

EDUCAZIONE FISICA

CLASSE PRIMA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE

(dalle Indicazioni Nazionali)

AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- 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 contingenti.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

(dalle Indicazioni Nazionali)

AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

1. Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in movimento, in riferimento a strutture spaziali e temporali:
 - a. adattare e modulare il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo;
 - b. controllare i movimenti intenzionali;
 - c. padroneggiare schemi motori di base.

INDICATORI DI VALUTAZIONE

(Stabiliti dal Collegio Docenti)

AL TERMINE DELLA CLASSE PRIMA

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro.
- Conoscere e valutare azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.

Obiettivi minimi:

- Orientarsi nell'ambiente palestra su indicazione dell'insegnante.
- Sperimentare alcune forme di schieramenti (riga, fila, circolo).
- Conoscere ed eseguire globalmente diversi modi di camminare, correre, saltare.
- Prendere coscienza della propria dominanza laterale.

<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. • Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. 	<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Assumere in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità espressive: <ol style="list-style-type: none"> a. interpretare attraverso il proprio corpo ruoli e situazioni reali o fantastiche sapendo trasmettere contenuti emozionali. 2. Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri. 3. Riconoscere, discriminare, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso. 	<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Utilizzare in forme originali e creative modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. <p><u>Obiettivi minimi:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi e comunicare emozioni e sentimenti.
<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva. • Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere e applicare modalità esecutive di giochi di movimento e propedeutici allo sport, individuali e di squadra: <ol style="list-style-type: none"> a. comprendere l'obiettivo del gioco e rispettarne le regole; b. conoscere ed eseguire giochi della tradizione popolare; c. sperimentare il concetto di appartenenza al gruppo. 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport. – Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, collaborando con gli altri. <p><u>Obiettivi minimi:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Conoscere modalità esecutive di giochi motori e a squadre. – Conoscere e rispettare le regole durante il gioco.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- 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.
- 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.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

1. Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri spazi e attrezzature:
 - a. conoscere ed utilizzare correttamente alcuni attrezzi della palestra;
 - b. percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti vita.
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione ai sani stili di vita.

Obiettivi minimi:

- Conoscere ed utilizzare semplici attrezzi in modo corretto.
- Muoversi in modo adeguato all'interno della scuola.
- Conoscere comportamenti adeguati ad una corretta igiene personale.

EDUCAZIONE FISICA

EDUCAZIONE FISICA		
CLASSE SECONDA		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (dalle Indicazioni Nazionali)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO (dalle Indicazioni Nazionali)	INDICATORE DI VALUTAZIONE (stabiliti dal Collegio dei Docenti)
AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA	AL TERMINE DELLA CLASSE SECONDA
<p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro: <ul style="list-style-type: none"> - sperimentare ed analizzare diversi modi di correre e saltare; - sperimentare lo schema dello strisciare; - analizzare le diverse andature dinamiche in sequenza. · Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali: <ul style="list-style-type: none"> - acquisire il concetto di distanza attraverso il movimento; - percepire la nozione di tempo attraverso il movimento. · Saper controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico-dinamico del proprio corpo: <ul style="list-style-type: none"> - sperimentare situazioni di equilibrio corporeo in una situazione di gioco; - controllare l'equilibrio corporeo in situazioni statiche e dinamiche. 	<p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizza la gestualità fino motoria con piccoli attrezzi codificati e non nelle attività ludiche • esegue, coordina, collega movimenti (camminare, saltare, correre, flettere, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi,...) • esegue/adequa movimenti in base a riferimenti spaziotemporali (vicino-lontano, sopra-sotto, alto-basso, corto-lungo, grande -piccolo, destra-sinistra rispetto a sè e ad altro/altri, prima-dopo, lento-veloce direzione, verso,...) • esegue percorsi. 	<p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sperimentare diversi modi di correre e saltare. • Utilizzare semplici schemi motori combinati tra loro. • Sperimentare semplici situazioni di equilibrio statico e dinamico.

<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti: <ul style="list-style-type: none"> - sperimentare l'espressione corporea libera e guidata; - comprendere che la tensione muscolare corrisponde ad uno stato emotivo. 	<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> • adegua/collega il movimento ad esigenze/stimoli diversi (ritmi, mimi, alfabeti gestuali,..) 	<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <p>Sperimentare l'espressione corporea libera e guidata.</p>
<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di giochi motori e a squadre: <ul style="list-style-type: none"> - eseguire attività motorie nel rispetto delle regole e della lealtà. 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> • riconosce ed applica le regole del gioco prescritte o concordate insieme ai compagni. 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Conoscere ed applicare modalità esecutive di giochi motori e a squadre.
<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ·Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività: <ul style="list-style-type: none"> - sapersi orientare all'interno di un percorso libero; - eseguire correttamente le indicazioni rispetto ad un percorso guidato; - saper guidare un compagno in un'esercitazione di orientamento. · Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria. 	<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <p>L'alunno/a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • si muove nello spazio eseguendo solo i movimenti richiesti • cura gli accorgimenti per la sicurezza personale e del gruppo. 	<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Conoscere ed utilizzare semplici attrezzi e gli spazi di attività in modo sicuro. · Sapersi orientare all'interno di un percorso guidato.

EDUCAZIONE FISICA

CLASSE TERZA		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (dalle Indicazioni Nazionali)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO (dalle Indicazioni Nazionali)	INDICATORI DI VALUTAZIONE (Stabiliti dal Collegio Docenti)
<p>AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA</p> <p>-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.</p> <p>- Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo.</p> <p>- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport.</p> <p>- Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi.</p> <p>-Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo.</p>	<p>AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA</p> <p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>-Esegue, coordina, collega movimenti (camminare, saltare, correre, flettere...)</p> <p>-Esegue/adequa movimenti in base a riferimenti spazio-temporali (vicino-lontano, alto-basso, sopra-sotto...) rispetto a sé e ad altro/altri.</p> <p>-Esegue percorsi.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</p> <p>-Adequa/ collega il movimento ad esigenze-stimoli diversi (mimi, ritmi, alfabeti gestuali...)</p> <p>- Riconosce e denomina le parti del corpo.</p> <p>-Esplora i sensi e le modalità di percezione sensoriale.</p> <p>-Riconosce, differenzia, ricorda, verbalizza differenti percezioni sensoriali (visive, uditive, tattili, cinestetiche)</p>	<p>AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA</p> <p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <p>-Organizzare e gestire globalmente il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo.</p> <p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo- espressiva</p> <p>-Assumere diverse posture del corpo con finalità espressive</p> <p>-Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri</p> <p>-Riconoscere i diversi segmenti del corpo e i loro movimenti.</p>

<p>-Comprende ,all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport,il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>	<p>Il gioco,lo sport,le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> -Partecipa ai giochi individuali e di squadra (accetta ruolo, turni,risultato finale,collabora con i compagni...) -Riconosce ed applica le regole del gioco prescritte o concordate con i compagni. <p>Salute e benessere,prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> -Si muove nello spazio eseguendo solo i movimenti richiesti -Cura gli accorgimenti per la sicurezza personale e del gruppo - Percepisce le sensazioni caldo-freddo o affaticamento-riposo e attua comportamenti conseguenti. 	<p>Il gioco,lo sport,le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conoscere e applicare alcune regole dei giochi popolari. - Saper essere positivo nell'accettazione del ruolo nel gioco. <p>Salute e benessere,prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e utilizzare spazi e attrezzature in modo sicuro e corretto
--	--	---

EDUCAZIONE FISICA

EDUCAZIONE FISICA		
CLASSE QUARTA		
TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (dalle Indicazioni Nazionali)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO (dalle Indicazioni Nazionali)	INDICATORE DI VALUTAZIONE (stabiliti dal Collegio Docenti)
AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA	AL TERMINE DELLA CLASSE QUARTA
<p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Organizzare il proprio movimento in relazione a sé, agli oggetti e agli altri. 	<p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> · esegue, coordina, collega movimenti (camminare, saltare, correre, flettere, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi,...) · discrimina la variabile spaziale e temporale nell'ambito di un'azione motoria · effettua spostamenti nello spazio in economia di tempo e in coordinazione motoria · esegue/adegua movimenti in base a riferimenti spaziotemporali(vicino-lontano, sopra-sotto, alto-basso, corto-lungo, grande/piccolo, destra-sinistra rispetto a sè e ad altro/altri, prima-dopo, lento-veloce direzione, verso,....) 	<p><u>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Organizzare il proprio movimento in relazione a sé, agli oggetti e agli altri.

<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee · Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche ed i loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico. 	<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> · adegua/collega il movimento ad esigenze/stimoli diversi (ritmi, mimi, alfabeti gestuali,..) · esprime stati d'animo attraverso posture statiche e dinamiche · mima con il proprio corpo sensazioni personali derivanti dall'ascolto di ritmi musicali · sperimenta e controlla il tono muscolare di alcune parti del corpo · riconosce le funzioni fisiologiche legate all'attività fisica(respirazione-circolazione) · riconosce le modalità per coordinare benessere e movimento(rilassamento, abbigliamento) · comprende l'importanza della respirazione durante l'esercizio fisico. 	<p><u>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Utilizzare modalità espressive e corporee · Cogliere i cambiamenti nelle funzioni fisiologiche conseguenti all'esercizio fisico.
<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Conoscere i principali elementi tecnici di alcune discipline. · Partecipare ai giochi, anche della tradizione popolare, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole. 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> · partecipa ai giochi individuali e di squadra (accetta ruolo, turni, risultato finale, collabora con i compagni,..) · riconosce ed applica le regole del gioco prescritte o concordate con i compagni · individua e rispetta le regole del gioco · assume atteggiamenti collaborativi nei giochi 	<p><u>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</u></p> <ul style="list-style-type: none"> · Partecipare ai giochi accettando il proprio ruolo, l'eventuale sconfitta, rispettando le regole.

<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. •Riconoscere il rapporto tra esercizio fisico e salute, assumendo comportamenti e stili di vita adeguati. 	<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <p>L'alunno/a</p> <ul style="list-style-type: none"> •utilizza le azioni motorie, gli spazi, le attrezzature in modo sicuro •pratica l'esercizio fisico inteso come buona consuetudine per un sano stile di vita, oltre che per il proprio piacere. 	<p><u>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</u></p> <ul style="list-style-type: none"> •Assumere comportamenti adeguati alla sicurezza.
---	---	--

EDUCAZIONE FISICA

Classe QUINTA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
(dalle Indicazioni Nazionali)

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
(dalle Indicazioni Nazionali)

INDICATORI DI VALUTAZIONE
(stabiliti dal Collegio Docenti)

Al termine della Scuola Primaria

- 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 contingenti.
- Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.

Al termine della classe quinta

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).
- Riconoscere e valutare 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.

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

Al termine della classe quinta

- Utilizzare consapevolmente la propria capacità motoria.
- Esprimere con il linguaggio del corpo modalità comunicativo-espressive.
- Comprendere e rispettare le indicazioni e le regole delle attività motorie e sportive.
- Interagire e cooperare nel gruppo e confrontarsi lealmente con gli altri accettando i propri e gli altrui limiti.
- Assumere adeguati comportamenti e stili di vita igienici e salutistici
- Relazione tra alimentazione ed esercizio fisico.

<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. • Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gocosport. • Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri. • Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità. <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. • Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita. • Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. 	<p><u>OBIETTIVI MINIMI</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Partecipare a giochi di movimento e giochi sportivi di squadra rispettando le regole. • Utilizzare in maniera appropriata attrezzi ginnici semplici.
--	--	---