

ISTITUTO COMPRENSIVO 2 “DAMIANI” DI MORBEGNO

Via Prati Grassi, 76 – 23017 MORBEGNO Tel. 0342/610837 – Fax 342/600315
C. F. 91016190141 C.M. soic823003 – E-Mail soic823003@istruzione.it
www.ic2damianimorbegno.it

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA A.S. 2025-2026

La comunicazione nella madrelingua o lingua di istruzione è la capacità di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma sia orale sia scritta (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) e di interagire adeguatamente e in modo creativo sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali, quali istruzione e formazione, lavoro, vita domestica e tempo libero.

La comunicazione nelle lingue straniere condivide essenzialmente le principali abilità richieste per la comunicazione nella madrelingua. La comunicazione nelle lingue straniere richiede anche abilità quali la mediazione e la comprensione interculturale. Il livello di padronanza di un individuo varia inevitabilmente tra le quattro dimensioni (comprensione orale, espressione orale, comprensione scritta ed espressione scritta) e tra le diverse lingue e a seconda del suo retroterra sociale e culturale, del suo ambiente e delle sue esigenze ed interessi.

La competenza matematica è l'abilità di sviluppare e applicare il pensiero matematico per risolvere una serie di problemi in situazioni quotidiane. Partendo da una solida padronanza delle competenze aritmetico-matematiche, l'accento è posto sugli aspetti del processo e dell'attività oltre che su quelli della conoscenza. La competenza matematica comporta, in misura variabile, la capacità e la disponibilità a usare modelli matematici di pensiero (pensiero logico e spaziale) e di presentazione (formule, modelli, schemi, grafici, rappresentazioni). **La competenza in campo scientifico** si riferisce alla capacità e alla disponibilità a usare l'insieme delle conoscenze e delle metodologie possedute per spiegare il mondo che ci circonda sapendo identificare le problematiche e traendo le conclusioni che siano basate su fatti comprovati. **La competenza in campo tecnologico** è considerata l'applicazione di tale conoscenza e metodologia per dare risposta ai desideri o bisogni avvertiti dagli esseri umani. La competenza in campo scientifico e tecnologico comporta la comprensione dei cambiamenti determinati dall'attività umana e la consapevolezza della responsabilità di ciascun cittadino.

La competenza digitale consiste nel saper utilizzare con dimestichezza e spirito critico le tecnologie della società dell'informazione per il lavoro, il tempo libero e la comunicazione. Essa implica abilità di base nelle tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC): l'uso del computer per reperire, valutare, conservare, produrre, presentare e scambiare informazioni nonché per comunicare e partecipare a reti collaborative tramite Internet.

Imparare a imparare è l'abilità di perseverare nell'apprendimento, di organizzare il proprio apprendimento anche mediante una gestione efficace del tempo e delle informazioni, sia a livello individuale che in gruppo. Questa competenza comprende la consapevolezza del proprio processo di apprendimento e dei propri bisogni, l'identificazione delle opportunità disponibili e la capacità di sormontare gli ostacoli per apprendere in modo efficace. Questa competenza comporta l'acquisizione, l'elaborazione e l'assimilazione di nuove conoscenze e abilità come anche la ricerca e l'uso delle opportunità di orientamento. Il fatto di imparare a imparare fa sì che i discenti prendano le mosse da quanto hanno appreso in precedenza e dalle loro esperienze di vita per usare e applicare conoscenze e abilità in tutta una serie di contesti: a casa, sul lavoro, nell'istruzione e nella formazione. La motivazione e la fiducia sono elementi essenziali perché una persona possa acquisire tale competenza.

Le competenze sociali e civiche includono competenze personali, interpersonali e interculturali e riguardano tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale e lavorativa, in particolare alla vita in società sempre più diversificate, come anche a risolvere i conflitti ove ciò sia necessario. **La competenza civica** dota le persone degli strumenti per partecipare appieno alla vita civile grazie alla conoscenza dei concetti e delle strutture sociopolitici e all'impegno a una partecipazione attiva e democratica.

Lo spirito di iniziativa concerne la capacità di una persona di tradurre le idee in azione. In ciò rientrano la creatività, l'innovazione e l'assunzione di rischi, come anche la capacità di pianificare e di gestire progetti per raggiungere obiettivi. È una competenza che aiuta gli individui, non solo nella loro vita quotidiana, nella

sfera domestica e nella società, ma anche nel posto di lavoro, ad avere consapevolezza del contesto in cui operano e a poter cogliere le opportunità che si offrono ed è un punto di partenza per le abilità e le conoscenze più specifiche di cui hanno bisogno coloro che avviano o contribuiscono ad un'attività sociale o commerciale. Essa dovrebbe includere la consapevolezza dei valori etici e promuovere il buon governo.

Consapevolezza ed espressione culturale riguarda l'importanza dell'espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni in un'ampia varietà di mezzi di comunicazione, compresi la musica, le arti dello spettacolo, la letteratura e le arti visive.

dal Profilo dello studente (estratto) con riferimento all'ambito considerato nello specifico

Lo studente al termine del primo ciclo ha cura e rispetto di sé, come presupposto di un sano e corretto stile di vita. Assimila il senso e la necessità del rispetto della convivenza civile. Ha attenzione per le funzioni pubbliche alle quali partecipa nelle diverse forme in cui questo può avvenire: momenti educativi informali e non formali, esposizione pubblica del proprio lavoro, occasioni rituali nelle comunità che frequenta, azioni di solidarietà, manifestazioni sportive non agonistiche, volontariato, ecc.

Dimostra originalità e spirito di iniziativa. Si assume le proprie responsabilità e chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede.

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.

Livello scolastico: ULTIMO ANNO SCUOLA DELL'INFANZIA/CLASSE PRIMA DELLA SCUOLA PRIMARIA

Competenze di cittadinanza

- A. Prova ad essere via via più autonomo ed a esprimere i propri bisogni. (1)
- B. Impara ad operare scelte e assume atteggiamenti e comportamenti più consapevoli. (1)
- C. Impara a conoscere e a stare con gli altri. (2-10)
- D. Inizia ad ascoltare e ad aiutare i compagni. (2)
- E. Si avvia a riflettere su esperienze vissute a scuola e in altri contesti. (2)
- F. Si avvia a costruire il senso di appartenenza a una comunità e rispetta semplici regole.(3)
- G. Sa riferire i propri vissuti. (4)
- H. Pone domande, sperimenta, trova soluzioni. (6-7-8-9-11)
- I. È capace di osservare, fare confronti. (7-8)
- J. Esprime e comunica stati d'animo utilizzando linguaggi non verbali (12)

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Nuclei tematici	Esiti formativi (espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli "Obiettivi d'apprendimento")	
		Avanzato	Base
Vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola. Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	Utilizza diversi schemi motori combinati tra loro in forma successiva (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc). Rispetta distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	Utilizza singoli schemi motori (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc). Rispetta distanze, ritmi esecutivi e semplici successioni temporali delle azioni motorie.
Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	Sperimenta modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammaturizzazione e danza. Esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Utilizza modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammaturizzazione e danza. Esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.
Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Conosce e applica correttamente modalità esecutive di semplici giochi. Conosce ed esegue alcuni giochi derivanti dalla tradizione popolare. Partecipa attivamente alle varie forme di gioco.	Conosce e sperimenta modalità esecutive di semplici giochi. Partecipa ad alcuni giochi derivanti dalla tradizione popolare. Partecipa alle varie forme di gioco.

		Rispetta le regole nei giochi; sa controllare le proprie emozioni nelle diverse situazioni.	Conosce le regole nei giochi e si sforza di controllare le proprie emozioni.
Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.	Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	Assume comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	Riconosce comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.

Livello scolastico: ULTIMO ANNO PRIMARIA/PRIMO ANNO SECONDARIA

Competenze di cittadinanza

- A. Affronta in autonomia e con responsabilità situazioni concrete tipiche della propria età. (1)
- B. Inizia ad avere consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti. (2)
- C. Collabora con gli altri per il raggiungimento di uno scopo comune dimostrando originalità e spirito di iniziativa. (3-11)
- D. Porta a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme ad altri. (3)
- E. Comprende enunciati e testi e comincia a motivare strategie operative. (4)
- F. Utilizza le conoscenze acquisite per analizzare dati e fatti della realtà avviandosi ad una prima costruzione del pensiero razionale. (7)
- G. Utilizza semplici competenze digitali e tecnologiche per operare e ricercare, anche con spirito critico. (6-9)
- O. Esprime e comunica stati d'animo utilizzando linguaggi non verbali. (12)
- S. 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. (10)

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Nuclei tematici	Esiti formativi	
		(espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli "Obiettivi d'apprendimento")	livelli di competenza
		Avanzato	Base
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.	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>Coordina e utilizza diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>Riconosce e valuta traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p>	<p>Coordina e utilizza gli schemi motori di base (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</p> <p>Riconosce distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.</p>
Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammaturizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.	Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	<p>Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammaturizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>	<p>Utilizza modalità espressive e corporee attraverso forme di drammaturizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p>
Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco sport	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	Conosce e applica correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i> .	Conosce e applica modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i> .

<p>anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>		<p>Utilizza numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipa attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Rispetta le regole nella competizione sportiva; sa accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p>	
<p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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.</p>	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>Assume comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconosce il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisisce consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Assume comportamenti adeguati nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconosce il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico.</p> <p>Conosce le funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e i loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>

Livello scolastico: TERZO ANNO SCUOLA SECONDARIA

- A. Lo studente al termine del primo ciclo è in grado di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma orale e di interagire adeguatamente e in modo creativo sul piano linguistico in un'intera gamma di contesti culturali e sociali, quali istruzione e formazione, lavoro, vita domestica e tempo libero (2-4-5-12)
- B. Possiede un patrimonio organico di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e procurarsi velocemente nuove informazioni ed impegnarsi in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo. (1-9-11)
- C. Ha consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato da solo o insieme agli altri. (2)
- D. Sa organizzare il proprio apprendimento anche mediante una gestione efficace del tempo e delle informazioni, sia a livello individuale sia di gruppo. (3)
- E. Rispetta le regole condivise, collabora con gli altri per la costruzione del bene comune. (3-10)
- F. Si assume le proprie responsabilità, chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede. (2-3-10)
- G. Collabora e partecipa, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità. (2-3)
- H. Sa inserirsi in modo attivo e consapevole nella vita sociale e far valere i propri diritti e bisogni riconoscendo al contempo quelli altrui, le opportunità comuni, i limiti, le regole, le responsabilità. (10)
- I. È disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti. (2-10-11)
- J. Sa acquisire ed elaborare nuove conoscenze e abilità. (9)
- K. Utilizza le tecnologie digitali per reperire, elaborare, produrre e scambiare informazioni. (6-9)
- L. Interpreta i sistemi culturali e simbolici della società. (2)
- X. Sa adattare autonomamente per sé e per gli altri le norme per mantenere sani stili di vita. (10)
- Y. Padroneggia movimenti complessi con risposte personali. (12)

Traguardi per lo sviluppo delle competenze	Nuclei tematici	Esiti formativi	
		(espressi sotto forma di abilità e conoscenze con riferimento agli "Obiettivi d'apprendimento")	livelli di competenza
		Avanzato	Base
E' 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.	Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>Sa utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Sa utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>Si orienta con sicurezza nell'ambiente naturale e artificiale.</p>	<p>Sa utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione di alcuni gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Sa utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove.</p> <p>Utilizza e correla le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in alcune situazioni sportive.</p> <p>Si orienta nell'ambiente naturale e artificiale.</p>
Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri.	Il linguaggio del corpo come modalità	Utilizza in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammaturgizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.	Utilizza modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammaturgizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.

	comunicativo-espressiva	Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.	Elabora ed esegue semplici sequenze di movimento individuali e collettive.
Pratica attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.	Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Sa realizzare strategie di gioco, mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa in forma propositiva alle scelte della squadra.</p> <p>Conosce e applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice.</p> <p>Sa 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.</p>	<p>Padroneggia le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco.</p> <p>Mette in atto comportamenti collaborativi e partecipa alle scelte della squadra.</p> <p>Conosce e applica correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati.</p> <p>Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive non in gara con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</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. 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.	Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età e di applicarsi nel seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>E' 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.</p> <p>Sa disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza.</p> <p>Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Pratica attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conosce ed è consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>	<p>E' in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.</p> <p>E' in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare alcune tecniche di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>Sa disporre, utilizzare e riporre gli attrezzi salvaguardando la propria sicurezza.</p> <p>Sa adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni.</p> <p>Pratica attività di movimento.</p> <p>Conosce gli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).</p>