

CURRICOLO VERTICALE EDUCAZIONE FISICA

IC CORNATE D'ADDA

CLASSE SECONDA

NUCLEI FONDANTI	OBIETTIVI	CONTENUTI	COMPETENZE	TRAGUARDI
<p>IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare le abilità acquisite per la realizzazione di gesti anche complessi. - Utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni complesse già sperimentate. - Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione delle proprie azioni. - Utilizzare le abilità percettive per interagire con l'ambiente in modo efficace. - Adottare comportamenti corretti, autonomi, collaborativi all'interno delle attività proposte 	<p>Avviamento motorio: forza, velocità, resistenza, mobilità articolare e stretching</p> <p>Capacità coordinative, condizionali ed orientamenti spazio-temporali ai grandi attrezzi: trave, pertica e quadro svedese.</p> <p>Capacità coordinative, condizionali e orientamento spazio-temporale e nell'ambito della didattica degli sport individuali e di squadra proposti.</p> <p>Orientarsi nello spazio seguendo le indicazioni date: l'Orienteering.</p>	<p>Controlla azioni motorie in situazioni combinate</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie. • L'alunno utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazioni semplici. • L'alunno utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri rispettando le regole e i valori sportivi. • L'alunno mette in atto comportamenti utili a un sano stile di vita. • L'alunno mette in atto comportamenti utili per la sicurezza propria e degli altri. • L'alunno è capace di integrarsi nel gruppo e di assumersi responsabilità.
<p>IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITÀ COMUNICATIVO-ESPRESSIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport - Adottare comportamenti corretti, autonomi, collaborativi e propositivi all'interno di attività di gruppo - Applicare tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante 	<p>Gestione di partenze, salti e lanci nelle gare di atletica leggera</p> <p>Rilevazione di misure e compilazione di referti gara e classifiche</p> <p>Arbitraggio di gare, gestione del punteggio, compilazione di referti gara e classifiche</p> <p>Danze popolari e danza moderna</p> <p>Progressioni di ginnastica artistica alla trave e sequenza di esercizi al</p>	<p>Utilizza i linguaggi specifici, comunicativi ed espressivi in modo personale</p>	

CURRICOLO VERTICALE EDUCAZIONE FISICA

IC CORNATE D'ADDA

CLASSE SECONDA

	gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.	quadro svedese	
IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare le capacità coordinative per effettuare i gesti tecnici negli sport individuali e di squadra. - Realizzare strategie di gioco sia in collaborazione con i compagni che individualmente - Conoscere e applicare il regolamento degli sport praticati. - Gestire in modo consapevole le situazioni competitive accettando anche la sconfitta. - Adottare comportamenti corretti, autonomi, collaborativi all'interno del gruppo 	<p>Sport individuali: atletica leggera corse e concorsi, il tennis, ginnastica artistica</p> <p>Sport di squadra: uno/due attività didattiche scelte fra pallacanestro, pallavolo, flag football, baseball, unihoc</p> <p>Test atletici</p>	<p>Nel gioco e nello sport utilizza abilità tecniche rispettando le regole e collabora , mettendo in atto comportamenti corretti.</p>
SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE, SICUREZZA	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare procedure proposte dall'insegnante per migliorare le proprie prestazioni. - Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni. - Eseguire autonomamente un avviamento motorio 	<p>Effetti dell'attività motoria sull'apparato locomotore, cardiocircolatorio e respiratorio, test atletici.</p> <p>Potenziamento fisiologico, la panca da fitness: corretto uso dei pesi e delle attrezzature. Metodologia di base per l'esecuzione degli esercizi.</p> <p>Le posture scorrette, le algie vertebrali.</p>	<p>Applica comportamenti che tutelano la salute, la sicurezza personale e il benessere.</p>

CURRICOLO VERTICALE EDUCAZIONE FISICA

IC CORNATE D'ADDA

CLASSE SECONDA

	adeguato all'attività in programma.			
--	-------------------------------------	--	--	--