

**IC BUDRIO E DD BUDRIO**  
**SCUOLA DELL'INFANZIA**

**COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE**

	<b>COMPETENZE</b>	<b>ABILITÀ</b>	<b>CONOSCENZE</b>
<b>MOVIMENTO</b>	Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper utilizzare diversi schemi motori, sia fini che globali, quali: correre, saltare, stare in equilibrio, scrivere, colorare.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimenti e posizioni dello schema corporeo.</li> <li>- Coordinazione oculo manuale.</li> <li>- Lateralizzazione</li> <li>- Equilibrio</li> <li>- Traiettorie e distanze</li> </ul>
<b>LINGUAGGIO DEL CORPO</b>	Utilizzare il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper passare dal vissuto alla rappresentazione attraverso l'uso dei vari linguaggi espressivi</li> <li>- Saper gestire il proprio corpo e le sue principali funzioni per assumere positive abitudini igienico-sanitarie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mezzi e modalità espressive del corpo.</li> <li>- Benessere, prevenzione e sicurezza.</li> </ul>
<b>INTERAZIONE CON GLI ALTRI</b>	Interagisce nel gioco rispettando semplici regole	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper aspettare il proprio turno</li> <li>- Saper accettare la frustrazione</li> <li>- Saper rispettare un ruolo attribuito</li> <li>- Saper comprendere le regole di un gioco</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le regole del gioco.</li> <li>- Giochi individuali e di squadra.</li> <li>- Giochi simbolici</li> <li>- Giochi cooperativi</li> </ul>

**IC BUDRIO E DD BUDRIO**  
**SCUOLA PRIMARIA**

**CLASSE PRIMA**

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE			
NUCELI FONDANTI	COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<b>LINGUAGGIO DEL CORPO</b>	Utilizzare il corpo e le funzioni senso-percettive	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo e saperle rappresentare graficamente.</li> <li>- Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Giochi di gruppo di coordinazione motoria per favorire la conoscenza dei compagni.</li> <li>– Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo.</li> </ul>
<b>MOVIMENTO</b>	Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base.</li> <li>– Consolidare la coordinazione oculo-manuale e la motricità manuale fine.</li> <li>– Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra).</li> <li>– Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.</li> <li>– Il movimento naturale del saltare.</li> <li>– I movimenti naturali del camminare e del</li> </ul>

			correre: diversi tipi di andatura e di corsa. – Il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani.
<b>LINGUAGGIO DEL CORPO</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</li> <li>– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.</li> </ul>
<b>IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY</b>	Relazionarsi in maniera corretta e positiva con gli altri nel rispetto delle regole	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Partecipare a giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra comprendendo e rispettando indicazioni e regole.</li> </ul>
<b>SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE</b>	Comportarsi in maniera adeguata e costruttiva in palestra	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>– Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni.</li> <li>- Stare bene in palestra.</li> </ul>

## CLASSE SECONDA

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE		
COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<b>Utilizzare il corpo e le funzioni senso-percettive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</li> <li>- Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscimento delle singole parti del corpo.</li> <li>- Giochi per l'individuazione e la denominazione delle parti del corpo.</li> </ul>
<b>Utilizzare il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori di base.</li> <li>- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare...)</li> <li>- Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date.</li> <li>- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Giochi e semplici percorsi basati sull'uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra).</li> <li>- Giochi con l'utilizzo degli schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.</li> <li>- Il movimento naturale del saltare.</li> <li>- I movimenti naturali del camminare e del correre: diversi tipi di andatura e di corsa.</li> <li>- Il movimento naturale del lanciare: giochi con la palla e con l'uso delle mani.</li> <li>- Corpo ( respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).</li> <li>- Esercizi e attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</li> </ul>

		– Percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione.
<b>Servirsi del linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d’animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza. <ul style="list-style-type: none"> <li>– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di filastrocche e poesie, canzoncine aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.</li> <li>- Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro.musicale-gestuale.</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play partecipare alle attività di gioco rispettandone le regole</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del “valore” delle regole e dell’importanza di rispettarle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Attività finalizzate all’assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.</li> <li>- Giochi di complicità e competitività fra coppie o piccoli gruppi.</li> <li>- Giochi competitivi di movimento.</li> </ul>
<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>– Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Semplici percorsi “costruiti” dagli alunni.</li> <li>- Stare bene in palestra.</li> <li>- Norme principali per la prevenzione e tutela.</li> </ul>

## CLASSE TERZA

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE		
COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<b>Utilizzare il corpo e le funzioni senso-percettive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</li> <li>- Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo schema corporeo.</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare...).</li> <li>- Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li> <li>- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità) e a strutture ritmiche.</li> <li>- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spazio e tempo (traiettorie, distanze, orientamento, contemporaneità, successione, durata, ritmo).</li> <li>- Corpo (respiro, posizioni, segmenti, tensioni, rilassamento muscolare).</li> </ul>

<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</li> <li>– Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Giochi espressivi su stimolo verbale, iconico, sonoro, musicale-gestuale.</li> <li>- Giochi di comunicazione in funzione del messaggio.</li> <li>- Esecuzione di danze popolari.</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercizi ed attività finalizzate allo sviluppo delle diverse qualità fisiche.</li> <li>- Giochi di ruolo.</li> <li>- Attività finalizzate all'assunzione di responsabilità e ruoli in rapporto alle possibilità di ciascuno.</li> </ul>
<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>– Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stare bene in palestra.</li> <li>- Norme principali per la prevenzione e tutela.</li> <li>- Principi per una corretta alimentazione.</li> </ul>

## CLASSE QUARTA

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE		
COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</li> <li>- Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso (sensazioni visive, uditive, tattili, cinestetiche)...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Giochi selezionati per l'intervento degli schemi motori di base.</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/ lanciare...).</li> <li>- Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo.</li> <li>- Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Percorsi per lo sviluppo dell'equilibrio statico, dinamico e di volo.</li> <li>- Giochi per lo sviluppo della capacità di anticipazione.</li> <li>– Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo della capacità di combinazione e accoppiamento dei movimenti.</li> <li>– Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo della capacità di reazione.</li> <li>– Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo</li> </ul>

	<p>reversibilità) e a strutture ritmiche.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.</li> </ul>	<p>della capacità di orientamento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercizi ludici e giochi per lo sviluppo delle capacità ritmiche.</li> </ul>
<p><b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</li> <li>- Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari..</li> <li>- Semplici coreografie o sequenze di movimento.</li> </ul>
<p><b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra, e nel contempo assumere un atteggiamento positivo di fiducia verso il proprio corpo, accettando i propri limiti, cooperando e interagendo positivamente con gli altri, consapevoli del "valore" delle regole e dell'importanza di rispettarle.</li> <li>- Partecipare attivamente ai giochi sportivi e non, organizzati in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, manifestando senso di responsabilità.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Giochi propedeutici ad alcuni giochi sportivi (minivolley, minibasket...).</li> <li>- Attività ludiche propedeutiche per l'acquisizione progressiva delle regole di alcuni giochi sportivi.</li> <li>- Attività ludiche di collaborazione, confronto, competizione con Giochi di regole.</li> <li>- Attività ludiche di collaborazione, confronto, competizione costruttiva.</li> </ul>

<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>– Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Giochi di regole specifiche per la prevenzione degli infortuni.</li> <li>- Visione di videocassette, lettura di articoli, “dibattiti” sull’alimentazione e lo sport.</li> <li>- Visione di videocassette, lettura di articoli, “dibattiti” sull’importanza della salute.</li> </ul>

### CLASSE QUINTA

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE		
COMPETENZE	ABILITÀ	CONOSCENZE
<b>Il corpo e le funzioni senso-percettive</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Giochi selezionati per l’impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità).</li> </ul>
<b>Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori e posturali.</li> <li>- Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi.</li> <li>- Orientarsi nello spazio seguendo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Giochi e percorsi basati sull’uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra) comprendenti schemi motori di base e complessi.</li> <li>– Giochi con l’utilizzo degli schemi</li> </ul>

	<p>indicazioni e regole funzionali alla sicurezza anche stradale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eseguire movimenti precisati, adattati a situazioni esecutive sempre più complesse.</li> </ul>	<p>motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercitazioni di vario tipo con attrezzi in palestra ed anche all'esterno della scuola.</li> <li>- Giochi di simulazione.</li> </ul>
<p><b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</li> <li>- Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.</li> <li>- Semplici coreografie o sequenze di movimento.</li> </ul>
<p><b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.</li> <li>- Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagni. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati, comprendendone il valore e favorendo sentimenti di rispetto e cooperazione.</li> <li>- Conoscere le regole essenziali di alcune discipline sportive</li> <li>- saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria rispettando gli avversari</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partecipare a giochi di gruppo di movimento, individuali e di squadra comprendendo e rispettando indicazioni e regole.</li> <li>- Giochi e attività che favoriscano l'assunzione di atteggiamenti positivi, - La figura del caposquadra.</li> </ul>
<p><b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni.</li> </ul>

	<p>spazi di attività.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– Percepire e riconoscere “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria.</li><li>- Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere.</li><li>- Assumere comportamenti rispettosi dell' igiene, della salute e della sicurezza proprie e altrui.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Stare bene in palestra.</li><li>- Norme e giochi atti a favorire la conoscenza del rapporto alimentazione - benessere.</li><li>- Momenti di riflessione sulle attività svolte.</li></ul>
--	---	--

# IC BUDRIO

## SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### CURRICOLO EDUCAZIONE FISICA CLASSE PRIMA - SECONDA

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare/afferrare/lanciare, ecc.).</li><li>- Riconoscere e valutare traiettorie , distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le capacità coordinative sviluppate nelle abilità</li><li>- Gli elementi che servono a mantenere l'equilibrio e le posizioni del corpo che lo facilitano</li><li>- Le componenti spazio-temporali nelle azioni del corpo</li><li>- Gli andamenti del ritmo (regolare, periodico)</li><li>- Strutture temporali sempre più complesse</li><li>- Attività ludiche e sportive in vari ambienti naturali</li></ul>

<p><b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</li> <li>- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le tecniche di espressione corporea</li> <li>- I gesti arbitrali delle principali discipline sportive praticate</li> </ul>
<p><b>Il gioco , lo sport, le regole e il fair play</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.</li> <li>- Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</li> <li>- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</li> <li>- Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gli elementi tecnici essenziali di alcuni giochi e sport</li> <li>- Gli elementi regolamentari semplificati indispensabili per la realizzazione del gioco</li> <li>- Le regole del fair play</li> </ul>

<p><b>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</li> <li>- 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le modifiche strutturali del corpo in rapporto allo sviluppo</li> <li>- Il sistema cardio-respiratorio in relazione al movimento</li> <li>- Principali procedure utilizzate nell'attività per il miglioramento delle capacità condizionali</li> </ul>
---	---	--

## CURRICOLO EDUCAZIONE FISICA - CLASSE TERZA

COMPETENZA EUROPEA: COMPETENZE SOCIALI E CIVICHE		
COMPETENZE	ABILITA'	CONOSCENZE
<p><b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</li> <li>- Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</li> <li>- Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva</li> <li>- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Approfondimento delle capacità coordinative sviluppate nelle abilità</li> <li>- Le conoscenze relative all'equilibrio nell'uso di strumenti più complessi</li> <li>- Le componenti spazio-temporali in ogni situazione sportiva</li> </ul>

	, bussole).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Moduli ritmici e suoni</li> <li>- Il ruolo del ritmo nelle azioni</li> <li>- I diversi tipi di attività motoria e sportiva in ambiente naturale</li> </ul>
<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscere ed applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale , a coppie, in gruppo.</li> <li>- Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e sport .</li> <li>- Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'espressione corporea e la comunicazione efficace.</li> <li>-Le modalità relazionali che valorizzano le diverse capacità</li> </ul>
<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</li> <li>- Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</li> <li>- Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</li> <li>- 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 caso di sconfitta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le tecniche e le tattiche dei giochi sportivi</li> <li>- Il concetto di anticipazione motoria</li> <li>- I gesti arbitrali delle discipline sportive praticate</li> </ul>
<b>Salute, benessere,</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età ed applicarsi a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il rapporto tra l'attività motoria e i cambiamenti fisici e psicologici tipici</li> </ul>

<b>prevenzione e sicurezza</b>	seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. <ul style="list-style-type: none"><li>- Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione la tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</li><li>- Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</li><li>- Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</li><li>- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</li><li>- Conoscer ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</li></ul>	della pre-adolescenza <ul style="list-style-type: none"><li>- Approfondimento del ruolo dell'apparato cardio-respiratorio nella gestione del movimento</li></ul>
--------------------------------	--	--