Scuola primaria

DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE AL TERMINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

1. 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.
2. 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.
3. Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di giocosport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
4. Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
5. 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.
6. 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.
7. Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.

CLASSE: PRIMA

Nucleo tematico : IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO			
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DA RAGGIUNGERE ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI PER LA CLASSE PRIMA	ATTIVITÀ	MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI
Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).(TR.1)	● Riconoscere e denominare le parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente ● Padroneggiare il movimento della camminata in modo corretto ● Padroneggiare il movimento della corsa ● Padroneggiare vari tipi di salti ● Padroneggiare il lancio e la ripresa della palla	Situazioni di ricerca e percezione delle diverse parti del corpo (toccare e nominare); giochi, danze e attività di movimento che favoriscano il controllo del corpo e delle sue parti Giochi con andature diverse Giochi a coppie e in gruppo Giochi sulla lateralizzazione Percorsi individuali con l'utilizzo di attrezzi Giochi individuali e di gruppo con la palla	Osservazioni sistematiche durante l'attività Esercizi-prove individuali Giochi di gruppo
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. (TR.1)	● Utilizzare e orientarsi correttamente nello spazio della palestra ● Organizzare i propri spostamenti in relazione alle principali coordinate spaziali ● Rispettare il proprio e l'altrui ● spazio di movimento ● Ascoltare ritmi diversi e adattare l'andatura	Giochi di localizzazione Giochi di gruppo Percorsi	
Nucleo tematico : IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA			
Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. (TR.2)	● Utilizzare giochi e danze figurativi	Giochi psicomotori Giochi simbolici Danze Giochi di simulazione in ambiente fantastico	

Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento (TR.1 e 2)	● Utilizzare giochi e danze figurativi	Giochi psicomotori Giochi simbolici Danze Giochi di simulazione in ambiente fantastico Esercizi a circuito e percorsi sotto forma di gioco	
Nucleo tematico: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY			
Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.(TR.3)	● Eseguire correttamente una sequenza di esercizi in un percorso anche con l'utilizzo di attrezzi	Percorsi vari	
Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole. (TR.7)		Giochi della tradizione	
Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri (TR.7)	● Prendere consapevolezza di essere parte di un gruppo ● Prendere coscienza delle regole e rispettarle	Giochi di squadra Mini gare di squadra	
Nucleo tematico: SALUTE,BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA			
Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita. (TR.5)	● Sapersi muovere nell'ambiente in modo corretto e responsabile ● Conoscere semplici regole di comportamento di sicurezza stradale	Produzione di cartelloni con regole condivise Attività di gioco	

CLASSE: SECONDA

Nucleo tematico : IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO			
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DA RAGGIUNGERE ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI PER LA CLASSE SECONDA	ATTIVITÀ	MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI
Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).(TR.1)	● Sapersi muovere combinando più schemi motori fra loro	Giochi di movimento individuali e di gruppo (salto, corsa, lancio ,utilizzo della palla per lancio, presa e palleggio)	Osservazioni sistematiche durante l'attività Esercizi-prove individuali Giochi di gruppo
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. (TR.1)	● Saper utilizzare diversi attrezzi (cerchi, bastoni, corde, coni, cinesini, palla, spalliera,ecc)	Percorsi e giochi con l'utilizzo di grandi e piccoli attrezzi	
Nucleo tematico : IL LINGUAGGIO DEL CORPO COME MODALITA' COMUNICATIVO-ESPRESSIVA			
Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali. (TR.2)	● Utilizzare giochi e danze figurativi	Attività espressive , giochi di imitazione, simbolici, immaginativi	

Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive	● Utilizzare giochi e danze figurativi	Danze Giochi di simulazione in ambiente fantastico	
Nucleo tematico: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY			
Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.(TR.3)	● Rispettare semplici regole di comportamento legate alle esigenze di gioco. ● Abituarsi ad accettare la sconfitta ● Cooperare nel piccolo gruppo ● Partecipare attivamente a giochi organizzati anche in forma di gara, accettando la diversità	Giochi funzionali alla scoperta di giochi di squadra Giochi di gruppo	
Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri	● Prendere consapevolezza di essere parte di un gruppo ● Prendere coscienza delle regole e rispettarle	Giochi funzionali alla scoperta delle regole Giochi di gruppo	
Nucleo tematico: SALUTE,BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA			
Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	● Sapersi muovere nell'ambiente in modo corretto e responsabile ● Conoscere semplici regole di comportamento di sicurezza stradale	Uso appropriato di attrezzi e spazi in attività ludico-motorie	

CLASSE: TERZA

Nucleo tematico : IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO			
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DA RAGGIUNGERE ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI PER LA CLASSE TERZA	ATTIVITÀ	MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI
Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).(TR.1)	● Migliorare le capacità condizionali di forza, resistenza e rapidità ● Migliorare le capacità di combinazione motoria ● Irrobustire e tonificare le varie parti del corpo per superare la rigidità e mantenere una corretta postura del corpo	Giochi a corpo libero, con piccoli attrezzi, a coppie e di gruppo	Osservazioni sistematiche durante l'attività Esercizi-prove individuali Giochi di gruppo Misurazione delle prestazioni individuali
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. (TR.1)	**SPAZIO** ● Saper usare bene lo spazio ● Percepire la propria posizione sul campo di gioco ed eseguire spostamenti adeguati **TEMPO** ● Cogliere la durata delle azioni ● Cogliere la successione temporale delle azioni per adattarle alle situazioni di gioco	Attività di gioco sport Giochi di squadra	
Nucleo tematico: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY			
Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.(TR.3)	● Praticare attività presportive individuali e di squadra in condizioni semplificate con l'introduzione di semplici nozioni tecniche e semplici regole di gioco	Giochi di squadra	
Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri	● Abituarsi ad accettare la sconfitta ● Cooperare nel piccolo gruppo	Giochi di ruolo, presportivi codificati e non	

	● Partecipare attivamente a giochi organizzati anche in forma di gara, accettando la diversità	Giochi sportivi semplificati, anche sotto forma di gare, nel rispetto delle diversità e delle regole. Esercizi-gioco per il controllo della palla (palleggio, tiro, passaggio,ecc) Giochi a staffetta e a squadre Giochi collettivi sulla collaborazione reciproca. Percorsi misti Mini gare di squadra .	
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	● Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri ● Rispettare le regole nella competizione sportiva.	Giochi sull'importanza del rispetto dell'altro. Giochi di squadra	
Nucleo tematico: SALUTE,BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA			
Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	● Saper riconoscere situazioni di pericolo e comportarsi in modo adeguato ● Mantenere comportamenti adeguati negli ambienti interni ed esterni per evitare infortuni ● Acquisire, condividere e mantenere comportamenti corretti come pedoni e come ciclisti.	Conversazioni, video, lavori di gruppo, realizzazione di cartelloni Attività di gioco	
Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	● Interiorizzare informazioni sul rapporto fra alimentazione e attività fisica ● Gestire e controllare il proprio corpo in relazione all'impegno organico richiesto	Conversazioni, video, lavori di gruppo, realizzazione di cartelloni Attività di gioco	

	(autovalutazione della propria prestazione motoria) ● Conoscere i principi di una corretta alimentazione		

CLASSE: QUARTA

Nucleo tematico : IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO			
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DA RAGGIUNGERE ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI PER LA CLASSE QUARTA	ATTIVITÀ	MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI
Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).(TR.1)	● Sviluppare capacità di esecuzione di due o più movimenti, in situazione statica e dinamica ● Migliorare la coordinazione degli schemi motori e la successione delle azioni in funzione del gioco	Giochi individuali e a coppie sulla percezione globale e segmentaria delle varie parti del corpo. Esercizi per lo sviluppo della forza (lanci, salti…) Circuiti, giochi a staffetta, percorsi motori per l'ampliamento delle esperienze relative alle capacità coordinative e di combinazioni motorie.	Osservazioni sistematiche durante l'attività Esercizi-prove individuali Giochi di gruppo Misurazione delle prestazioni individuali
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. (TR.1)	● Migliorare il senso di orientamento del proprio corpo in relazione alle traiettorie della palla e alle distanze ● Gestire gli spazi-gioco	Esercizi e giochi con uno o più attrezzi di difficoltà progressiva Giochi di controllo di più schemi motori, giochi di abilità, di prontezza e di precisione Giochi di gruppo, di squadra Attività di gioco sport Esercizi e giochi individuali e a coppie per valutare distanze, direzioni, traiettorie, anche con l'uso di piccoli attrezzi	
Nucleo tematico: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY			
Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.(TR.3)	● Utilizzare in modo corretto i principali gesti della disciplina sportiva proposta	Esercizi e giochi con uno o più attrezzi di difficoltà progressiva Giochi di controllo di più schemi motori, giochi di abilità, di prontezza e di precisione Giochi di gruppo, di squadra Attività di gioco sport	

Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri	● Manifestare un comportamento partecipativo e consapevole nel gioco mantenendo l'autocontrollo, accettando i propri limiti, collaborando per lo scopo finale	Giochi di gruppo e di squadra competitivi e non Attività di gioco sport	
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	● Manifestare un comportamento partecipativo e consapevole nel gioco mantenendo l'autocontrollo, accettando i propri limiti, collaborando per lo scopo finale	Giochi di gruppo, di squadra	
Nucleo tematico: SALUTE,BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA			
Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	● Assumere atteggiamenti di controllo del proprio comportamento in funzione della sicurezza nei vari ambienti	Conversazioni, video, lavori di gruppo, realizzazione di cartelloni Attività di gioco e presentazione di situazioni a rischio	
Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	● Potenziare la funzione respiratoria e muscolare ed essere in grado di controllarla ● Interiorizzare informazioni sul rapporto fra alimentazione e attività fisica ● Gestire e controllare il proprio corpo in relazione all'impegno organico richiesto (autovalutazione della propria prestazione motoria) ● Conoscere i principi di una corretta alimentazione	Esercizi di scoperta delle modificazioni corporee associate allo sforzo Giochi di resistenza Conversazioni, video, lavori di gruppo, realizzazione di cartelloni Attività di gioco	

CLASSE: QUINTA

Nucleo tematico : IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO			
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO DA RAGGIUNGERE ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO SPECIFICI PER LA CLASSE quinta	ATTIVITÀ	MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI APPRENDIMENTI
Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare, afferrare / lanciare, ecc).(TR.1)	● Sviluppare capacità di accoppiamento di due o più movimenti, di orientamento, di ritmo, di controllo dell'equilibrio statico e dinamico ● Migliorare la coordinazione degli schemi motori e la successione delle azioni in funzione del gioco	Percorsi, staffette, circuiti motori, giochi di resistenza, giochi di squadra	Osservazioni sistematiche durante l'attività Esercizi-prove individuali Giochi di gruppo Misurazione delle prestazioni individuali
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. (TR.1)	● Migliorare il senso di orientamento del proprio corpo in relazione alle traiettorie della palla e alle distanze ● Gestire gli spazi-gioco	Esercizi e giochi con uno o più attrezzi di difficoltà progressiva Giochi di controllo di più schemi motori, giochi di abilità, di prontezza e di precisione Giochi di gruppo, di squadra Attività di gioco sport Esercizi e giochi individuali e a coppie per valutare distanze, direzioni, traiettorie, anche con l'uso di piccoli attrezzi	
Nucleo tematico: IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE E IL FAIR PLAY			
Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di giocosport.(TR.3)	● Padroneggiare e coordinare vari schemi motori in simultaneità e successione funzionali ai giochi individuali e di squadra ● Sperimentare una pluralità di esperienze per maturare competenze di gioco-sport e di avviamento sportivo	Giochi propedeutici al gioco sport Attività di gioco sport (minibasket, mini volley, minirugby,ecc.) Giochi di movimento polivalenti, propedeutici all'atletica leggera	

	● Conoscere e applicare i principali elementi tecnici semplificati di molteplici discipline sportive		
Partecipare attivamente alle varie forme di gioco , organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri	● Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport, interagendo in modo collaborativo con i compagni, confrontandosi lealmente nelle situazioni competitive ● Conoscere le posizioni e il ruolo in campo dei giocatori e le essenziali regole di gioco nel rispetto dei compagni , degli avversari e delle diversità.	Giochi di gruppo, di squadra	
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	● Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport, interagendo in modo collaborativo con i compagni, confrontandosi lealmente nelle situazioni competitive ● Conoscere le posizioni e il ruolo in campo dei giocatori e le essenziali regole di gioco nel rispetto dei compagni , degli avversari e delle diversità	Giochi di gruppo, di squadra	
Nucleo tematico: SALUTE,BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA			
Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.	● Mantenere autocontrollo nell'utilizzo dei materiali e delle attrezzature in funzione della sicurezza nei vari ambienti ● Usare con sicurezza gli attrezzi della palestra	Attività di gioco e studio	

	● Conoscere le norme principali di prevenzione		
Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.	● Assumere consapevolmente comportamenti corretti per il proprio benessere ● Conoscere i principi di una corretta alimentazione (conoscenza delle principali fonti di energia assunte attraverso il cibo).	Conversazioni, video, lavori di gruppo, realizzazione di cartelloni Attività di gioco	