

Curricolo Educazione Fisica

Traguardi di competenza

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.
- ✓ 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.

Competenze chiave di riferimento: COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITÀ DI IMPARARE A IMPARARE.

Obiettivi specifici di apprendimento

Nucleo Fondante	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i>	<p>Controllare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare ...).</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo.</p> <p>Riconoscere e</p>	<p>Controllare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare ...).</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del</p>	<p>Conoscere e applicare modalità esecutive di vari giochi individuali e di squadra, cooperando con gli altri, consapevoli del valore delle regole e dell'importanza del rispettarle.</p> <p>Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico del</p>	<p>Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione.</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali</p>	<p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, lanciare, afferrare ...).</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e</p>

	riprodurre consapevolmente diversificate posture del corpo con finalità espressive.	proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali: contemporaneità, successione. Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il corpo e gli attrezzi.	proprio corpo. Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali: contemporaneità, successione, reversibilità. Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il corpo e gli attrezzi.	delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	successioni temporali delle azioni motorie organizzando il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.
--	--	--	---	--	---

Obiettivi specifici in forma operativa

Nucleo Fondante	Strutture	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i>	Struttura di Interpretazione	Individuare gli elementi chiave degli schemi corporei presentati.	Scegliere lo schema corporeo secondo le diverse proposte presentate.	Scegliere lo schema corporeo secondo le diverse proposte presentate	Scegliere lo schema corporeo secondo le diverse proposte presentate.	Scegliere lo schema corporeo secondo le diverse proposte presentate .
	Struttura di Azione	Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc...). Organizzare le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo. Rappresentare consapevolmente,	Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc...). Organizzare le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo. Organizzare l'orientamento del	Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc...). Organizzare le condizioni di equilibrio statico e dinamico del proprio corpo. Organizzare l'orientamento del	Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione. Classificare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni	Utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre, saltare, lanciare, afferrare, ecc...). Eseguire traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni

		diversificate posture del corpo con finalità espressive.	proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione). Riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.	proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali (contemporaneità, successione e reversibilità). Riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi.	temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.
	Struttura di Autoregolazione	Trovare errori nelle soluzioni e nelle strategie adottate.	Trovare errori nelle soluzioni e nelle strategie adottate.	Trovare errori nelle soluzioni e nelle strategie adottate.	Trovare errori nelle soluzioni e nelle strategie adottate.	Trovare errori nelle soluzioni e nelle strategie adottate.

Obiettivi specifici di apprendimento

Nucleo Fondante	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i>	Utilizzare consapevolmente il proprio corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.	Utilizzare consapevolmente il proprio corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.	Utilizzare consapevolmente il proprio corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti.	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche al fine di trasmettere propri contenuti emozionali. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive.	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche al fine di trasmettere propri contenuti emozionali. Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive.

Obiettivi specifici in forma operativa

Nucleo Fondante	Strutture	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i>	Struttura di Interpretazione	Scegliere gli stili e le strategie per una comunicazione efficace	Scegliere gli stili e le strategie per una comunicazione efficace	Scegliere gli stili e le strategie per una comunicazione efficace	Scegliere gli stili e le strategie per una comunicazione efficace	Scegliere gli stili e le strategie per una comunicazione efficace
	Struttura di Azione	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.	Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti anche nella forma della drammatizzazione.	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche al fine di trasmettere contenuti propri emozionali. Pianificare ed eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive.	Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche al fine di trasmettere contenuti propri emozionali. Pianificare ed eseguire semplici sequenze di movimento individuali e collettive.
	Struttura di Autoregolazione	Controllare in forma consapevole, diverse posture del corpo con finalità espressive.	Controllare in forma consapevole, diverse posture del corpo con finalità espressive.	Controllare in forma consapevole, diverse posture del corpo con finalità espressive.	Giustificare le proprie scelte e le soluzioni adottate.	Giustificare le proprie scelte e le soluzioni adottate.

Obiettivi specifici di apprendimento

Nucleo Fondante	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>	Conoscere e applicare modalità esecutive di	Conoscere e applicare modalità esecutive di	Conoscere e applicare modalità esecutive di	Conoscere e applicare i principali elementi	Conoscere e applicare modalità esecutive di

	vari giochi individuali e di squadra, cooperando con gli altri, consapevoli del valore delle regole e dell'importanza del rispettarle.	vari giochi individuali e di squadra, cooperando con gli altri, consapevoli del valore delle regole e dell'importanza del rispettarle.	vari giochi individuali e di squadra, cooperando con gli altri, consapevoli del valore delle regole e dell'importanza del rispettarle.	tecniche semplificate di diverse discipline sportive. Scegliere azioni e soluzioni efficaci per risolvere problemi motori. Partecipare attivamente ai giochi sportivi collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando la diversità, manifestando senso di responsabilità	diverse discipline sportive. Partecipare attivamente e collaborativamente ai diversi giochi sportivi. Rispettare le regole nella competizione sportiva: accettare con equilibrio la sconfitta, vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettare la diversità, manifestare senso di responsabilità.
--	---	--	---	--	--

Obiettivi specifici in forma operativa

Nucleo Fondante	Strutture	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i>	Struttura di Interpretazione	Individuare gli elementi chiave delle regole e dei regolamenti tecnici dei giochi.	Riconoscere i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive.	Riconoscere i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive.	Riconoscere i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive.	Riconoscere i principali elementi tecnici semplificati di diverse discipline sportive.
	Struttura di Azione	Eseguire le attività di gioco in modo corretto rispettando le regole date. Ideare nuove forme di attività ludico-sportive.	Eseguire le attività di gioco in modo corretto rispettando le regole date. Ideare nuove forme di attività ludico-sportive.	Eseguire le attività di gioco in modo corretto rispettando le regole date. Ideare nuove forme di attività ludico-sportive.	Eseguire le attività di gioco in modo corretto rispettando le regole date. Organizzare attività ludico sportive nel rispetto delle regole tecniche del gioco adottate.	Eseguire le attività di gioco in modo corretto rispettando le regole date. Organizzare attività ludico sportive nel rispetto delle regole tecniche del gioco adottate.
	Struttura di	Motivare le scelte	Motivare le scelte	Motivare le scelte	Trovare errori nelle	Giudicare le proprie

	Autoregolazione	adottate sulle modalità esecutive dei giochi di movimento individuali e di squadra.	adottate sulle modalità esecutive dei giochi di movimento individuali e di squadra. Giudicare le proprie soluzioni applicate, nei confronti propri e degli altri, nel rispetto delle regole.	adottate sulle modalità esecutive dei giochi di movimento individuali e di squadra. Giudicare le proprie soluzioni applicate, nei confronti propri e degli altri, nel rispetto delle regole.	soluzioni adottate per risolvere problemi motori sulla base di un modello conosciuto. Giudicare le proprie soluzioni applicate, nei confronti propri e degli altri, nel rispetto delle regole.	soluzioni applicate, nei confronti propri e degli altri, nel rispetto delle regole.
--	-----------------	---	--	--	--	---

Obiettivi specifici di apprendimento

Nucleo Fondante	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i>	Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.	Riconoscere sensazioni di benessere legate alle attività ludico- motorie. Utilizzare in modo appropriato e corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.	Riconoscere sensazioni di benessere legate alle attività ludico- motorie. Utilizzare in modo appropriato e corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.	Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute con comportamenti e stili di vita salutistici.	Assumere comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita scolastica e non. Riconoscere il rapporto tra alimentazione e stili di vita. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.

Obiettivi specifici in forma operativa

Nucleo Fondante	Strutture	Classe Prima	Classe Seconda	Classe Terza	Classe Quarta	Classe Quinta
<i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i>	Struttura di Interpretazione	Cogliere gli elementi principali riferiti al concetto di salute e benessere del corpo. Riconoscere sensazioni di benessere legate alle attività ludico-motorie.	Riconoscere sensazioni di benessere legate alle attività ludico-motorie.	Riconoscere sensazioni di benessere legate alle attività ludico-motorie.	Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute con comportamenti e stili di vita salutistici.	Riconoscere il rapporto tra alimentazione e stili di vita.
	Struttura di Azione	Utilizzare in modo responsabile spazi, attrezzature, sia individualmente, sia in gruppo.	Utilizzare in modo appropriato e corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.	Utilizzare in modo appropriato e corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.	Utilizzare in modo appropriato e corretto gli attrezzi e gli spazi di attività.	Utilizzare in modo appropriato e corretto gli attrezzi e gli spazi di attività. Descrivere comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita scolastica e non. Classificare la consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.
	Struttura di Autoregolazione	Chiarificare le proprie soluzioni sull'uso sicuro degli	Motivare le soluzioni adottate in riferimento al	Motivare le soluzioni adottate in riferimento al	Motivare le soluzioni adottate in riferimento al	Motivare le soluzioni adottate in riferimento al

		spazi e attrezzature.	rispetto delle regole sulla sicurezza personale e del gruppo.	rispetto delle regole sulla sicurezza personale e del gruppo.	rispetto delle regole sulla sicurezza personale e del gruppo.	rispetto delle regole sulla sicurezza personale e del gruppo.
--	--	-----------------------	---	---	---	---