



# ISTITUTO COMPRENSIVO DI BOZZOLO

## CURRICOLO VERTICALE DI EDUCAZIONE FISICA

---

**ELABORATO DAI DOCENTI DI EDUCAZIONE FISICA**

**SCUOLA PRIMARIA E SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

## MAPPA DELLA DISCIPLINA

### DISPOSIZIONI DELLA MENTE:

- Persistenza
- Gestire l'impulsività
- Pensare in modo flessibile
- Fare domande e porre problemi
- Applicare la conoscenza pregressa a nuove situazioni
- Raccogliere informazioni attraverso l'utilizzo di tutti i sensi

**COMPETENZE**  
Percepisce e controlla i propri segmenti corporei in situazioni spazio-temporali diversificate.

### COMPETENZE DI CITTADINANZA:

- Consapevolezza ed espressione culturale
- Competenze sociali e civiche

### PROFILO:

- Affronta in autonomia e con responsabilità le situazioni di vita tipica della propria età
- Esprime la propria personalità
- È consapevole delle proprie potenzialità e dei limiti in un'ottica di rispetto reciproco
- Rispetta le regole condivise e collabora con gli altri per la costruzione del bene comune
- Si impegna a portare a termine il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri
- Affronta problemi e situazioni sulla base di elementi certi

**COMPETENZE** Agisce rispettando i criteri base di sicurezza e di salute psico-fisica

**FINALITA'**: promuovere la conoscenza di sé, delle proprie potenzialità-limiti, in costante relazione con l'ambiente naturale e sociale

**COMPETENZE** Comunica e comprende, attraverso il linguaggio del corpo, stati d'animo e idee in ogni contesto sociale.

**COMPETENZE** Gioca condividendo regole, strumenti e scopi

## MAPPATURA DEGLI ASPETTI SIGNIFICATIVI SVOLTI NELL'ISTITUTO RISPETTO ALLA DISCIPLINA

<b>ESPERIENZE SIGNIFICATIVE</b>	
<p><i>Quali esperienze significative / routines ?- Quali esperienze irrinunciabili ? - Quali esperienze che costituiscono l'identità di scuola ?- Quali esperienze ( anche nuove ) si ritiene indispensabile inserire ? - Che cosa connota attribuisce identità alla vostra scuola ?</i></p>	
<b>SCUOLA PRIMARIA</b>	<b>SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Giochi di collaborazione.</li> <li>- Esercitazione per il miglioramento degli schemi motori di base.</li> <li>- Esercitazioni rivolte al miglioramento della motricità fine.</li> <li>- Laboratorio teatrale</li> <li>- Fornire stimoli per superare i propri limiti e aumentare la propria autostima.</li> <li>- Psicomotricità, Giocosport, Attività in palestra, attività all'aperto (orientamento – uscite didattiche).</li> <li>- Realizzazione condivisa e sperimentazione di percorsi.</li> <li>- Codifica e decodifica dei percorsi.</li> <li>- Progetto scacchi</li> <li>- Giornata dello sport (maggio/giugno)</li> <li>- Progetto CONI “A scuola di sport” con affiancamento di un esperto esterno</li> <li>- Esperienze di gruppo mirate all'accettazione, alla condivisione, alla collaborazione, al rispetto reciproco, anche attraverso l'uso del pensiero creativo (invenzione collettiva dei giochi e delle relative regole)</li> <li>- Vivere maggiormente esperienze in ambiente esterno, rispettando la natura</li> <li>- Percorso di educazione alla salute, anche in riferimento alla corretta alimentazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercitare quotidianamente le diverse abilità motorie (miglioramento schemi motori di base e delle capacità condizionali e coordinative) attraverso esperienze diversificate (esercitazioni, percorsi, giochi).</li> <li>- Esercitare la resistenza e gestire lo sforzo.</li> <li>- Riflettere, con la guida dell'adulto, sulle proprie reazioni emotive.</li> <li>- Cura della persona e dell'igiene personale.</li> <li>- Sperimentazione delle dinamiche individuali e di gruppo nei contesti di gioco.</li> <li>- Partecipazioni alle competizioni o manifestazioni sportive territoriali</li> <li>- Giochi sportivi studenteschi</li> <li>- Laboratorio pomeridiano di motoria a Rivarolo</li> <li>- Progetto scacchi</li> <li>- Giornata dello sport (maggio/giugno)</li> <li>- Campestre interdistrettuale a Casalmaggiore</li> <li>- Meeting atletica indoor di atletica leggera a Sabbioneta</li> <li>- Esperienze di gruppo mirate all'accettazione, alla condivisione, alla collaborazione, al rispetto reciproco, anche attraverso l'uso del pensiero creativo (invenzione collettiva dei giochi e delle relative regole)</li> <li>- Vivere maggiormente esperienze in ambiente esterno, rispettando la natura</li> <li>- Percorso di educazione alla salute, anche in riferimento alla corretta alimentazione</li> </ul>

STRATEGIE DIDATTICHE - APPROCCI METODOLOGICI	
<i>Quali strategie didattiche / approcci metodologici caratterizzano questo ordine di scuola e si chiede di mantenere ?- Quali approcci nuovi si vogliono introdurre?</i>	
SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Approccio psicomotorio</li> <li>✓ Esperienze di orientamento ed occupazione dello spazio.</li> <li>✓ Conoscenza dei segmenti corporei.</li> <li>✓ Sperimentazione di tecniche di gioco e schemi motori.</li> <li>✓ Progressione e successione di sforzi e carichi adeguati all'età e alle capacità fisiologiche del corpo.</li> <li>✓ Rendere noto l'obiettivo della lezione, fornendo esempi e spiegazioni adeguati.</li> <li>✓ Problematizzazione e scelta di strategie di gioco.</li> <li>✓ Riflessione di gruppo sulle esperienze vissute.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sperimentazione di tecniche di gioco e schemi motori.</li> <li>✓ Progressione e successione di sforzi e carichi adeguati all'età e alle capacità fisiologiche del corpo.</li> <li>✓ Rendere noto l'obiettivo della lezione, fornendo esempi e spiegazioni adeguati, esercitazioni analitiche per giungere all'esecuzione corretta del gesto sportivo.</li> <li>✓ Fornire una gamma di possibilità tra cui scegliere.</li> <li>✓ Riflessione ed analisi dell'esperienza pratica appena vissuta.</li> <li>✓ Attività di gruppo.</li> </ul>
STRUMENTI DIDATTICI	
<i>Quali strumenti didattici si ritengono indispensabili in relazione alle esperienze proposte ?- Quali contesti si possono attrezzare / migliorare per la realizzazione delle esperienze proposte ? - Emergono nuovi pensieri organizzativi ?</i>	
SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il corpo.</li> <li>- Ambienti, interno ed esterno, idonei.</li> <li>- Attrezzi.</li> <li>- Mappe o piantine.</li> <li>- Pulizia e arredo della palestra.</li> <li>- Possibilità di utilizzare un ambiente esterno idoneo alla pratica sportiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il corpo</li> <li>- Ambienti, interno ed esterno, idonei</li> <li>- Attrezzi.</li> <li>- Pulizia e arredo della palestra.</li> <li>- Possibilità di utilizzare un ambiente esterno idoneo alla pratica sportiva.</li> </ul>
Osservazioni	
Dare la priorità all'aspetto aggregante della disciplina e alla costruzione di esperienze di gruppo significative dal punto di vista affettivo-relazionale. Promuovere percorsi di educazione alimentare.	

# COMPETENZE EUROPEE DI RIFERIMENTO

<b>CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE</b>	
La comprensione della propria cultura e un forte senso di identità possono contribuire a porre le basi per adottare un atteggiamento aperto e rispettoso verso la diversità dell'espressione culturale e la necessità di preservarla. Essere consapevoli della propria storia nella sua dimensione locale, nazionale, europea e mondiale e sviluppare una sensibilità artistica, attraverso i linguaggi della musica, dell'immagine, del corpo, del teatro e della letteratura sono agiti che possono contribuire a costruire l'identità sociale e culturale della persona.	
<b>PROFILO DELLA COMPETENZA</b>	
<b>AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA</b>	<b>AL TERMINE DEL I CICLO DI ISTRUZIONE</b>
In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti motori, artistici e musicali che gli sono più congeniali.	In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime e dimostra interesse per gli ambiti motori, artistici e musicali.
<b>COSA VIENE CHIESTO DAL PROFILO – PAROLE CHIAVE</b>	<b>COSA VIENE CHIESTO DAL PROFILO – PAROLE CHIAVE</b>
<input checked="" type="checkbox"/> Esprimere potenzialità <input checked="" type="checkbox"/> Esprimersi in ambiti motori	<input checked="" type="checkbox"/> Esprimere potenzialità <input checked="" type="checkbox"/> Esprimersi e dimostrare interesse per gli ambiti artistici

<b>COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE</b>	
Includono competenze personali, interpersonali e interculturali e riguardano tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale e lavorativa, in particolare alla vita in società sempre più diversificate, come anche a risolvere i conflitti ove ciò sia necessario. La competenza civica dota le persone degli strumenti per partecipare in modo attivo e democratico alla vita civile.	
<b>PROFILO DELLA COMPETENZA</b>	
<b>al termine della scuola primaria</b>	<b>al termine del I ciclo di istruzione</b>
Ha cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente. Rispetta le regole condivise e collabora con gli altri. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme agli altri.	Ha cura e rispetto di sé e degli altri come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. È consapevole della necessità del rispetto di una convivenza civile, pacifica e solidale. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme ad altri
<b>COSA VIENE CHIESTO DAL PROFILO – PAROLE CHIAVE</b>	<b>COSA VIENE CHIESTO DAL PROFILO – PAROLE CHIAVE</b>
<input checked="" type="checkbox"/> Rispettare se stesso <input checked="" type="checkbox"/> Rispettare; le regole condivise <input checked="" type="checkbox"/> Collaborare con gli altri ; - <input checked="" type="checkbox"/> Assumere responsabilità	<input checked="" type="checkbox"/> Rispettare se stesso e gli altri <input checked="" type="checkbox"/> Avere consapevolezza della necessità di rispettare le regole condivise <input checked="" type="checkbox"/> Convivere con gli altri ; - <input checked="" type="checkbox"/> Assumere responsabilità

# CURRICOLO DISCIPLINARE EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA PRIMARIA

## CLASSE PRIMA

### TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno impara a utilizzare il movimento del corpo, relazionandosi con lo spazio e il tempo per muoversi in un ambiente interno/esterno ed effettuare percorsi.
- Utilizza la mimica corporea per esprimere i propri stati d'animo e si accorge dell'esistenza di varie espressioni corporee.
- Partecipa a giochi di gruppo con poche, chiare e semplici regole per imparare a stare in gruppo.
- Impara che le regole sono necessarie per poter giocare.
- Apprende basilari comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita per evitare di mettersi in situazioni di pericolo.
- Impara a riconoscere le proprie emozioni positive e negative nelle esperienze di gioco per stare meglio con se stesso e con gli altri.

## CLASSE SECONDA

### TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno utilizza il movimento del corpo per orientarsi nello spazio e nel tempo.
- Consolida la propria mimica corporea e inizia a percepire gli altri stati d'animo per comunicare con gli altri.
- Partecipa a giochi di gruppo con un regolamento più articolato per affinare la propria capacità relazionale.
- Impara che le regole e la condivisione degli strumenti sono necessarie per raggiungere lo scopo del gioco.
- Conosce basilari comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti per evitare situazioni pericolose per gli altri.
- Impara a decodificare le proprie emozioni e sensazioni fisiche, se guidato, per stare bene con se stesso e con gli altri

## CLASSE TERZA

### TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno consolida i concetti topologici e temporali, attraverso il proprio corpo e la codifica/decodifica di mappe, per adattarsi ad ambienti conosciuti e non.
- Comprende i propri e gli altri stati d'animo per comunicare in modo efficace con gli altri, anche attraverso linguaggi musicali e teatrali.
- Partecipa a giochi di gruppo strutturati con semplici gestualità per cominciare a distinguere i diversi ruoli all'interno del gioco.
- Comprende la necessità di regole strutturate di giochi/sport per poter raggiungere uno scopo comune.
- Sperimenta semplici gestualità tecniche per ampliare il proprio bagaglio motorio.
- Impara a utilizzare in modo corretto i piccoli attrezzi e lo spazio circostante per evitare rischi a sé e agli altri.
- Riflette, guidato dall'adulto, sul proprio benessere psico-fisico per stare bene con se stesso e con gli altri.
-

## CLASSE QUARTA

### TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno sperimenta esperienze motorie conosciute e nuove attraverso il movimento del proprio corpo per favorire la consapevolezza di sé nello spazio circostante.
- Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere stati d'animo, anche attraverso linguaggi musicali e teatrali.
- Sperimenta esperienze di gioco in cui esercita gestualità più complesse e maggiormente affini alle pratiche sportive per avvicinarsi in modo consapevole alla pratica sportiva.
- Migliora le gestualità tecniche precedentemente acquisite e ne apprende di nuove per arricchire il proprio bagaglio motorio.
- Usa, in situazioni controllate, la propria corporeità e gli attrezzi a disposizione in modo corretto e consapevole per non creare situazioni di pericolo per sé e per gli altri.
- Conosce alcuni essenziali principi relativi al benessere e all'alimentazione per aver cura del proprio corpo e sentirsi meglio.
- Impara a riflettere, guidato dall'adulto, sulla necessità delle regole all'interno di un gioco e accetta di condividere strumenti e scopi per poter giocare.

## CLASSE QUINTA

### TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- L'alunno attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali, nel continuo adattamento alle variabili spazio-temporali contingenti, giunge ad acquisire consapevolezza di sé.
- Consolida il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere stati d'animo, attraverso esperienze di gioco, drammatizzazioni o attività musicali e/o coreutiche.
- Inizia a sperimentare esperienze di gioco in cui esercita gestualità e ruoli diversificati e complessi per orientarsi alla futura pratica sportiva.
- Attraverso la sperimentazione di movimenti sempre più complessi giunge ad acquisire la gestualità tecnica.
- Ha maggior consapevolezza del proprio corpo e sa utilizzare gli attrezzi a disposizione in modo corretto e consapevole per non creare situazioni di pericolo per sé e per gli altri.
- Riconosce e applica, in situazioni controllate, alcuni essenziali principi relativi al benessere e all'alimentazione per aver cura del proprio corpo.
- Comprende il valore delle regole e l'importanza di rispettarle per poter giocare in armonia con gli altri.

## **SNODE DI PASSAGGIO TRA SCUOLA PRIMARIA – SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO**

**COSA DEVE POSSEDERE UN ALUNNO IN TERMINI DI CONOSCENZE, ABILITA' ESSENZIALI AL TERMINE DELL'ESPERIENZA NELLA SCUOLA PRIMARIA COME REQUISITO PER POTER APPROCCIARSI IN MODO ADEGUATO AL PERCORSO DI APPRENDIMENTO DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

### **AGISCE RISPETTANDO I CRITERI BASE DI SICUREZZA E DI SALUTE PSICOFISICA:**

- Utilizza gli attrezzi secondo lo scopo di un esercizio noto e/o secondo le indicazioni fornite dall'insegnante
- Usa strategie di gioco senza mettere in pericolo se stesso e gli altri
- Riconosce i sintomi del proprio corpo e li sa comunicare
- È consapevole della stretta relazione tra alimentazione-attività fisica e benessere

### **PERCEPISCE E CONTROLLO I PROPRI SEGMENTI CORPOREI IN SITUAZIONI SPAZIO – TEMPORALI DIVERSIFICATE:**

- Usa schemi motori di base adeguati al contesto di gioco
- Conosce e utilizza l'azione motoria idonea all'esercizio proposto
- Dimostra di impegnarsi per superare i propri limiti motori

### **GIOCA CONDIVIDENDO REGOLE, STRUMENTI E SCOPI:**

- Riconosce la necessità di regole nei vari giochi
- Conosce semplici regole nei giochi praticati, le accetta e si sforza di metterle in pratica
- Comprende l'esistenza di strategie nei giochi di gruppo
- Utilizza le strategie il più possibile adeguate allo scopo del gioco

### **COMUNICA E COMPRENDE, ATTRAVERSO IL LINGUAGGIO DEL CORPO, STATI D'ANIMO E IDEE IN OGNI CONTESTO SOCIALE:**

- Utilizza il linguaggio del corpo per esprimere emozioni/drammatizzare
- Propone soluzioni motorie personali a problemi presentati/rilevati
- Decodifica le emozioni principali, riconoscendole in se stesso ed osservando gli altri
- Agisce in modo coerente all'emozione decodificata

# **CURRICOLO DISCIPLINARE EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

## **CLASSE PRIMA**

<b>TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>→ L'alunno sperimenta le proprie capacità motorie utilizzando il movimento per conoscersi.</li><li>→ Utilizza le abilità motorie per far proprio il movimento sportivo.</li><li>→ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per comunicare con gli altri e per imparare le regole sportive.</li><li>→ Riconosce alcuni principi di base relativi al benessere e all'alimentazione finalizzati alla cura del proprio corpo.</li><li>→ Riconosce i criteri base di sicurezza per il corretto utilizzo dell'ambiente-palestra.</li><li>→ Attraverso il movimento inizia il proprio “iter” di integrazione nel gruppo per sperimentare e condividere esperienze motorie.</li></ul>

## **CLASSE SECONDA**

<b>TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>→ L'alunno è consapevole delle capacità motorie acquisite e consolidate per migliorare se stesso e per interagire con i compagni.</li><li>→ Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite per far fronte alla situazione nota.</li><li>→ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per socializzare con gli altri riconoscendo l'importanza dei valori sportivi (fair play).</li><li>→ Riconosce i comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine ad un sano stile di vita.</li><li>→ Riconosce i criteri base di sicurezza da osservare in palestra per sé e per gli altri.</li><li>→ Attraverso il movimento interagisce col gruppo per farne parte integrante.</li></ul>

## **CLASSE TERZA**

<b>TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>→ L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie, che conosce e utilizza attraverso il movimento per individuarne i punti di forza ed i limiti.</li><li>→ Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite per adattare al meglio il movimento alla situazione contingente.</li><li>→ Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per cooperare con gli altri praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</li><li>→ Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</li><li>→ Riconosce, rispetta e applica i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</li><li>→ È capace di integrarsi nel gruppo cooperando ed assumendosi responsabilità per raggiungere il bene comune.</li></ul>