

EDUCAZIONE FISICA

Curricolo Scuola Primaria

CLASSE PRIMA

COMPETENZE	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE
Acquisire la consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali	Riconoscere su sé e gli altri le varie parti del corpo e saperle denominare. Rappresentare graficamente il corpo fermo e in movimento. Utilizzare i sensi e le modalità di percezione sensoriale. Coordinare e collegare in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, saltare, correre, lanciare, afferrare, strisciare, rotolare e arrampicarsi).	Le parti del corpo. Il linguaggio dei gesti. I sensi Le sequenze ritmiche L'orientamento spaziale. Gli schemi motori di base con parametri spazio-temporali.
Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche.	(Giochi di immaginazione e di imitazione)

<p>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>	<p>////////////////////////////////////</p>	<p>////////////////////////////////////</p>
<p>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva</p>	<p>Partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole.</p>	<p>Modalità di svolgimento e regole dei diversi giochi proposti</p>
<p>Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e gli altri</p>	<p>Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p>	<p>Modalità di comportamento negli spazi comuni e in palestra Semplici attrezzi e loro utilizzo</p>
<p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p>	<p>////////////////////////////////////</p>	<p>////////////////////////////////////</p>

EDUCAZIONE FISICA

Curricolo Scuola Primaria

CLASSE SECONDA

COMPETENZE	ABILITÀ'/CAPACITÀ	CONOSCENZE
Acquisire la consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali	Riconoscere su di sé e sugli altri le varie parti del corpo e saperle denominare. Muoversi con scioltezza, destrezza, disinvoltura, ritmo. Variare gli schemi motori in funzione di parametri di spazio, tempo, equilibrio.	Le parti del corpo. Il linguaggio dei gesti. I sensi Le sequenze ritmiche L'orientamento spaziale. Gli schemi motori di base con parametri spazio-temporali.
Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Utilizzare il linguaggio corporeo per comunicare Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, idee, situazioni.	

<p>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>	<p>////////////////////////////////////</p>	<p>////////////////////////////////////</p>
<p>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva</p>	<p>Partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole</p>	<p>Modalità di svolgimento e regole dei diversi giochi proposti</p>
<p>Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e gli altri</p>	<p>Utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</p>	<p>Modalità di comportamento negli spazi comuni e in palestra Semplici attrezzi e loro utilizzo</p>
<p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p>	<p>////////////////////////////////////</p>	<p>////////////////////////////////////</p>

EDUCAZIONE FISICA

Curricolo Scuola Primaria

CLASSE TERZA

COMPETENZE	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE
Acquisire la consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali	Usare in modo appropriato tutte le percezioni provenienti dagli organi di senso. Coordinare e utilizzare schemi motori di base. Acquisire l'organizzazione spazio-temporale per orientarsi con il proprio corpo. Riprodurre strutture ritmiche e adattare al movimento del proprio corpo.	
Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Esprimersi con il corpo per comunicare stati d'animo ed emozioni	
Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche	Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.	Corrette modalità esecutive anche per la prevenzione degli infortuni

<p>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva</p>	<p>Applicare correttamente modalità esecutive di vari giochi individuali e di squadra nel rispetto delle regole del gioco e della convivenza</p>	<p>Modalità di svolgimento e regole dei diversi giochi proposti</p>
<p>L'alunno si muove nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e gli altri</p>	<p>Usare in maniera corretta gli spazi e le attrezzature.</p>	<p>Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni</p>
<p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p>	<p>////////////////////////////////////</p>	<p>////////////////////////////////////</p>

EDUCAZIONE FISICA

Curricolo Scuola Primaria

CLASSE QUARTA

COMPETENZE	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE
Acquisire la consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali	<p>Affinare le capacità coordinative generali e speciali.</p> <p>Eeguire le attività proposte per sperimentare e migliorare le proprie capacità.</p> <p>Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare. Modulare i carichi sulla base della variazioni fisiologiche.</p>	
Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	<p>Eeguire composizioni e progressioni motorie, utilizzando un'ampia gamma di codici espressivi.</p>	

<p>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>	<p>Padroneggiare molteplici capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<p>Corrette modalità esecutive anche per la prevenzione degli infortuni</p>
<p>Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva</p>	<p>Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati. Risolvere situazioni-problema cooperando con i compagni. Partecipare attivamente a giochi sportivi e non, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole.</p>	<p>Modalità di svolgimento e regole dei diversi sport di squadra proposti</p>
<p>Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e gli altri</p>	<p>Usare in maniera corretta spazi e attrezzature.</p>	<p>Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni</p>
<p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p>	<p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico.</p>	<p>Alimenti e corretta alimentazione</p>

EDUCAZIONE FISICA

Curricolo Scuola Primaria

CLASSE QUINTA

COMPETENZE	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE
Acquisire la consapevolezza di sé attraverso l'ascolto e l'osservazione del proprio corpo, la padronanza degli schemi motori e posturali, sapendosi adattare alle variabili spaziali e temporali	Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione allo sforzo fisico Organizzare condotte motorie sempre più complesse. Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento dello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.	
Utilizzare il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali	Esprimere informazioni e stati d'animo attraverso la comunicazione non verbale. Elaborare semplici coreografie.	

<p>Sperimentare una pluralità di esperienze che permettono di conoscere e apprezzare molteplici discipline sportive. Sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche</p>	<p>Padroneggiare molteplici capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti. Saper utilizzare e trasferire le abilità coordinative acquisite per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport. Utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p>	<p>Corrette modalità esecutive anche per la prevenzione degli infortuni</p>
<p>Comprendere all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport il valore delle regole e l'importanza di rispettarle, nella consapevolezza che la correttezza e il rispetto reciproco sono aspetti irrinunciabili nel vissuto di ogni esperienza ludico-sportiva</p>	<p>Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi. Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, accettando la "sconfitta".</p>	<p>Modalità di svolgimento e regole dei diversi sport di squadra proposti</p>
<p>Muoversi nell'ambiente di vita e di scuola rispettando alcuni criteri di sicurezza per sé e gli altri</p>	<p>Usare in maniera corretta spazi e attrezzature.</p>	<p>Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni</p>
<p>Riconoscere alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare</p>	<p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti conseguenti all'attività motoria</p>	<p>Apparati del corpo umano coinvolti nell'attività motoria e sportiva</p>

