

# EDUCAZIONE FISICA

Lo sport consiste nel delegare al corpo alcune delle più elevate virtù dell'animo.

Jean Giraudoux



L'educazione fisica deve favorire uno sviluppo corretto, armonico ed equilibrato di corpo, mente e comportamenti.

## CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA – SCUOLA PRIMARIA

COMPETENZE IN CHIAVE EUROPEA	ABILITA' DI BASE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Consapevolezza ed espressione culturale:</b> comprendere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea e l'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva per il benessere individuale e collettivo.</li> <li><b>Competenze sociali e civiche</b></li> </ul>	CORRERE, SALTARE, LANCIARE	L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione	Saper utilizzare i diversi schemi motori e coordinarli fra di loro. Muoversi ed orientarsi nello spazio seguendo indicazioni date anche in relazione a sé, agli altri e agli oggetti.
	ESPRIMERE E COMUNICARE	Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri	Utilizzare modalità espressive e corporee attraverso la drammatizzazione, la danza e il movimento, trasmettendo emozioni.
	PARTECIPARE E COLLABORARE	Pratica attivamente i valori sportivi come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune	Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. Rispettare le regole nella competizione sportiva, accettando la sconfitta e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti e delle diversità.
	AVERE CURA DI SE' E DELL'ALTRO	Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione Rispetta criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri	Assumere comportamenti adeguati a prevenire gli infortuni in ogni ambiente. Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico.

## CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA - SCUOLA SECONDARIA CATULLO

COMPETENZE IN CHIAVE EUROPEA	ABILITA' DI BASE	TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Consapevolezza ed espressione culturale:</b> comprendere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea e l'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva per il benessere individuale e collettivo.</li> <li>• <b>Competenze sociali e civiche</b></li> </ul>	CORRERE, SALTARE, LANCIARE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza sia nei limiti</li> <li>• Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper correlare le variabili spaziali e temporali per realizzare movimenti complessi</li> <li>• Saper utilizzare le diverse abilità motorie per realizzare i gesti tecnici dei vari sport</li> <li>• Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni non conosciute</li> <li>• Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale, utilizzando anche ausili specifici (mappe, bussola)</li> </ul>
	ESPRIMERE E COMUNICARE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper rappresentare e riconoscere idee, stati d'animo e storie mediante posture e gestualità svolte in varie forme</li> <li>• Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e sport</li> <li>• Conoscere e comprendere i gesti arbitrali relativi alle attività sportive praticate nell'ambito scolastico</li> </ul>
	PARTECIPARE E COLLABORARE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratica attivamente i valori sportivi come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco e dallo sport, anche in forma creativa</li> <li>• Conoscere le tattiche di gioco, partecipando in forma propositiva alle scelte della squadra</li> <li>• Conoscere e applicare correttamente il</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• E' capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune</li> </ul>	<p>regolamento tecnico degli sport praticati, assumendo anche il ruolo di arbitro e di giudice</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettere in atto comportamenti collaborativi e saper gestire le situazioni competitive, sia in caso di vittoria che di sconfitta</li> </ul>
	AVERE CURA DI SE' E DELL'ALTRO	<ul style="list-style-type: none"> <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>• Rispetta criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età; avere consapevolezza delle proprie capacità e dei propri limiti e della necessità di migliorare tramite l'attività fisica</li> <li>• Saper adottare comportamenti appropriati e utilizzare correttamente piccoli e grandi attrezzi, salvaguardando la propria e altrui sicurezza</li> <li>• Avere coscienza della necessità di una sana alimentazione ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze illecite o che inducono dipendenza</li> </ul>