

---

*CURRICOLO VERTICALE*

---

<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	1. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	- Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Individuare gli schemi motori di base adattando il movimento in situazione.	Riconoscere gli schemi motori di base con l'ausilio di strumenti scelti (vari tipi di palla, corda, birilli...).	Scegliere e selezionare gli schemi motori di base adattando il movimento in situazione. Utilizzare strumenti scelti adattandoli all'attività in svolgimento.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	1. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.		

<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Eeguire esercitazioni propedeutiche agli sport di squadra trattati.	Eeguire i fondamentali dei giochi sportivi di squadra.	Applicare le regole e i fondamentali acquisiti all'interno di partite ricoprendo ruoli di giocatore attivo o di arbitro.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	1. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Riconoscere una successione di variabili nello spazio/tempo dopo esemplificazioni visive e verbali.	Acquisire una successione di variabili nello spazio/tempo dopo esemplificazioni visive e verbali.	Consolidare una successione di variabili nello spazio/tempo dopo esemplificazioni visive e verbali.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	1. L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	- Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>

	Riconoscere la posizione del proprio corpo nello spazio e nel tempo in situazioni statiche o dinamiche.	Riconoscere la posizione del proprio corpo nello spazio e nel tempo in situazioni statiche o dinamiche in relazione a qualcosa o qualcuno. (Es. Organizzare l'attività di gioco rispettando le posizioni dei compagni e i limiti dell'area).	Percepire la collocazione spaziale di qualcosa o qualcuno oppure l'area interessata da un fenomeno (Es. Costruire una mappa che riproduca il perimetro dell'Istituto scolastico e posizionarci gli elementi richiesti).
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	2. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Scegliere come coordinare la gestualità sia globale che segmentaria.	Scegliere come coordinare la gestualità sia globale che segmentaria in base alle situazioni di gioco proposte.	Scegliere come coordinare la gestualità sia globale che segmentaria in base alle situazioni di gioco proponendo anche varianti.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	2. Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	- 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.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>

	Individuare i propri limiti in relazione al tipo di attività richiesta.	Analizzare i propri tempi di lavoro evitando di esaurire le proprie energie.	Pianificare i propri tempi di lavoro evitando di esaurire le proprie energie e saper mantenere un ritmo di corsa blanda su distanze medie.
			Scegliere tecniche di educazione respiratoria e rilassamento muscolare.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	3. 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.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– 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.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Utilizzare il linguaggio motorio e gestuale in modo semplice.	Utilizzare il linguaggio motorio e gestuale in modo non sempre originale e creativo.	Padroneggiare linguaggi comunicativi ed espressivi trasmettendo anche contenuti emozionali.
			Riconoscere il valore del <i>fair-play</i> e lo sa applicare.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	3. 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.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.		

Obiettivi Specifici in forma Operativa	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza
	Riconoscere le regole base dei giochi sportivi.	Interpretare e decodificare i gesti e i simboli dei singoli giochi sportivi.	Comunicare attraverso gesti e simboli dei singoli giochi sportivi.
Ordine di scuola	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
Traguardo Competenze	3. 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.		
Obiettivi Generali termine classe terza	– Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all’applicazione del regolamento di gioco.		
Obiettivi Specifici in forma Operativa	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza
	Cogliere i principali gesti arbitrali dei singoli giochi sportivi.	Interpretare e decodificare i gesti arbitrali.	Comunicare attraverso gesti arbitrali e farli rispettare.

Ordine di scuola	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
Traguardo Competenze	3. 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.		
Obiettivi Generali termine classe terza	– Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.		

<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Riconoscere i principali gesti arbitrali dei giochi sportivi proposti.	Interpretare e decodificare i gesti arbitrali degli sport più praticati.	Comunicare attraverso gesti arbitrali e farli rispettare.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	3. 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.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– 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.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Riconoscere le regole del fair play.	Riconoscere le regole del fair play anche in situazioni gioco agonistiche.	Confrontarsi con gli altri nel rispetto delle regole, dei ruoli e dei risultati.
<b>Traguardo Competenze</b>	4. Riconosce, ricerca e applica a sé stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– 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.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>

	Identificare con una certa precisione le diverse parti dello schema corporeo.	Identificare con precisione le diverse parti dello schema corporeo e saperle rappresentare graficamente a partire da un modello.	Identificare con precisione le diverse parti dello schema corporeo e saperle rappresentare graficamente.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	4. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Cogliere le modalità mediante le quali l’attività fisica contribuisce alla salute e al benessere.	Riconoscere la propria efficienza fisica in molteplici contesti ed essere in grado di dosare lo sforzo.	Riconoscere la propria efficienza fisica in molteplici contesti ed essere in grado di dosare lo sforzo.
			Utilizzare tecniche di riscaldamento e defaticamento .

<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	4. Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).		

<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Riconoscere il fenomeno del doping in ambito sportivo.	Riconoscere le principali sostanze dopanti, droghe e alcool che inducono dipendenza.	Riconoscere le conseguenze che tali sostanze producono sul corpo umano.
			Riconoscere le conseguenze giuridiche dell'uso di sostanze dopanti nel mondo dello sport.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	5. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	<b>Classe Prima</b>	<b>Classe Seconda</b>	<b>Classe Terza</b>
	Riconoscere le norme per la sicurezza degli spazi adibiti ad attività sportive nella propria scuola/palestra.	Riconoscere le norme per la sicurezza degli spazi adibiti ad attività sportive.	Individuare, utilizzare e ricollocare correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e altrui salute.
<b>Ordine di scuola</b>	<b>SECONDARIA di PRIMO GRADO</b>		
<b>Traguardo Competenze</b>	5. Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.		

	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	Individuare l'attrezzatura personale adatta per l'attività pratica in palestra.	Utilizzare correttamente gli attrezzi della palestra e gli spazi.	Cogliere le norme di sicurezza stradale a piedi e in bicicletta.
	Cogliere le norme fondamentali di igiene legate all'attività pratica sportiva.		

Ordine di scuola	SECONDARIA di PRIMO GRADO		
<b>Traguardo Competenze</b>	6. È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.		
<b>Obiettivi Generali termine classe terza</b>	– Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma pro-positiva alle scelte della squadra.		
<b>Obiettivi Specifici in forma Operativa</b>	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza
	Riconoscere i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra.	Riconoscere modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l'inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune.	Riconoscere il concetto di strategia e tattica e saperli realizzare.