

IC BOSCO CHIESANUOVA - CURRICOLO UNITARIO - SCUOLA SECONDARIA I°
EDUCAZIONE FISICA Classe PRIMA secondaria 1°

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
1. Padroneggia abilità motorie	1.1 Sviluppa le capacità condizionali 1.2 Realizza i gesti tecnici dei vari sport 1.3 Sviluppa le capacità coordinative 1.4 Utilizza le variabili spazio temporali	1.1.1 Nozioni di anatomia e fisiologia 1.2.1 Fondamentali degli sport
2. Attività di gioco e sport	2.1 Combina azioni di gioco in forma originale e creativa 2.2 Collabora e partecipa attivamente 2.3 Conosce e applica i regolamenti 2.4 Autocontrollo e rispetto per l'altro	2.3.1 Regole di alcuni Sport
3. Il linguaggio del corpo per comunicare ed esprimersi	3.1 Tecniche di espressione corporea 3.2 Decodifica i gesti arbitrari	3.2.1 Gesti arbitrari
4. Salute, sicurezza e prevenzione	4.1 Applica piani di lavoro per migliorare le prestazioni 4.2 Adotta comportamenti di sicurezza	4.1.1 Elementi di alimentazione e tecniche di allenamento 4.1.2 Doping, droghe e alcool

EDUCAZIONE FISICA Classe SECONDA secondaria 1°

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
1. Padroneggia abilità motorie	1.1 Sviluppa le capacità condizionali 1.2 Realizza i gesti tecnici dei vari sport 1.3 Sviluppa le capacità coordinative 1.4 Utilizza le variabili spazio temporali	1.1.1 Nozioni di anatomia e fisiologia 1.2.1 Fondamentali degli sport
2. Attività di gioco e sport	2.1 Combina azioni di gioco in forma originale e creativa 2.2 Collabora e partecipa attivamente 2.3 Conosce e applica i regolamenti 2.4 Autocontrollo e rispetto per l'altro	2.3.1 Regole di alcuni Sport
3. Il linguaggio del corpo per comunicare ed esprimersi	3.1 Tecniche di espressione corporea 3.2 Decodifica i gesti arbitrali	3.2.1 Gesti arbitrali
4. Salute, sicurezza e prevenzione		

EDUCAZIONE FISICA Classe TERZA secondaria 1°

COMPETENZE SPECIFICHE	ABILITÀ	CONOSCENZE
1. Padroneggia abilità motorie	1.1 Sviluppa le capacità condizionali 1.2 Realizza i gesti tecnici dei vari sport 1.3 Sviluppa le capacità coordinative 1.4 Utilizza le variabili spazio temporali	1.1.1 Nozioni di anatomia e fisiologia 1.2.1 Fondamentali degli sport
2. Attività di gioco e sport	2.1 Combina azioni di gioco in forma originale e creativa 2.2 Collabora e partecipa attivamente 2.3 Conosce e applica i regolamenti 2.4 Autocontrollo e rispetto per l'altro	2.3.1 Regole di alcuni Sport
3. Il linguaggio del corpo per comunicare ed esprimersi	3.1 Tecniche di espressione corporea 3.2 Decodifica i gesti arbitrali	3.2.1 Gesti arbitrali
4. Salute, sicurezza e prevenzione	4.1 Applica piani di lavoro per migliorare le prestazioni 4.2 Adotta comportamenti di sicurezza	4.1.1 Elementi di alimentazione e tecniche di allenamento 4.1.2 Doping, droghe e alcool

