

CURRICOLO VERTICALE DI FISICA		
	AL TERMINE DELLA PRIMA CLASSE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO	AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
COMPETENZA Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.	Utilizzare le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento alle diverse situazioni.	- Padroneggiare le abilità motorie e sportive acquisite, adattando il movimento per risolvere problemi e affrontare situazioni nuove. - Orientarsi in ambiente noto attraverso ausili specifici.
Abilità	- Controllare il proprio corpo e i suoi spostamenti - Mantenere l’equilibrio e il controllo della postura - Controllare la lateralizzazione - Possedere coordinazione occhio-mano / occhio-piede - Utilizzare con sufficiente sicurezza gli schemi motori - Riconoscere e valutare traiettorie, tempi, distanze e ritmi	- Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione delle azioni - Utilizzare le proprie capacità durante le attività proposte (accoppiamento, combinazione, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo, reazione, trasformazione) - Utilizzare ausili specifici di orientamento sul territorio
Conoscenze	- Combinazione di schemi motori e posturali - Traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie	- Variabili spazio-temporali e schemi motori - Lateralizzazione - Orientamento in ambiente naturale
COMPETENZA Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo/ espressiva.	Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo.	Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.

Abilità	-Esprimere idee, stati d'animo e storie mediante semplici gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo -Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport	-Esprimere idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale - Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport -Decodificare i gesti arbitrali
Conoscenze	-Espressività corporea -Sequenze di movimento -Coreografie individuali o di gruppo	-Uso espressivo del corpo -Comunicazione di emozioni attraverso la mimica facciale
COMPETENZA Il gioco, lo sport, le regole e il fair play.	Partecipare in modo corretto alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole, assumendosi responsabilità e impegnandosi per il bene comune.	Realizzare strategie di gioco e gestire le situazioni competitive, rispettando i valori sportivi (fair play) anche come modalità di relazione quotidiana.
Abilità e comportamenti	- Applicare il regolamento tecnico degli sport - Assumere il ruolo di arbitro o di giudice - Collaborare per il bene della squadra	- Applicare il regolamento tecnico degli sport - Assumere il ruolo di arbitro o di giudice - Collaborare e partecipare alle scelte della squadra - Mostrare, in gara e non, autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta
Conoscenze	- Le regole del gioco e i fondamentali dei principali sport: pallavolo, pallacanestro, atletica, calcio	- I fondamentali individuali della disciplina praticata - Organizzazione delle attività ed utilizzo degli attrezzi - Tecniche per svolgere funzioni di arbitraggio
COMPETENZA Salute e benessere, prevenzione e sicurezza.	Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita.	Riconoscere e adottare comportamenti di promozione dello star bene in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.

<p>Abilità e comportamenti</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età - Disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la sicurezza altrui e propria - Rispettare le norme per la sicurezza stabilite dal gruppo 	<ul style="list-style-type: none"> - Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica - Riconoscere i benefici dell'attività motoria - Riconoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età - Seguire un piano di lavoro consigliato - Distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta. - Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni
<p>Conoscenze</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) - Comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza in palestra 	<ul style="list-style-type: none"> - Funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico - Comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita