COMPETENZA: Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali
CAMPO DI ESPERIENZA/DISCIPLINA DI RIFERIMENTO: Il corpo e il movimento/educazione motoria/educazione fisica

COMPETENZE ATTESE

AL TERMINE DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA *Il corpo e il movimento*	AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA *Educazione motoria*	AL TERMINE DELLA SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO *Educazione fisica*
• Maturare una prima padronanza della propria corporeità, nella consapevolezza delle sue potenzialità espressive, comunicative ed artistiche. • Produrre gesti, condotte, sequenze motorie, psico-motorie e coreutiche, individuali o in piccolo gruppo, in grado di rafforzare la propria identità personale e la propria autonomia, nel rispetto delle regole della buona convivenza civile. • Orientarsi nello spazio, in relazione agli altri e all'ambiente. • Saper assumere comportamenti e atteggiamenti rispettosi della propria salute e di quella altrui, avendo cura di sé e degli altri. • Sviluppare un corretto e completo	• Avere cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano. • Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle • possibilità motorie e dei suoi linguaggi. • Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie. • Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli • attrezzi. • Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.	Al termine della classe terza lo studente è consapevole della propria corporeità in relazione allo spazio e al tempo e sa utilizzare alcuni linguaggi non verbali. Partecipa al gioco adeguando le abilità motorie, utilizza alcune tattiche, rispetta le regole e il fair play. Agisce in sicurezza per sé, per gli altri e per l'ambiente; conosce i principi di igiene, quelli alimentari e gli stili di vita attivi che possono migliorare il suo benessere. In particolare, è in grado di: • riconoscere i principî relativi al proprio benessere psico-fisico; • agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tali competenze anche nell'ambiente extrascolastico;

schema corporeo. • Riconoscere i segnali e i ritmi di funzionamento del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo.		• assumersi responsabilità, collaborare e partecipare, interagendo in gruppo, valorizzando le proprie e le altrui risorse; • orientarsi nello spazio e nel tempo in modo autonomo; • impegnarsi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.

PROGRAMMAZIONE CURRICOLARE VERTICALE PER COMPETENZE EDUCAZIONE MOTORIA

RIFERIMENTI NORMATIVI:

- Indicazioni Nazionali per il Curricolo 2025;
- Raccomandazioni del Parlamento Europeo e del Consiglio - 22 maggio 2018;
- Nuove linee guida per l'insegnamento trasversale dell'Educazione Civica D.M. 183 del 07/09/2024;
- Ordinanza Ministeriale sulla valutazione n.3 del 2025;
- Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite.

Il CURRICOLO DI EDUCAZIONE MOTORIA, in linea con quanto suggerito nelle *Indicazioni Nazionali 2025*, fissa gli obiettivi generali, gli obiettivi di apprendimento e le relative competenze attese degli alunni, assumendo come orizzonte di riferimento le *Competenze chiave per l'apprendimento permanente* ridefinite dal Consiglio dell'Unione europea il 22 maggio 2018 e le Linee Guida per l'Insegnamento trasversale dell'Educazione Civica D.M. 183 del 7 settembre 2024.

Perché si studia Educazione motoria?

SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
• Scoprire il corpo come principale canale di comunicazione con il mondo e di conoscenza di sé, attraverso uno sviluppo sempre più raffinato della motricità fine, della motricità grosso-motoria e della percezione visuo-spaziale. • Offrire ai bambini un ambiente di apprendimento con spazi e tempi a loro misura in grado di facilitare forme spontanee di esplorazione, ricerca, scoperta ed esercizio, per promuovere le principali potenzialità espressive e comunicative del corpo. • Educare ad un corretto riconoscimento ed alla conseguente espressione delle proprie emozioni e sensazioni, sentimenti, tensioni, ma anche all'esercizio della capacità di	Nella scuola primaria, l'educazione motoria sviluppa la conoscenza del corpo e delle competenze motorie fondamentali, promuovendo coordinazione, equilibrio, espressività e capacità di relazionarsi con gli altri e con l'ambiente. Essa punta a costruire le basi dell'alfabetizzazione motoria, incoraggiando stili di vita attivi e salutari, il piacere del movimento, la motivazione e la percezione di efficacia, contribuendo allo sviluppo integrale della persona e alla formazione dell'identità corporea. La disciplina favorisce anche capacità cognitive, come la memoria di lavoro e la flessibilità mentale, oltre a competenze emotive e relazionali, tra cui gestione delle emozioni, resilienza e collaborazione. Nelle classi quarta e quinta, l'introduzione del docente specialista amplia e approfondisce	*Formazione Integrale della Persona* • Costruzione dell'identità: La disciplina aiuta l'alunno a strutturare la propria identità corporea e a formare la propria personalità. • Conoscenza di sé: Favorisce la consapevolezza del proprio corpo e del rapporto con l'ambiente e con gli altri. • Alfabetizzazione motoria: È un percorso che rende la persona consapevole e autonoma nel muoversi lungo tutto l'arco della vita. *Salute e Prevenzione* • Stili di vita sani: Promuove attitudini che contrastano la sedentarietà, l'abbandono precoce dello sport e l'errata alimentazione.

autoregolazione ed autodirezione attraverso il controllo dei propri gesti e il coordinamento fra i propri movimenti e quelli altrui. • Imparare a giocare, a sperimentare linguaggi non verbali, a mettersi alla prova imparando a percepire la completezza e l'unitarietà del proprio sé, allo scopo di accrescere la propria autonomia e sicurezza emotiva, nel rispetto dei personali ritmi di sviluppo e di apprendimento. • Apprendere l'utilizzo di strumenti e di piccoli attrezzi nello svolgimento di attività di vita pratica in forma ludica, anche in contesti educativi outdoor, per l'acquisizione di una maggiore padronanza dei propri movimenti e una loro adeguata finalizzazione al compito affidato. • Favorire l'adozione di corretti stili di vita, in termini di sensibilizzazione ad una corretta alimentazione, all'igiene personale e all'esperienza delle pause attive per la necessaria distensione.	l'esperienza motoria, integrando attività inclusive, pause attive, mobilità verso la scuola e esperienze all'aperto, rendendo l'educazione motoria un percorso consapevole che accompagna i bambini nello sviluppo di abilità motorie, sociali ed emotive, ponendo le basi per stili di vita attivi e duraturi.	• Benessere fisico: Mira a limitare fenomeni come il sovrappeso e l'obesità infantile. • Fitness quotidiana: Sviluppa la capacità di svolgere le attività di tutti i giorni con vigore e prontezza, senza affaticarsi. *Sviluppo Cognitivo e Mentale* • Potenziamento del cervello: Attraverso il movimento si stimolano le funzioni esecutive (memoria di lavoro, flessibilità cognitiva e capacità di passare da un compito all'altro). • Metacognizione: Favorisce la crescita personale e la capacità di riflettere sulle proprie azioni. • Apprendimento attivo: Permette di "apprendere muovendosi", superando la didattica puramente teorica. *Competenze Sociali e Relazionali* • Inclusione e Cittadinanza: È un veicolo naturale per promuovere l'inclusione di tutti (indipendentemente dalle abilità) e la cittadinanza attiva.

		• Gestione dei conflitti: Insegna a relazionarsi con gli altri, a gestire la competizione e a collaborare nel gruppo. • Soft Skills: Sviluppa abilità trasversali utili in ogni ambito della vita, come la resilienza e l'autoefficacia. *Equilibrio Emotivo* • Regolazione emotiva: Aiuta i ragazzi a riconoscere e gestire le proprie emozioni. • Piacere del movimento: Educa a trarre soddisfazione dalle attività del tempo libero, migliorando il rapporto con il proprio corpo.

SCUOLA DELL' INFANZIA

Competenza chiave europea: Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturale
Obiettivi specifici di apprendimento al termine della Scuola dell'Infanzia • Sapersi esprimere e comunicare attraverso il corpo, per migliorare le proprie capacità percettive e la conoscenza di sé, degli altri e dell'ambiente. • Orientarsi nello spazio, sapersi muovere e coordinare con gli altri, provando gusto e piacere per il movimento fisico e coreutico. • Controllare l'esecuzione dei propri gesti e movimenti corporei, anche attraverso esperienze ludiche, psicomotorie e coreutiche, valutandone il rischio e imparando a interagire con rispetto con gli altri.

• Sperimentare una pluralità di schemi posturali e motori, all'interno di giochi individuali o di gruppo, con l'utilizzo di semplici attrezzi e alternando lo svolgimento in spazi interni e spazi esterni. • Riconoscere il proprio corpo e le sue diverse componenti, imparando a rappresentarlo da fermo e in movimento. • Attuare corrette pratiche di cura di sé, di igiene e di alimentazione, apprese in modalità ludica attraverso narrazioni, canti, filastrocche, ecc. • Percepire e saper comunicare i propri malesseri, dolori e difficoltà legati al corpo.		
Obiettivi specifici 3 anni	Obiettivi specifici 4 anni	Obiettivi specifici 5 anni
• Eseguire schemi motori di base. • Partecipare alle attività di vita pratica. • Sviluppare la percezione sensoriale ed esercitare la manipolazione. • Percepire, riconoscere e denominare le principali parti del corpo.	• Acquisire sicurezza nei movimenti e fiducia nelle proprie capacità motorie. • Svolgere adeguatamente le attività di routine. • Sperimentarsi nelle prime rappresentazioni grafiche dello schema corporeo. • Orientarsi nello spazio seguendo semplici punti di riferimento. • Riconoscere le potenzialità comunicative dell'espressione corporea.	• Sapersi esprimere e comunicare attraverso il corpo, per migliorare le proprie capacità percettive e la conoscenza di sé, degli altri e dell'ambiente. • Orientarsi nello spazio, sapersi muovere e coordinare con gli altri, provando gusto e piacere per il movimento fisico e coreutico. • Controllare l'esecuzione dei propri gesti e movimenti corporei, anche attraverso esperienze ludiche, psicomotorie e coreutiche, valutandone il rischio e imparando a interagire con rispetto con gli altri. • Sperimentare una pluralità di schemi posturali e motori, all'interno di giochi individuali o di gruppo, con

		l'utilizzo di semplici attrezzi e alternando lo svolgimento in spazi interni e spazi esterni. • Riconoscere il proprio corpo e le sue diverse componenti, imparando a rappresentarlo da fermo e in movimento. • Attuare corrette pratiche di cura di sé, di igiene e di alimentazione, apprese in modalità ludica attraverso narrazioni, canti, filastrocche, ecc. • Percepire e saper comunicare i propri malesseri, dolori e difficoltà legati al corpo
		Contenuti al termine della scuola dell'infanzia
		• Il corpo e le differenze di genere. • Regole di igiene del corpo e degli • ambienti. • Gli alimenti. • Il movimento sicuro. • I pericoli nell'ambiente e i comportamenti sicuri. • Le regole dei giochi.

SCUOLA PRIMARIA

Con particolare attenzione all'insegnamento-apprendimento dell'educazione motoria, si pianifica nel proprio piano di lavoro annuale il raggiungimento delle seguenti competenze-chiave, cui la disciplina concorre in tutto o in parte:

- Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare;
- Competenze in materia di cittadinanza;
- Competenza imprenditoriale;
- Competenza in materia di consapevolezza ed espressioni culturali.

Competenza chiave europea: competenza in materia di consapevolezza ed espressioni culturali
Obiettivi specifici di apprendimento al termine della classe 3° *Dimensione degli stili di vita attivi e sani* • Partecipare alle differenti tipologie di attività motoria proposte. • Utilizzare in modo attivo i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi. *Dimensione motoria* • Acquisire le abilità motorie fondamentali. • Esercitare abilità ed elementari tattiche praticabili nelle attività di gioco. • Assumere progressiva consapevolezza delle modalità espressive e comunicative del corpo. *Dimensione cognitiva* • Comprendere, ricordare e rispettare le regole delle attività proposte. • Strutturare una relazione positiva con l'ambiente di apprendimento. • Mettere in pratica i principî di una sana alimentazione.

<table>
<tr><td colspan="3">Dimensione sociale
Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni.
Dimensione emotivo-relazionale
Manifestare e modulare le proprie emozioni.
Mostrare empatia per compagne e compagni</td></tr>
<tr><td>Classe prima</td><td>Classe seconda</td><td>Classe terza</td></tr>
<tr><td>Dimensione degli stili di vita attivi e sani
Partecipare alle attività motorie proposte.
Muoversi liberamente e in modo guidato negli spazi scolastici.
Dimensione motoria
Sperimentare semplici abilità motorie di base (camminare, correre, saltare, lanciare).
Utilizzare il corpo per esprimere emozioni e stati d’animo in modo spontaneo.
Dimensione cognitiva
Rispettare semplici regole nei giochi e nelle attività.
Dimensione sociale
Interagire con i compagni in modo rispettoso e collaborativo.
Dimensione emotivo-relazionale</td><td></td><td></td></tr>
</table>

• Riconoscere e iniziare a controllare le proprie emozioni durante il gioco.		
Contenuti classe prima	Contenuti classe seconda	Contenuti classe terza
Dimensione degli stili di vita attivi e sani • Giochi liberi. • Giochi di movimento. *Dimensione motoria* • Il corpo e le sue parti. • Movimenti di base. • Spazio e direzioni. • Equilibrio. *Dimensione cognitiva* • Regole semplici. *Dimensione sociale* • Giochi in coppia o piccoli gruppi (passare la palla, cerchi, oggetti). • Attività con turni, aspettare il proprio momento. • Giochi di squadra semplici. *Dimensione emotivo-relazionale* • Giochi per esprimere emozioni con il corpo o il viso. • Pause di calma e respirazione dopo il movimento. • Giochi semplici di vincere/perdere con		

brevi discussioni sulle emozioni.		

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Con particolare attenzione all'insegnamento-apprendimento dell'educazione motoria e fisica, si pianifica nel proprio piano di lavoro annuale il raggiungimento delle seguenti competenze-chiave, cui la disciplina concorre in tutto o in parte:

- competenza multilinguistica;
- competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare;
- competenza in materia di cittadinanza;
- competenza imprenditoriale;
- competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.

Competenza chiave europea: competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali
Obiettivi specifici di apprendimento al termine della classe 3° *Dimensione dei comportamenti e stili di vita attivi e sani* • Partecipare attivamente e con continuità alle differenti tipologie di attività proposte. • Utilizzare in modo attivo e costante i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi anche nel percorso autonomo casa-scuola-casa. • Partecipare ad iniziative sportive, escursioni, uscite attive organizzate dalla scuola. • Conoscere e praticare con continuità significative attività motorie, anche non strutturate, nel tempo libero. *Dimensione motoria* • Migliorare la padronanza del proprio corpo, in relazione alle personali caratteristiche, consolidando i movimenti fondamentali. • Acquisire varie abilità, tattiche e tecniche motorie praticabili nel gioco, nell'esercizio e nello sport.

- Ampliare la gamma delle modalità espressive e comunicative del corpo.

Dimensione cognitiva

- Comprendere e saper applicare le regole e le tattiche delle attività e degli sport individuali e di squadra proposti.
- Riconoscere e risolvere problemi relativi alle situazioni di gioco e sportive.
- Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento.
- Conoscere i principi di una sana alimentazione in relazione con l'attività motoria e gli stili di vita.
- Conoscere le basi dell'anatomia e della fisiologia del corpo in movimento.

Dimensione sociale

- Interagire attivamente e in maniera rispettosa e inclusiva con i compagni, valorizzando le diversità.
- Comprendere le regole base del fair play.

Dimensione emotivo-relazionale

- Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco e sportive.
- Saper reagire attivamente alle eventuali difficoltà negli apprendimenti e aiutare gli altri.

Classe prima	Classe seconda	Classe terza
Dimensione dei comportamenti e stili di vita attivi e sani • Partecipazione attiva e motivata alle attività proposte in ambiente scolastico. • Consapevolezza dei benefici del movimento durante le pause e la ricreazione. *Dimensione motoria*		

• Partecipazione attiva alle lezioni e consapevolezza delle pause. • Sviluppo prassico e schemi motori di base. *Dimensione cognitiva* • Regole base e percezione dei segnali corporei. *Dimensione sociale* • Rispetto dei compagni e dei materiali. • Primo approccio alle uscite didattiche e alle attività di gruppo nel contesto locale. *Dimensione emotivo-relazionale* • Riconoscimento delle emozioni nel gioco.		
Contenuti classe prima	Contenuti classe seconda	Contenuti classe terza
• Giochi ed attività sportive incentrate sull'attivazione di competenze cognitive, relazionali e socio-emotive. • Esercizi a corpo libero e con attrezzi. • Giochi di ruolo, attività cooperative e collaborative inclusive. • Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori e alla scoperta del territorio.		

• Rispetto delle regole e del Fair Play. • Principali traumi sportivi e nozioni di pronto soccorso.		