

ISTITUTO COMPRENSIVO VIA BOLOGNA

CURRICOLI VERTICALIZZATI

EDUCAZIONE FISICA CLASSI PRIME SECONDE TERZE QUARTE QUINTE

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE (Dalle Indicazioni Nazionali)	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO (Dalle Indicazioni Nazionali)	PROGETTAZIONE ANNUALE CONOSCENZE	PROGETTAZIONE ANNUALE ABILITA'
<p>AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA</p> <p>L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali.</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>Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di</p>	<p>AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA</p> <p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i> <i>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro, inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare ecc.).</i></p> <p><i>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.</i></p>	<p><u>CLASSE PRIMA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schema corporeo, - spazio: indicatori topologici., - tempo: indicatori temporali, - il gioco di squadra, lo sport, le regole. 	<p><u>CLASSE PRIMA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Prende coscienza della globalità del corpo, delle sue parti e delle sue possibilità di movimento, - sa trasporre sul piano grafico l'immagine mentale del proprio corpo, - riconosce la destra e la sinistra su di sé, - scopre e percepisce la modulazione della contrazione muscolare globale, in particolare degli arti superiori, e il rilassamento corporeo, - scopre e mantiene una postura equilibrata, - controlla le fasi più elementari della respirazione, - osserva posizioni statiche e sa imitarle senza la presenza del modello,

<p>maturare competenze di gioco sport, anche come orientamento alla futura pratica sportiva.</p> <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>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 e extrascolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle</p>	<p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i> <i>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione, e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</i></p> <p><i>Elaborare ed eseguire semplici coreografie o sequenze di movimento individuali e collettive</i></p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i> <i>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco sport.</i></p> <p><i>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</i></p> <p><i>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</i></p> <p><i>Rispettare le regole nella competizione sportiva, saper accettare la sconfitta con equilibrio, vivere la vittoria esprimendo rispetto</i></p>		<ul style="list-style-type: none"> - riconosce e differenzia le percezioni sensoriali (sensazioni visive, uditive, tattili e cinestesiche), - coordina e collega in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi.), - trova e mantiene l'equilibrio in situazioni semplici di disequilibrio, - afferra, lancia, mira con le mani e con i piedi, - sa utilizzare con velocità e precisione le mani, le dita e i piedi, - organizza in modo spontaneo il proprio movimento nello spazio in rapporto agli altri e agli oggetti, - si muove secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali, - individua nello spazio d'azione e attraverso il proprio corpo, punti di riferimento, rapporti topologici, coordinate naturali, - coglie e valuta le distanze fra elementi dello spazio naturale e dello spazio grafico, - organizza il movimento in rapporto ad un fenomeno sonoro esterno, - coglie e riproduce elementi temporali (prima\dopo, contemporaneo...),
---	---	--	---

	<p><i>nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</i></p> <p><i>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</i> <i>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</i></p> <p><i>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</i> <i>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico</i></p> <p><i>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione e conseguenti all'esercizio fisico.</i></p>		<ul style="list-style-type: none"> - si orienta nello spazio reale e grafico; osserva e riproduce nello spazio reale e grafico percorsi semplici, - comprende il linguaggio mimico-gestuale, - utilizza il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative, - comunica con il corpo azioni, sentimenti ed emozioni, - partecipa al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole, - si adatta spontaneamente ad un fenomeno sonoro esterno, - utilizza il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee, situazioni ..., - rispetta le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara, - coopera all'interno di un gruppo: interagisce positivamente con gli altri valorizzando le diversità, - utilizza in modo corretto per sé e per i compagni spazi e attrezzature, - attribuisce agli attrezzi della palestra la loro giusta funzione e li usa con sicurezza, - si orienta nello spazio palestra muovendosi con sicurezza, - comprende la relazione tra ambiente esterno e benessere, - attribuisce agli attrezzi della palestra la loro giusta funzione e li usa con sicurezza, - si orienta nello spazio palestra e
--	--	--	--

		<p>muoversi con sicurezza, - comprende la relazione tra ambiente esterno e benessere.</p> <p><u>CLASSE SECONDA E TERZA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schema corporeo, - schemi motori, - spazio: indicatori topologici, - tempo: indicatori temporali, - il gioco di squadra, lo sport, le regole. 	<p><u>CLASSE SECONDA E TERZA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizza consapevolmente le proprie capacità motorie, sapendole calibrare nell'intensità. - controlla la postura, il tono muscolare e la respirazione , - utilizza efficacemente la manualità fino-motoria con piccoli attrezzi , - coordina la motricità del corpo, in rapporto alle valutazioni visive, nella ricezione, nella mira, nella motricità distale fine-destrezza, - orienta sé e gli altri nello spazio, - si adatta spontaneamente ad un fenomeno sonoro esterno, - utilizza il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee, situazioni ..., - rispetta le regole dei giochi organizzati, anche in forma di gara, - coopera all'interno di un gruppo: interagisce positivamente con gli altri valorizzando le diversità, - utilizza in modo corretto per sé e per i compagni spazi e attrezzature, - attribuisce agli attrezzi della palestra la loro giusta funzione e li usa con sicurezza,
--	--	--	--

		<p><u>CLASSE QUARTA QUINTA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schema corporeo, - spazio: indicatori topologici, - tempo: indicatori temporali, - il gioco di squadra, lo sport, le regole, - salute, igiene, sicurezza. 	<ul style="list-style-type: none"> - si orienta nello spazio palestra muovendosi con sicurezza, - comprende la relazione tra ambiente esterno e benessere, - attribuisce agli attrezzi della palestra la loro giusta funzione e li usa con sicurezza. <p><u>CLASSE QUARTA QUINTA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conosce e controlla gli schemi motori di base. - utilizza schemi motori e posturali, le loro interazioni, in situazione combinata e simultanea, - controlla gli equilibri posturali, il tono muscolare, la respirazione, per una gestualità, anche sportiva, più efficace, - si muove in situazioni complesse e nel gioco con gesti coordinati ed efficaci, - utilizza abilità di lancio, ricezione, mira, destrezza fine per risolvere situazioni motorie complesse e di gioco, - sa organizzarsi nello spazio e nel tempo in situazioni motorie complesse e di gioco, - esegue movimenti dati e li adatta a situazioni esecutive sempre più complesse, - sa riprodurre modelli gestuali in modo consapevole e plastico, - esegue semplici composizioni e/o progressioni motorie, utilizzando un'ampia gamma di codici
--	--	---	--

			<p>espressivi,</p> <ul style="list-style-type: none"> - sa esprimere col corpo emozioni e sentimenti, drammatizzare storie e brani musicali, - rispetta le regole nei giochi e nelle attività sportive, - svolge un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra, - coopera nel gruppo e si confronta lealmente, anche in situazioni competitive, - assume comportamenti igienici e salutistici, - rispetta regole esecutive funzionali alla sicurezza nei vari ambienti di vita, in palestra e in strada in particolare, - simula comportamenti da assumere in condizioni di rischio e pericolosità rispettando le norme imparate, - riconosce il rapporto tra alimentazione e benessere fisico: sa scegliere un'alimentazione sana e corretta, prima e dopo l'attività motoria; riconoscere le esigenze alimentari adeguate alla propria età e al proprio stile di vita.
--	--	--	---