

Curricolo relativo a *Il corpo e il movimento* (al termine della classe III della scuola dell'infanzia) I.C.5 Imola

Traguardi	Obiettivi di apprendimento	Conoscenze	Abilità	Azioni dell'insegnamento diretto
<p>Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola. Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione. Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto. Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei</p>	<p>Controllare i movimenti del corpo e dei suoi segmenti Drammatizzare con i gesti del corpo semplici situazioni reali Esplorare nuovi modi di giocare con il corpo. Riconoscere il proprio corpo ed utilizzare il linguaggio corporeo. Conoscere le principali parti del corpo su se stesso e sugli altri. Utilizzare il proprio corpo come strumento espressivo Riprodurre lo schema corporeo in maniera completa. Rappresentare il corpo in movimento. Sviluppare la sicurezza di sé e l'autonomia personale Muoversi con destrezza nei giochi liberi e guidati. Raggiungere il coordinamento motorio. Raggiungere l'autonomia personale. Controllare l'esecuzione del gesto e valutare il rischio Interagire con gli altri nei giochi di movimento, nelle danze, nella comunicazione espressiva</p>	<p>Il bambino controlla l'esecuzione del gesto e valuta il rischio Interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nelle danze, nella comunicazione espressiva Rappresenta graficamente le figure umane Controlla l'intensità delle proprie azioni motorie Condivide modalità di gioco e schemi di azione Esegue e riproduce semplici ritmi improvvisati Riproduce semplici sequenze sonoro-musicali</p>	<p>Rapportarsi con gli altri attraverso attività e giochi motori. Conoscere il proprio corpo e le proprie potenzialità per il rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente circostante. Adottare corrette regole di igiene personale. Comunicare attraverso il proprio corpo, in modo espressivo le proprie emozioni, sentimenti e stati d'animo</p>	<p>Percorsi Giochi di movimento drammatizzazioni Sperimentazione di percorsi a trenino con tecniche facilitanti Movimenti a catena in circolo Giochi e attività motorie con e senza la musica Giochi motori in sezione, in palestra e all'aperto</p>

<p>giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</p> <p>Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento</p>		<p>Interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.</p>		
--	--	--	--	--

Curricolo relativo a educazione motoria (al termine della classe III della scuola primaria) I.C.5 Imola

Traguardi	Obiettivi di apprendimento	Conoscenze	Abilità	Azioni dell'insegnamento diretto
<p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p> <p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>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.</p> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie</p>	<p>Le modalità di esecuzione dei movimenti (palleggiare, lanciare...).</p> <p>Le caratteristiche dello spazio e le potenzialità da esso offerte in relazione alle attività motorie organizzate.</p> <p>Le modalità di organizzazione e utilizzo dello spazio in relazione a sé, agli oggetti e agli altri.</p> <p>Variazione di schemi motori in funzione di parametri quali spazio, tempo, equilibrio.</p> <p>Uso della gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi.</p> <p>Le regole di alcuni giochi sportivi: basket, scherma, pallavolo...).</p> <p>Rispetto delle regole dei giochi organizzati.</p> <p>Giochi a staffetta e a squadra sulla</p>	<p>Muoversi nello spazio con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo (palleggiare, lanciare da fermo e in movimento, eseguire movimenti seguendo un ritmo, una musica...).</p> <p>Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi.</p> <p>Variare gli schemi motori in funzione di diversi parametri.</p> <p>Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo in modo consapevole.</p> <p>Utilizzare in modo corretto per sé e per i compagni</p>	<p>Sollecitare una positiva interazione con gli altri nella realizzazione di semplici sequenze di movimenti.</p> <p>Promuovere il gioco di squadra nel rispetto delle regole sociali e sportive anche con la collaborazione di associazioni sportive del territorio.</p> <p>Organizzare giochi sulla conoscenza del palleggio e passaggio del pallone e di altri piccoli attrezzi.</p> <p>Organizzare giochi sullo schema motorio del lanciare afferrare.</p> <p>Eeguire percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione.</p> <p>Attivare azioni a favore dell'apprendimento del</p>

<p>più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla</p> <p>prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>individuali e collettive.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. 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.</p> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. 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.</p>	<p>coordinazione dinamica generale.</p> <p>Giochi a coppie e in gruppo con l'utilizzo di attrezzi.</p> <p>Percorsi misti con attrezzi</p> <p>Utilizzo di abilità motorie in forma singola, in coppia o in gruppo</p> <p>La comunicazione gestuale.</p> <p>Il linguaggio corporeo.</p> <p>La comunicazione verbale e non verbale.</p> <p>Le emozioni e loro caratteristiche.</p>	<p>spazi e attrezzature.</p> <p>Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara</p> <p>Interagire positivamente con gli altri, valorizzando le diversità, nella realizzazione di semplici sequenze di movimenti.</p> <p>Utilizzare il linguaggio del corpo per comunicare stati d'animo, idee, situazioni.</p> <p>Assumere atteggiamenti positivi e di fiducia verso se stessi e verso gli altri.</p> <p>Saper esprimere le proprie emozioni, e interagire con gli altri mediante la propria gestualità.</p>	<p>concetto di misurazione dello spazio e del tempo e sulle relazioni spazio temporali.</p> <p>Favorire giochi di drammatizzazione.</p> <p>Descrivere le potenzialità dell'educazione motoria e delle caratteristiche dell'ambiente esterno e interno alla scuola in cui viene svolta.</p> <p>Portare alla consapevolezza del rischio di infortunio. Ricercare gli stili di comportamento più idonei per una vita sana.</p>
---	--	---	--	---

Curricolo relativo a educazione motoria (al termine della classe 5° della scuola primaria) I.C.5 Imola

Traguardi	Obiettivi di apprendimento	Conoscenze	Abilità	Azioni dell'insegnamento diretto
<p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.</p>	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.). 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.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti</p>	<p>Esecuzione di movimenti con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo (palleggiare, lanciare...) Uso della gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi Variazione di schemi motori in funzione di parametri quali spazio, tempo, equilibrio Utilizzo consapevole delle capacità motorie Utilizzo di abilità motorie in forma singola, in coppia o in gruppo Rispetto delle regole dei giochi organizzati Sollecitazione di una positiva interazione con gli altri nella realizzazione di sequenze di movimenti.</p> <p>Giochi a staffetta e a squadra sulla coordinazione dinamica generale.</p> <p>Esercitazioni e giochi sulla conoscenza del palleggio e passaggio del pallone da mini- basket e di altri giochi di squadra. Giochi sullo</p>	<p>Coordinare i movimenti del corpo in relazione allo spazio con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo (palleggiare, lanciare da fermo e in movimento) Utilizzare efficacemente e in modo corretto la gestualità fino-motoria con attrezzi Utilizzare consapevolmente le proprie capacità motorie Coordinare i propri movimenti in sintonia con quelli dei compagni</p> <p>Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara. Cooperare all'interno di un gruppo. Sviluppare il senso di competizione in modo sereno e costruttivo. Interagire positivamente con gli</p>	<p>Organizzare giochi di squadra in palestra e all'aperto. Attività ludiche per affinare la padronanza dello schema corporeo in coppia e in piccoli gruppi. Giochi di movimento atti a consolidare la fiducia negli altri e l'autostima. Elaborazione di semplici coreografie. Attività di drammatizzazione Giochi di musica e movimento Danza sportiva</p>

	emozionali. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento semplici coreografie individuali e collettive.	schema motorio del lanciare afferrare.	altri, valorizzando le diversità.	
<p>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport. Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. 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.</p> <p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. Riconoscere il</p>	<p>Giochi di drammatizzazione.</p> <p>Esercitazioni e giochi sul concetto di misurazione dello spazio e del tempo e sulle relazioni spazio temporali. Esecuzione di percorsi misti in cui siano presenti più schemi motori in successione. -Giochi con azioni rapide. Giochi motori a squadre.</p> <p>La comunicazione gestuale.</p> <p>Il linguaggio corporeo.</p> <p>La comunicazione verbale.</p> <p>Le emozioni.</p>	<p>Utilizzare il linguaggio del corpo per comunicare stati d'animo, idee, situazioni.</p> <p>Saper esprimere in le proprie emozioni.</p> <p>Assumere atteggiamenti positivi e di fiducia verso se stessi e verso gli altri.</p> <p>Saper essere a proprio agio nelle relazioni con gli altri e con l'ambiente.</p> <p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature.</p>	<p>Attività di propedeutica sportiva in collaborazione con le associazioni del territorio. Giochi sportivi organizzati sul territorio con altri istituti scolastici.</p>

	<p>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.</p>			
--	---	--	--	--

Curricolo relativo a Educazione Motoria al termine della classe terza della scuola Secondaria di primo grado.

I.C.5 Imola

Traguardi	Obiettivi di apprendimento	Conoscenze	Abilità	Azioni dell'insegnamento diretto
<p>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</p> <p>Utilizza gli aspetti comunicativo relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando attivamente i valori sportivi (fair play) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole</p> <p>Riconosce ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. - Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali. - Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva. - Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole). <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e 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. - Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport. - Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco. <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in 	<p>Conoscere il proprio corpo, consapevolezza dello schema corporeo, principali punti cardinali</p> <p>Uso e funzione dei principali muscoli</p> <p>Principi di anatomia ossa e articolazioni</p> <p>Conoscenza del regolamento e della tecnica dei principali sport: calcio, calcetto, pallacanestro, pallavolo, rugby, atletica leggera.</p> <p>Conoscenza degli attrezzi fissi mobili e semimobili</p>	<p>Corretta Postura, percezione e coscienza.</p> <p>Saper coordinare arti superiori e inferiori in maniera indipendente</p> <p>Coordinazione oculo manuale, oculo podale,</p> <p>Percezione spazio temporale</p> <p>Padronanza degli schemi motori di base: camminare correre saltare, lanciare rotolare afferrare, arrampicarsi.</p> <p>Riuscire a sviluppare esercizi di forza, resistenza e velocità.</p> <p>Interagire con gli attrezzi; palla quadro svedese asse d'equilibrio, bastoni di ferro.</p>	<p>Corsa: su varie distanze, con obiettivi temporali, variando i tempi di recupero</p> <p>Esercizi di coordinazione: da fermi, in movimento, segmentari, globali, a corpo libero, con l'uso di attrezzi.</p> <p>Forza: a corpo libero, con l'ausilio di sovraccarichi leggeri, statici, dinamici.</p> <p>Andature e preatletiche</p> <p>Fondamentali individuali e di squadra, partite, tornei dei principali sport di squadra: Calcio, pallacanestro, pallavolo, calcetto, rugby, atletica leggera.</p> <p>Uso di piccoli attrezzi: palla, bastoni di ferro</p> <p>Uso di grandi attrezzi: asse d'equilibrio, quadro svedese</p> <p>Simulazioni di primo soccorso</p>

<p>“star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione. Rispetta criteri base di sicurezza per se e gli altri E’ capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p>forma originale e creativa, proponendo anche varianti. – Saper realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra. – Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. – 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.</p> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i> – Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni. – Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro. – Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza. – Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo. – Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. – Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza.</p>	<p>della palestra e possibilità di utilizzo Uso e abuso di integratori: cosa sono, cosa servono, come e quando usarli Storia dell’educazione fisica dalla preistoria ai giorni nostri.</p>	<p>Sviluppo dei fondamentali tecnici dei seguenti sport: calcio, calcetto, pallacanestro, pallavolo, rugby, atletica leggera. Tecniche semplici di rilassamento Protocollo di primo soccorso</p>	<p>Tecniche di respirazione e rilassamento Teoria della storia dell’educazione fisica. Teoria: integratori, doping, droghe Teoria: principali nozioni su ossa muscoli articolazioni.</p>
--	---	--	--	--