**CURRICOLO DI ED. FISICA**

**Al termine della classe prima della scuola secondaria di primo grado**

***OBIETTIVI EDUCATIVI***

Utilizzare gli aspetti comunicativi del linguaggio corporeo nello sviluppo delle attività motorie e sportive

Acquisire conoscenze e competenze relative all’educazione alla salute e alla promozione di corretti stili di vita

Acquisire la capacità di integrarsi nel gruppo di cui condividere e rispettare le regole

Sperimentare i corretti valori sport- fayr play e rinunciare a qualunque forma di violenza attraverso il riconoscimento e l’esercizio di tali valori

***COMPETENZE SCELTE DAL DIPARTIMENTO***

Utilizzare efficacemente gli schemi motori per migliorare il proprio grado di efficienza fisica

Sviluppare valide abitudini e compiere un positivo e personale percorso di crescita

Rispettare le regole sportive e le norme igieniche elementari in funzione di un corretto stile di vita

Esprimere buone capacità socio- relazionali

***OBIETTIVI PER LA VALUTAZIONE PERIODICA SUL REGISTRO***

Miglioramento delle capacità coordinative e condizionali

Impegno, partecipazione e senso di responsabilità

Capacità sportive

***STRATEGIE DI RECUPERO/POTENZIAMENTO***

Suddivisione della classe in gruppi omogenei con assegnazione di compiti graduati

Individuazione di percorsi didattici personalizzati

***CONTENUTI***

***PER IL MIGLIORAMENNTO DELLE CAPACITA’ CONDIZIONALI***

Test di valutazione psico motoria

La corsa nelle sue varie forme

Esercitazioni con percorsi misti (circuit training)

Esercitazioni con piccoli e grandi attrezzi (traslocazioni al quadro svedese)

***PER IL MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA’ COORDINATIVE***

Esercizi posturali

Gare di abilità e destrezza

Giochi popolari (palla prigioniera)

Attività propedeutiche ai giochi sportivi (generalità dell’atletica, pallamano, pallacanestro, pallavolo, calcio a 5)

**Al termine della classe seconda della scuola secondaria di primo grado**

***CONTENUTI***

***PER IL MIGLIORAMENNTO DELLE CAPACITA’ CONDIZIONALI***

Test di valutazione psico motoria

La corsa nelle sue varie forme

Esercitazioni con percorsi misti (circuit training)

Esercitazioni con piccoli e grandi attrezzi (traslocazioni al quadro svedese)

***PER IL MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA’ COORDINATIVE***

Esercizi posturali

Gare di abilità e destrezza

Giochi presportivi (pallacambio)

Attività propedeutiche ai giochi sportivi (fondamentali individuali dell’atletica, pallamano, pallacanestro, pallavolo, calcio a 5)

**Al termine della classe terza della scuola secondaria di primo grado**

***CONTENUTI***

***PER IL MIGLIORAMENNTO DELLE CAPACITA’ CONDIZIONALI***

Test di valutazione psico motoria

La corsa nelle sue varie forme

Esercitazioni con percorsi misti (circuit training)

Esercitazioni con piccoli e grandi attrezzi (traslocazioni al quadro svedese)

***PER IL MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA’ COORDINATIVE***

Esercizi posturali

Gare di abilita’ e destrezza

Sport alternativi (dodge ball)

Attività propedeutiche ai giochi sportivi (fondamentali di squadra dell’atletica, pallamano, pallacanestro, pallavolo, calcio a 5)