

CLASSE PRIMA
EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZA CHIAVE (Racc. UE 18/12/2006)

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA

COMPETENZE SPECIFICHE DISCIPLINARI	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (Indicazioni per il curriculum 2012)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e rappresentarle graficamente nella loro globalità e nelle articolazioni segmentarie. - Acquisire consapevolezza di sé attraverso l'ascolto, l'osservazione del proprio corpo, la padronanza di schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. - Essere capace di integrarsi nel gruppo di cui si condividono e si rispettano le regole dimostrando di accettare e rispettare l'altro. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. - Acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri: <ul style="list-style-type: none"> § orientarsi nell'ambiente palestra; § sperimentare le prime forme di schieramenti (riga, fila, circolo); § scoprire le posizioni fondamentali che il corpo può assumere (in piedi, seduti, in ginocchio). - Riconoscere, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso: <ul style="list-style-type: none"> § riconoscere, differenziare, ricordare, verbalizzare differenti percezioni sensoriali (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestetiche). - Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro: <ul style="list-style-type: none"> § conoscere ed eseguire gli schemi motori di base; § adattare le diverse andature in relazione allo spazio. - Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali: <ul style="list-style-type: none"> § prendere coscienza della propria dominanza laterale; § distinguere su di sé la destra dalla sinistra; § collocarsi in posizioni diverse in relazione agli altri e agli oggetti.

	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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. 	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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: <p>§ sperimentare l’espressività corporea attraverso attività di animazione gestuale.</p>
	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sperimenta una pluralità di esperienze che permettano di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva. – Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. – Comprende all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l’importanza di rispettarle. 	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di giochi motori e a squadre: <p>§ sperimentare la necessità di darsi e seguire regole per giocare, formare le squadre, usare gli spazi;</p> <p>§ individuare la “non osservanza delle regole” durante il gioco.</p>
	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> – Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell’uso di attrezzi e trasferisce tale competenza nell’ambiente scolastico ed extra-scolastico. – Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. 	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conoscere ed utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività (palestra).

CLASSE SECONDA
EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZA CHIAVE (Racc. UE 18/12/2006)

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA

COMPETENZE SPECIFICHE DISCIPLINARI	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto, l'osservazione del proprio corpo, la padronanza di schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. - È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole dimostrando di accettare e rispettare l'altro. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. - Acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere, denominare e rappresentare graficamente le varie parti del corpo su di sé e su gli altri. - Riconoscere, discriminare, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso: § utilizzare gli analizzatori tattili in funzione di un'attività in movimento; § reagire correttamente ad uno stimolo visivo e uditivo.
	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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 e coreutiche.</p>	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordinare ed utilizzare schemi motori combinati tra loro: § sperimentare ed analizzare diversi modi di correre e saltare; § conoscere ed eseguire gli schemi motori di base; § analizzare le diverse andature dinamiche in sequenza. - Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali: § acquisire il concetto di distanza attraverso il movimento; § percepire la nozione di tempo attraverso il movimento.

		<ul style="list-style-type: none"> – 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. – Utilizzare in modo personale il corpo ed il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo ed emozioni: <ul style="list-style-type: none"> § sperimentare l'espressione corporea libera e guidata; § comprendere che la tensione muscolare corrisponde ad uno stato emotivo.
	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva. – Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. – Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di giochi motori e a squadra: <ul style="list-style-type: none"> § eseguire attività motorie nel rispetto delle regole e della lealtà.
	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> – Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso di attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extra-scolastico. – Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. 	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conoscere 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.

CLASSE TERZA
EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZA CHIAVE (Racc. UE 18/12/2006)

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA

COMPETENZE DISCIPLINARI	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE <i>(Indicazioni per il curricolo 2012)</i>	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto, l'osservazione del proprio corpo, la padronanza di schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. - È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole dimostrando di accettare e rispettare l'altro. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. - Acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere, denominare e rappresentare graficamente le varie parti del corpo su di sé e sugli altri: § comprendere la funzione delle articolazioni (gomito, spalla, ginocchio, caviglia). - Riconoscere, discriminare, classificare, memorizzare e rielaborare le informazioni provenienti dagli organi di senso. - Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in movimento, in riferimento a strutture spaziali e temporali: § adattare e modulare il movimento in relazione alle variabili spazio e tempo; § controllare i movimenti intenzionali.
	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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. 	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumere in forma consapevole diverse posture del corpo con finalità espressive: § interpretare attraverso il proprio corpo ruoli e situazioni reali o fantastiche.

	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva. - Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. - Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare modalità esecutive di giochi di movimento e propedeutici allo sport, individuali e di squadra: <ul style="list-style-type: none"> § conoscere ed eseguire giochi della tradizione popolare; § comprendere l'obiettivo del gioco e memorizzarne le regole; § sperimentare il concetto di appartenenza al gruppo.
	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso di attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extra-scolastico. - Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. 	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri spazi e attrezzature: <ul style="list-style-type: none"> § conoscere ed utilizzare correttamente alcuni attrezzi della palestra; § percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico- motoria.

CLASSE QUARTA
EDUCAZIONE FISICA
COMPETENZA CHIAVE (Racc. UE 18/12/2006)
CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA

COMPETENZE DISCIPLINARI	SPECIFICHE	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (Indicazioni per il curricolo 2012)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto, l'osservazione del proprio corpo, la padronanza di schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. - È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole dimostrando di accettare e rispettare l'altro. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. - Acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche ed i loro cambiamenti conseguenti all'esercizio fisico: <ul style="list-style-type: none"> § comprendere l'importanza della respirazione durante l'esercizio fisico; § conoscere le fasi della respirazione; § controllare il ritmo respiratorio durante l'attività motoria. - Organizzare il proprio movimento in relazione a sé, agli oggetti e agli altri: <ul style="list-style-type: none"> § discriminare la variabile spaziale e temporale nell'ambito di un'azione motoria; § effettuare spostamenti nello spazio in economia di tempo e in coordinazione motoria. 	
	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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. 	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in formula originale e creativa modalità espressive e corporee: <ul style="list-style-type: none"> § esprimere stati d'animo attraverso posture statiche e dinamiche; § mimare con il proprio corpo sensazioni personali derivanti dall'ascolto di ritmi musicali; § sperimentare e controllare il tono muscolare di alcune parti del corpo. 	

	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva. - Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. - Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere i principali elementi tecnici di diverse proposte di <i>giocosport</i>. - Partecipare ai giochi collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole: <ul style="list-style-type: none"> § saper individuare e rispettare le regole del gioco; § assumere atteggiamenti collaborativi nei giochi. - Apprezzare ed utilizzare giochi derivanti dalla tradizione popolare.
	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso di attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extra-scolastico. - Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare. 	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere il rapporto tra esercizio fisico e salute, assumendo comportamenti e stili di vita adeguati: <ul style="list-style-type: none"> § praticare l'esercizio fisico inteso come buona consuetudine per un sano stile di vita, oltre che per il proprio piacere.

CLASSE QUINTA
EDUCAZIONE FISICA

COMPETENZA CHIAVE (Racc. UE 18/12/2006)

CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE- ESPRESSIONE CORPOREA

COMPETENZE DISCIPLINARI	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (Indicazioni per il curricolo 2012)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto, l'osservazione del proprio corpo, la padronanza di schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. - È capace di integrarsi nel gruppo di cui condivide e rispetta le regole dimostrando di accettare e rispettare l'altro. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo. - Acquisisce la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali. 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico, sapendo anche modulare e controllare l'impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio. - Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione. - 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.
	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</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. 	<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.

	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sperimenta una pluralità di esperienze che permettano di maturare competenze di <i>giocosport</i> anche come orientamento alla futura pratica sportiva. - Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche. - Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscere ed applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>. - Saper scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori, accogliendo suggerimenti e correzioni. - Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzati 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>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso di attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extra-scolastico. - 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. 	<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</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.