

Istituto Comprensivo “Luigi Capuana” – Mineo
Anno Scolastico 2020/21

CURRICOLO DI: **EDUCAZIONE FISICA**

SCUOLA: **SECONDARIA I GRADO**

CLASSI PRIME

INDICATORI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	CONOSCENZE (saper)
A) CONSOLIDAMENTO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE E CONDIZIONALI	1-PADRONANZA DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE SVILUPPO DELLE QUALITA' MOTORIE QUALI FORZA, VELOCITA', RESISTENZA	-SAPER UTILIZZARE IL PROPRIO BAGAGLIO MOTORIO PER ORIENTARSI NELLO SPAZIO E NEL TEMPO IN TUTTE LE SITUAZIONI DI MOVIMENTO
B) IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY	1-CONOSCERE E APPLICARE I PRINCIPALI ELEMENTI TECNICI DI ALCUNE DISCIPLINE SPORTIVE ANCHE TRAMITE GIOCHI SEMPLIFICATI	-UTILIZZA LE ABILITA' MOTORIE E SPORTIVE ADATTANDO IL MOVIMENTO IN SITUAZIONE SAPER UTILIZZARE L'ESPERIENZA MOTORIA PER RISOLVERE SITUAZIONI MOTORIE NUOVE ED INUSUALI
C) SALUTE, BENESSERE, PREVENZIONE, SICUREZZA	3CONOSCERE GLI EFFETTI DEL MOVIMENTO SUL CORPO UMANO ADOTTARE STILI DI VITA ATTIVI	CONOSCERE GLI EFFETTI NEGATIVI DI UNA ALIMENTAZIONE SCORRETTA E DI UNO STILE DI VITA SEDENTARIO