



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**  
**Istituto Comprensivo "R. Franceschi"**

Via Concordia, 2/4 - 20090 Trezzano sul Naviglio (MI)

Tel. 02 48 40 20 46 - Fax 02 48 49 01 97

E-mail: [segreteria@icfranceschi.gov.it](mailto:segreteria@icfranceschi.gov.it) - [miic89000v@istruzione.it](mailto:miic89000v@istruzione.it)

PEC: [miic89000v@pec.istruzione.it](mailto:miic89000v@pec.istruzione.it)

## **CURRICOLO VERTICALE**

### **SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

*Scuola Primaria*

*Classe prima e seconda*

**Competenza chiave europea:** *consapevolezza ed espressione culturale - espressione corporea, competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare.*

Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 22 maggio 2018 relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente  
L'alunno 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.

Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.

Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.

Agisce rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.

Comprende, nelle diverse esperienze di gioco e gioco-sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, ad un corretto regime alimentare.

**Traguardi per lo sviluppo**

Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la conoscenza e l'utilizzo degli

<b>delle competenze disciplinari</b>	<p>schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico- musicali.</p> <p>Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Conosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.</p>
--------------------------------------	--

### Classe prima

<i>Nuclei fondanti</i>		<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>	<i>Contenuti</i>
<b>A</b>	<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p>Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su se stesso e sui compagni o su un'immagine.</p> <p>Sviluppare le capacità senso- percettive</p> <p>Collocarsi in posizioni diverse, in rapporto ad altri e/o ad oggetti.</p> <p>Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità.</p> <p>Conoscere gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare.</p> <p style="text-align: center;">□</p>	<p>L'alunno: è in grado di eseguire le azioni motorie singole e collocarle nella successione indicata</p> <p>rispetta i tempi di esecuzione previsti dalle consegne</p>	<p>Giochi ed esercitazioni sul consolidamento della conoscenza corporea</p> <p>Esercizi sulla percezione e discriminazione sensoriale</p> <p>Giochi di movimento su base topologica</p> <p>Percorsi per la coordinazione motoria globale</p> <p>Giochi di comunicazione non verbale relativa a sentimenti ed emozioni</p> <p>Giochi di cooperazione e di competizione</p>
<b>B</b>	<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</b>	<p>Esprimere attraverso il movimento e la gestualità, emozioni e sentimenti.</p>	<p>Si esprime in forma non verbale</p>	
<b>C</b>	<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole.</p>	<p>Comprende le modalità di gioco e rispetta le principali regole</p> <p>Si relaziona con i compagni in forma cooperativa e competitiva</p> <p>Gestisce i conflitti determinati dalla vittoria/sconfitta</p>	

D	<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	Conoscere i principi fondamentali della corretta alimentazione per il benessere personale	Conosce le basi per alimentarsi correttamente	
---	--	---	---	--

### Classe seconda

**Competenza chiave europea:** *consapevolezza ed espressione culturale - espressione corporea, competenza personale, sociale e capacità di imparare ad imparare.*

Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 22 maggio 2018 relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente.

L'alunno 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.

Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.

Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.

Agisce rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.

Comprende, nelle diverse esperienze di gioco e giocosport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, ad un corretto regime alimentare.

<b>Traguardi per lo sviluppo delle competenze disciplinari</b>	<p>Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la conoscenza e l'utilizzo degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali.</p> <p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali.</p> <p>Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Conosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.</p>
--	---

<b>Nuclei fondanti</b>		<b>Conoscenze</b>	<b>Abilità</b>	<b>Contenuti</b>
A	<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p>Muoversi con scioltezza, destrezza, disinvoltura e ritmo coordinando il maggior numero possibile di movimenti naturali.</p> <p>Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo.</p> <p>Variare gli schemi motori in funzione dei parametri</p>	<p>L'alunno: è in grado di eseguire le azioni motorie singole e collocarle nella successione indicata</p> <p>Rispetta i tempi di</p>	<p>Esercitazioni, giochi e circuiti sugli schemi motori: camminare, saltare, correre, lanciare, ricevere da fermo o in movimento, strisciare, rotolare, arrampicarsi, ecc..</p>

		di spazio, tempo ed equilibri.	esecuzione previsti dalle consegne	Giochi liberi e di gruppo con attenzione al rispetto delle regole Esercitazioni, giochi e circuiti sulla coordinazione spazio-temporale, sulla percezione dello scorrere del tempo durante un'attività Giochi mimico- gestuali su situazioni affettive, emotive, ambientali Giochi di cooperazione e di competizione
<b>B</b>	<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, idee e situazioni.		
<b>C</b>	<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	Rispettare le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara. Cooperare all'interno del gruppo; interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità.		
<b>D</b>	<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	Saper mantenere un adeguato comportamento nell'ambito dello svolgimento delle attività sportive scolastiche. Saper rispettare le regole di gioco cercando di collaborare con i compagni per un risultato comune.		

### Classe terza, quarta e quinta

**Competenza chiave europea:** *consapevolezza ed espressione culturale - espressione corporea*

- Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio di Lisbona 2006
- Indicazioni Nazionali per il curricolo 2012

L'alunno 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.

L'alunno utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.

L'alunno sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.

L'alunno adotta comportamenti idonei per la sicurezza e il benessere propri ed altrui.

L'alunno interiorizza le principali regole di comportamento nella pratica ludico/sportiva.

Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico- fisico legati alla cura del proprio corpo, ad un corretto regime alimentare.

**Traguardi per lo sviluppo delle competenze**

Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la conoscenza e l'utilizzo degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali, temporali e sociali.

<b>disciplinari</b>	<p>Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico- musicali.</p> <p>Si muove nell'ambiente di vita scolastico ed extra- scolastico rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>Conosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psicofisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.</p>
---------------------	--

### Classe terza

<b>Nuclei fondanti</b>		<b>Conoscenze</b>	<b>Abilità</b>	<b>Contenuti</b>
<b>A</b>	<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p>Coordinare e collegare in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali.</p> <p>Mantenere l'equilibrio in determinate posizioni (statico).</p> <p>Sviluppare la capacità di recuperare e mantenere l'equilibrio in situazioni dinamiche (equilibrio dinamico).</p> <p>Adattare e modulare il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo.</p> <p>Sviluppare il senso del ritmo.</p> <p>Affinare la coordinazione oculo- manuale.</p> <p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per se e per i compagni spazi e attrezzature.</p>	<p>L'alunno:  è in grado di eseguire le azioni motorie singole e collegarle nella successione indicata;  riflette sulla propria modalità di esecuzione;  comprende l'esigenza di utilizzare adeguatamente attrezzi e spazi;  esprime attraverso il movimento e la gestualità emozioni e sentimenti;  comprende le modalità di gioco e rispetta le regole;  gestisce i conflitti determinati dalla vittoria/ sconfitta.</p>	<p>Percorsi a circuito sugli schemi motori di base.</p> <p>Giochi di mantenimento dell'equilibrio in varie posizioni, di traslocazione in equilibrio su differenti attrezzi.</p> <p>Esercizi su basi di appoggio instabili.</p> <p>Giochi sul concetto di misurazione dello spazio e del tempo.</p> <p>Movimenti specifici da abbinare ad un ritmo musicale.</p> <p>Giochi individuali con la palla da fermi o in movimento.</p> <p>Giochi di passaggio e di ricezione della palla con un compagno.</p> <p>Semplici esercizi con l'uso appropriato di spazi e attrezzi.</p> <p>Giochi di drammatizzazione.</p>
<b>B</b>	<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</b>	<p>Usare la comunicazione mimico- gestuale con intenzionalità, efficacia comunicativa ed espressiva.</p>		
<b>C</b>	<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Partecipare ad attività di gioco e rispettare le regole.</p>		
<b>D</b>	<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	<p>Saper mantenere un adeguato comportamento nell'ambito dello svolgimento delle attività sportive scolastiche anche con l'utilizzo dei piccoli attrezzi.</p> <p>Saper rispettare le regole di gioco cercando di collaborare con i compagni per un risultato comune.</p>		

--	--	--	--	--

### Classe quarta

<i>Nuclei fondanti</i>		<i>Conoscenze</i>	<i>Abilità</i>	<i>Contenuti</i>
<b>A</b>	<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	<p>Utilizzare schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea. Consolidare/ affinare il controllo dell'equilibrio in situazioni precarie (equilibrio statico e dinamico). Adattare e modulare il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo.</p> <p>Sviluppare le capacità condizionali (rapidità, forza, resistenza, destrezza, agilità, rapidità di esecuzione e direzione, scioltezza).</p> <p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per se e per i compagni spazi e attrezzature.</p>	<p>L'alunno: è in grado di eseguire le azioni motorie singole e collegarle nella successione indicata; riflette sulla propria modalità di esecuzione; comprende l'esigenza di utilizzare adeguatamente attrezzi e spazi; scopre le modificazioni corporee associate allo sforzo; comprende le modalità di gioco e rispetta le regole; gestisce i conflitti determinati dalla vittoria/sconfitta.</p>	<p>Percorsi a circuito sugli schemi motori di base e sulle capacità coordinative. Giochi di mantenimento dell'equilibrio in varie posizioni, di traslocazione in equilibrio su differenti attrezzi. Esercizi su basi di appoggio instabili. Giochi sul concetto di misurazione dello spazio e del tempo. Esercizi e giochi sulla percezione dei ritmi biologici (respirazione, battito cardiaco, tono muscolare). Giochi di squadra e giochi tradizionali.</p>
<b>B</b>	<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	<p>Usare la comunicazione mimico- gestuale con intenzionalità, efficacia comunicativa ed espressiva.</p>		
<b>C</b>	<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	<p>Partecipare ad attività di gioco di squadra e rispettare le regole sviluppando comportamenti relazionali positivi di collaborazione rispetto e valorizzazione degli altri.</p>		
<b>D</b>	<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico.</p>		

**Classe quinta**

<b>Nuclei fondanti</b>		<b>Conoscenze</b>	<b>Abilità</b>	<b>Contenuti</b>
<b>A</b>	<b>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</b>	Utilizzare schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea. Consolidare/ affinare il controllo dell'equilibrio in situazioni precarie (equilibrio statico e dinamico). Usare creativamente il proprio corpo per muoversi globalmente e ritmicamente nello spazio. Conoscere le pratiche di base e i ruoli di alcuni giochi sportivi.	L'alunno: è in grado di eseguire le azioni motorie singole e collegarle nella successione indicata; scopre le modificazioni corporee associate allo sforzo; comprende le modalità di gioco e rispetta le regole;	Percorsi a circuito sugli schemi motori di base e sulle capacità coordinative Giochi di coordinazione con varie andature. Giochi di mantenimento dell'equilibrio in varie posizioni, di traslocazione in equilibrio su differenti attrezzi.
<b>B</b>	<b>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</b>	Usare la comunicazione mimico- gestuale con intenzionalità, efficacia comunicativa ed espressiva.	gestisce i conflitti determinati dalla vittoria/sconfitta.	Giochi di mira e precisione. Giochi di gruppo autogestiti.
<b>C</b>	<b>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</b>	Usare le proprie capacità di forza, coordinazione attenzione gestendo l'andamento di un gioco motorio in accordo con il gruppo. Approfondire metodi per la piena integrazione di tutti nel gioco di squadra.	Si relaziona con i compagni in base alla tipologia del gioco.	Giochi di rilassamento con l'aiuto della musica. Giochi di squadra e giochi tradizionali.
<b>D</b>	<b>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</b>	Associare la portata delle modificazioni corporee alla qualità e alla quantità di movimento svolto; sapersi rilassare e cogliere alcune percezioni corporee.		

## **TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA:**

*L'alunno, acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendo adattare alle variabili spaziali e temporali. Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico- musicali. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e per gli altri. Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico- fisico legati alla cura del proprio corpo. Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva.*