

**CURRICOLO SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**  
con riferimento Competenze chiave europee alle Indicazioni Nazionali 2012  
**declinato nelle microabilità di ogni annualità**

**CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI**  
**ESPRESSIONE CORPOREA**

## CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI – ESPRESSIONE CORPOREA

**DISCIPLINE DI RIFERIMENTO:** Educazione fisica

**DISCIPLINE E INSEGNAMENTI CONCORRENTI:** Scienze, Arte, Musica, Educazione civica

*La consapevolezza ed espressione culturale è la competenza che più contribuisce a costruire l'identità sociale e culturale, attraverso la capacità di fruire dei linguaggi espressivi e dei beni culturali e di esprimersi attraverso linguaggi e canali diversi. La storia vi concorre in modo fondamentale rispondendo alle domande "Chi siamo?" "Da dove veniamo?"; le arti e la musica permettendo di fruire e agire modi espressivi diversi, ma anche per riconoscerli come beni culturali che fanno parte del nostro retaggio, da conoscere, tutelare e salvaguardare.*

*L'educazione fisica, che pure concorre alle competenze scientifiche, sociali e civiche, apporta alla costruzione di questa competenza la capacità di utilizzare il linguaggio del corpo e tutte le sue capacità espressive. Per maggiore praticità, la competenza è stata disaggregata nelle sue principali componenti: identità storica; patrimonio ed espressione artistica e musicale; espressione corporea.*

### TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FISSATI DALLE INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO 2012

#### EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	TRAGUARDI ALLA FINE DEL PRIMO CICLO
<ul style="list-style-type: none"><li>• 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.</li><li>• 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.</li><li>• Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</li><li>• Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</li><li>• Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</li><li>• 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.</li><li>• Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</li><li>• Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</li><li>• Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) 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>• Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</li><li>• È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</li></ul>

### SEZIONE A: Traguardi formativi

<b>COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:</b>	<b>CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI – ESPRESSIONE CORPOREA</b>
<b>Fonti di legittimazione:</b>	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 22.05.2018 Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2012
<b>PROFILO FINALE INDICAZIONI 2012</b>	In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si impegna in campi espressivi, motori ed artistici che gli sono congeniali. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.
<b>CERTIFICAZIONE AL TERMINE DEL PRIMO CICLO</b>	In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime negli ambiti che gli sono più congeniali: motori, artistici e musicali.
<b>COMPETENZE SPECIFICHE/DI BASE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse</li> <li>• Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune</li> <li>• Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo</li> <li>• Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita</li> </ul>

### FINE SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

#### ABILITA'

***Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo***

- 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)

***Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva***

- 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.

***Il gioco, lo sport, le regole e il fair play***

- Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.
- 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.

**Salute e benessere, prevenzione e sicurezza**

- 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, o di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).

**Microabilità per la scuola secondaria di primo grado**

- Coordinare i movimenti del corpo in relazione all'uso di attrezzi
  - Controllare il ritmo respiratorio durante e dopo l'esercizio
  - Riconoscere ed utilizzare i diversi gradi di tensione e rilassamento per eseguire esercizi
  - Coordinare i movimenti del corpo e le facoltà sensoriali per eseguire lanci, esercizi di destrezza e precisione, ecc.
  - Affinare gli schemi motori statici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi
  - Affinare gli schemi motori dinamici anche utilizzando piccoli e grandi attrezzi
  - Coordinare diversi schemi motori di base (camminare palleggiando e lanciando, correre e lanciare un attrezzo, ecc.)
  - Eseguire correttamente capriole, effettuare esercizi ginnici con attrezzi (parallele, anelli, pertica, ecc. e a corpo libero)
  - Eseguire esercizi di ginnastica ritmica e danza sportiva
- 
- Partecipare al gioco e allo sport conoscendo le regole e rispettandole
  - Riconoscere e spiegare l'utilità e l'importanza delle regole
  - Partecipare attivamente e responsabilmente al gioco per la finalità comune, per l'efficacia del gioco, per il coinvolgimento di tutti
  - Partecipare ai giochi e sport a squadre accettando vittorie e sconfitte
  - Utilizzare la mimica facciale e la gestualità in attività di drammatizzazione
  - Interpretare con il corpo brani musicali nell'ambito di spettacoli e/o di sport (pattinaggio artistico, ginnastica, danza sportiva)
  - Rispettare le regole per prevenire ed evitare infortuni
  - Seguire autonomamente le regole dell'igiene personale e corretti stili di vita

**CONOSCENZE FINE SCUOLA SECONDARIA  
DI PRIMO GRADO**

Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia  
Regole fondamentali di alcune discipline sportive

<b>SEZIONE B: Evidenze e compiti significativi</b>	
COMPETENZA CHIAVE EUROPEA:	<b>CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI – ESPRESSIONE CORPOREA</b>
EVIDENZE – TRAGUARDI – CRITERI PER LA VALUTAZIONE	COMPITI SIGNIFICATIVI
<p><b>SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO</b></p> <p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.            Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.            Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.            Riconosce, ricerca e applica a sé stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.            Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.            È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>	<p><b>ESEMPI</b></p> <p>Partecipare a eventi ludici e sportivi rispettando le regole e tenendo comportamenti improntati a fair-play, lealtà e correttezza</p> <p>Rappresentare drammatizzazioni attraverso il movimento, la danza, l'uso espressivo del corpo</p> <p>Effettuare giochi di comunicazione non verbale</p> <p>Costruire decaloghi, schede, vademecum relativi ai corretti stili di vita per la conservazione della propria salute e dell'ambiente</p>

### SEZIONE C: Livelli di padronanza

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALI – ESPRESSIONE CORPOREA

#### LIVELLI DI PADRONANZA

Livello atteso nella scuola secondaria di primo grado	Livello atteso alla fine della scuola secondaria di primo grado
<p>Coordina azioni, schemi motori, gesti tecnici, con buon autocontrollo e sufficiente destrezza.</p> <p>Utilizza in maniera appropriata attrezzi ginnici e spazi di gioco.</p> <p>Partecipa a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando autonomamente le regole, i compagni, le strutture.</p> <p>Conosce le regole essenziali di alcune discipline sportive.</p> <p>Gestisce i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità senza reazioni fisiche, né aggressive, né verbali.</p> <p>Utilizza il movimento anche per rappresentare e comunicare stati d'animo, nelle rappresentazioni teatrali, nell'accompagnamento di brani musicali, per la danza, utilizzando suggerimenti dell'insegnante.</p> <p>Assume comportamenti rispettosi dell'igiene, della salute e della sicurezza, proprie ed altrui.</p>	<p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>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, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello "star bene" in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p>