze	• Regole di igiene del corpo • Alcuni alimenti • I comportamenti responsabili che tutelano la sicurezza nelle attività ludiche - motorie	• Norme igienico-sanitarie • Relazione tra alimentazione ed esercizio fisico • Rischi e pericoli connessi all'attività ludico-motoria	• Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico • Comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita

			• Assistenza ai compagni • Effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono la dipendenza (doping, droghe, alcol)