

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE DI BEREGUARDO (PV)
curricolo scuola secondaria di primo grado

EDUCAZIONE FISICA
CLASSE SECONDA

TRAGUARDI DI COMPETENZA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	METODOLOGIE E ATTIVITÀ
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).	Le metodologie e le attività sottoelencate sono indicative. Ciascun docente sarà libero di scegliere, adattare, innovare tra quelle che ritiene più appropriate al contesto in cui opera. Si intende che ogni docente è libero di proporre altre. ❖ Consolida le capacità coordinative. ❖ Apprende abilità motorie nuove. ❖ Percepisce l'ampiezza articolare e la postura corretta di esecuzione degli esercizi. ❖ Controlla l'impegno muscolare, sa distribuire lo sforzo in un lavoro di media e lunga durata; sa resistere alla fatica.
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.	❖ Riconosce ed utilizza i fattori che favoriscono la produzione di forza. ❖ Percepisce i fattori che migliorano la velocità di esecuzione del gesto; si sposta velocemente.

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE DI BEREGUARDO (PV)
curricolo scuola secondaria di primo grado

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. • Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa 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.	❖ Accetta di lavorare con tutti compagni ed è disposto alla collaborazione. ❖ Comprende le difficoltà degli altri. ❖ Perfeziona le abilità tecniche per giocare.
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	❖ Comprende la terminologia specifica della disciplina. ❖ Approfondisce la conoscenza del proprio corpo e delle sue potenzialità.

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE DI BEREGUARDO (PV)
curricolo scuola secondaria di primo grado

	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 (doping, droghe, alcool).	
--	---	--