

SCUOLA PRIMARIA

DISCIPLINA: ED. FISICA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA	Competenza di consapevolezza ed espressione culturali: è la consapevolezza dell'importanza dell'espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni in un'ampia varietà di mezzi di comunicazione, compresi la musica, le arti dello spettacolo, la letteratura e le arti visive.	
TRAGUARDI	TRAGUARDI ALLA FINE DELLA CLASSE TERZA	TRAGUARDI ALLA FINE DELLA CLASSE QUINTA
	<ul style="list-style-type: none"> - L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza dei principali schemi motori e posturali. - Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo. - Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di <i>giocosport</i>. - Sperimenta, in forma semplificata, alcune gestualità tecniche. - Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri. - Riconosce alcuni essenziali principi relativi alla cura del proprio corpo. - Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 <i>giocosport</i> 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 che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente

		<p>scolastico ed extrascolastico.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e ad un corretto regime alimentare. - Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.
CONOSCENZE	CONOSCENZE ALLA FINE DELLA CLASSE TERZA	CONOSCENZE ALLA FINE DELLA CLASSE QUINTA
	<ul style="list-style-type: none"> - Le diverse parti del corpo e la loro rappresentazione in stasi ed in movimento. - Esercizi e movimenti per sviluppare la lateralizzazione. - Controllo e coordinamento dei movimenti seguendo le indicazioni dell'insegnante (camminare secondo andature libere o prestabilite; correre liberamente o seguendo ritmi diversi). - Il corpo per comunicare, esprimere e rappresentare situazioni reali e fantastiche, sensazioni personali, emozioni. - Giochi a coppie o a squadre rispettando le regole. - Norme principali a tutela della salute. - Uso corretto ed adeguato dei semplici attrezzi forniti. 	<ul style="list-style-type: none"> - Schemi motori e posturali funzionali all'esecuzione di schemi motori semplici e complessi. - La coordinazione rispetto a sé, agli altri, agli oggetti e allo spazio. - La coordinazione con varie andature: di corsa e di passo nelle diverse direzioni dello spazio - Esecuzioni di percorsi strutturati e di andature scandite da un ritmo. - Esecuzione di semplici sequenze e composizioni motorie attraverso l'utilizzo di codici espressivi diversi (danza, drammatizzazione, ...). - Le regole delle esperienze di <i>giocosport</i> praticate. - L'utilizzo consapevole, controllato e finalizzato delle capacità motorie. - Giochi di ruolo, individuali e a squadre.

		<p>- I concetti di lealtà, rispetto, partecipazione, cooperazione, combinati tra loro, attraverso la realizzazione del gioco di squadra.</p> <p>- Le regole sportive: il fair play.</p>
--	--	---

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE TERZA	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE QUINTA
Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre/saltare, afferrare/lanciare). 	<ul style="list-style-type: none"> - Compiere movimenti che favoriscono la percezione globale del corpo. - Controllare il proprio corpo in forma statica. - Individuare la posizione del corpo in relazione agli oggetti e agli altri. - Effettuare spostamenti nello spazio tenendo conto dei punti di riferimento spaziali. - Compiere e riprodurre semplici ritmi e schemi. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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.

NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE TERZA	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE QUINTA
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo/espressiva	<ul style="list-style-type: none"> • Acquisire modalità espressive e corporee attraverso codici espressivi diversi. 	<ul style="list-style-type: none"> - Eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. - Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.
NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE TERZA	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE QUINTA
Il gioco, lo sport, le regole e il fair play	<ul style="list-style-type: none"> • Giocare rispettando indicazioni e regole. 	<ul style="list-style-type: none"> - Comprendere all'interno delle varie occasioni di sport l'importanza delle regole e quella di rispettarle. - Saper accettare con equilibrio la sconfitta e vivere la vittoria con rispetto nei confronti degli avversari. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>. - Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. - Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche come gare, collaborando con gli altri. - Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con

			equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti degli avversari, accettando le diversità e manifestando senso di responsabilità.
NUCLEO	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE TERZA	ABILITÀ ALLA FINE DELLA CLASSE QUINTA
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<ul style="list-style-type: none"> • Percepire “sensazioni di benessere” legate all’attività ludico-motoria. • Conoscere ed utilizzare in modo corretto ed appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere e adottare alcune semplici norme motorie ed igienico-sanitarie. - Utilizzare in modo corretto e sicuro, per sé e per i compagni, spazi ed attrezzature. 	<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.