

EDUCAZIONE FISICA

DISCIPLINA DI RIFERIMENTO: EDUCAZIONE FISICA

DISCIPLINE CONCORRENTI: TUTTE

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE FISSATI DALLE INDICAZIONI PER IL CURRICOLO 2012

TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

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 gioco-sport 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 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.*

SEZIONE A: TRAGUARDI FORMATIVI SCUOLA PRIMARIA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA	EDUCAZIONE FISICA				
Fonti di legittimazione	Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio 18.12.2006 Indicazioni nazionali per il Curricolo 2012				
	CLASSE 1^	CLASSE 2^	CLASSE 3^	CLASSE 4^	CLASSE 5^
COMPETENZE SPECIFICHE	CONOSCENZE				
<ul style="list-style-type: none"> • Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse. • Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole; assumere responsabilità delle proprie azioni e per il bene comune. • Utilizzare gli aspetti comunicativo-relazionali del messaggio corporeo. • Utilizzare nell'esperienza le conoscenze relative alla salute, alla sicurezza, alla prevenzione e ai corretti stili di vita. 	<p>Modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Lo schema corporeo.</p>	<p>Modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Lo schema corporeo.</p>	<p>Modalità esecutive e regole di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Le principali funzioni fisiologiche, i loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico e tecniche di modulazione/recupero dello sforzo.</p> <p>I principali elementi tecnici semplificati di alcune discipline sportive.</p>	<p>Modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Le principali funzioni fisiologiche, i loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico e tecniche di modulazione/recupero dello sforzo.</p> <p>I principali elementi tecnici semplificati di alcune discipline sportive.</p> <p>Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni.</p>	<p>Modalità esecutive di numerosi giochi di movimento e presportivi, individuali e di squadra.</p> <p>Elementi di igiene del corpo e nozioni essenziali di anatomia e fisiologia.</p> <p>Regole fondamentali di alcune discipline sportive.</p> <p>Regole di comportamento per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni.</p>

	ABILITÁ				
	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p> <p>Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche.</p> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <p>Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro (correre /saltare, afferrare /lanciare, ecc).</p> <p>Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori.</p> <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali e temporali e a strutture ritmiche.</p> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <p>Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.</p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p> <p>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> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza.</p> <p>Elaborare ed eseguire</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p> <p>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> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti</p>	<p><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).</p> <p>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> <p><i>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</i></p> <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e</p>

	<p>modalità espressive e corporee.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i> Assumere</p>	<p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva.</p> <p><i>Salute e benessere,</i></p>	<p>semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio.</p> <p><i>Salute e benessere,</i></p>	<p>emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Rispettare le regole nella</p>	<p>collettive.</p> <p><i>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</i></p> <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di <i>giocosport</i>.</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>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> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p>	<p><i>prevenzione e sicurezza</i></p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p>	<p><i>prevenzione e sicurezza</i></p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle principali funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>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> <p><i>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</i></p> <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>	<p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SEZIONE B: LIVELLI DI PADRONANZA – EDUCAZIONE FISICA

1 e 2	3 e 4	Dai traguardi per la fine della Scuola Primaria
<p>Individua le caratteristiche essenziali del proprio corpo nella sua globalità (dimensioni, forma, posizione, peso...).</p> <p>Individua e riconosce le varie parti del corpo su di sé e gli altri.</p> <p>Usa il proprio corpo rispetto alle varianti spaziali (vicino-lontano, davanti-dietro, sopra-sotto, alto basso, corto-lungo, grande-piccolo, sinistra destra, pieno-vuoto) e temporali (prima-dopo, contemporaneamente, veloce-lente).</p> <p>Individua le variazioni fisiologiche del proprio corpo (respirazione, sudorazione) nel passaggio dalla massima attività allo stato di rilassamento.</p> <p>Conosce l'ambiente (spazio) in rapporto al proprio corpo e sa muoversi in esso.</p> <p>Padroneggia gli schemi motori di base: strisciare, rotolare, quadrupedia, camminare, correre, saltare, lanciare, mirare, arrampicarsi, dondolarsi.</p> <p>Esegue semplici consegne in relazione agli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, lanciare ...).</p> <p>Utilizza il corpo per esprimere sensazioni, emozioni, per accompagnare ritmi, brani musicali, nel gioco simbolico e nelle drammatizzazioni.</p> <p>Rispetta le regole dei giochi.</p> <p>Sotto la supervisione dell'adulto, osserva le norme igieniche e i comportamenti di prevenzione degli infortuni.</p>	<p>Coordina tra loro alcuni schemi motori di base con discreto autocontrollo.</p> <p>Utilizza correttamente gli attrezzi ginnici e gli spazi di gioco secondo le consegne dell'insegnante.</p> <p>Partecipa a giochi di movimento tradizionali e di squadra, seguendo le regole e le istruzioni impartite dall'insegnante o dai compagni più grandi; accetta i ruoli affidatigli nei giochi, segue le osservazioni degli adulti e i limiti da essi impartiti nei momenti di conflittualità.</p> <p>Utilizza il corpo e il movimento per esprimere vissuti e stati d'animo e nelle drammatizzazioni.</p> <p>Conosce le misure dell'igiene personale che segue in autonomia; segue le istruzioni per la sicurezza propria e altrui impartite dagli adulti.</p>	<p>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.</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 maturare competenze di <i>giocosport</i> 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 che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>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> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p>

